

FICHE NUTRITIONNELLE

CELERY BRANCH



Apport calorique

16,70 kcal pour 100 g

94,30 g Eau

1,50 g Fibres

2,48 g Glucides

170 mg Chlorure

340 mg Potassium

Cooked product (Stewed)



DESCRIPTION

- Celery (*Apium graveolens*) belongs, like celeriac, to the **Apiaceae** family.
- This plant is **native to the Mediterranean basin** (Fu, 2014). There are **two major groups** of celery: the so-called « self-blanching » **yellow/golden** cultivars with nearly colourless petioles and foliage, such as Golden Self Blanching and Celebrity, and the **green** cultivars with dark green petioles and leaves, such as the Utah and Summer Pascal types (Bruznican, 2020).

PHYSICAL AND ORGANOLEPTIC CHARACTERISTICS

- The leaves of celery are composed of a petiole, or leaf stalk, and a fully subdivided leaf blade (Deneer, 2017).
- Its intermediate leaves have a larger stem than the outer and inner leaves (Guerra, 2010).
- The petioles, the part mainly consumed, are long with strong stems, sweet in flavour and soft in texture. Their colour can vary from green, light green, yellow, light yellow to white (Bruznican, 2020).
- **Leaf colour** is potentially controlled by **chlorophyll** catabolism, as mutation of the yellow petiole is associated with a decrease in chlorophyll content (Bruznican, 2020).
- The **volatile compounds** responsible for the specific **flavour** of celery leaves and petioles are thought to be **phthalides and terpenes** (Bruznican, 2020).
- In celery, 68 volatile compounds have been identified. It is also reported to contain caryophylls, β -selenines and seven other sesquiterpene hydrocarbons, essential **aromatic components** of celery (Bruznican, 2020).

COMPOSITION CHARACTERISTICS (EXCLUDING MACRONUTRIENTS, VITAMINS AND MINERALS)

- Phenolic compounds were isolated from the crude extract of celery leaves, including chlorogenic acid, luteolin, apigenin and chrysoeriol. In addition to confirming that the crude extract of celery leaves is high in phenolic ingredients, the authors reported that the mentioned plants possess notable bioactivities including **anti-inflammatory, antioxidant and antimicrobial activities** (Liu, 2017).
- **Apigenin** is a flavonoid abundantly available in *Apium* leaves. It is believed to have **anticancer properties** (Kowalczyk, 2017).
- Among the different parts (stem, flower, root, leaves) and families (celeriac and celery) of celery analysed, leaves had the highest content of chlorogenic acid (1790.2 $\mu\text{g/g}$), trans-ferulic acid (709.5 $\mu\text{g/g}$), quercetin (29.8 $\mu\text{g/g}$), rutin (69.6 $\mu\text{g/g}$) and resveratrol (32.6 $\mu\text{g/g}$). Therefore, celery leaves have the highest antioxidant potential based on the highest average polyphenol content (Kulig, 2019).

COMPOSITION ET ANALYSE NUTRITIONNELLE

RAW

The following values are approximate and depend on variety, season, ripeness, cultivation conditions, etc
Raw celery is **low in energy*** as it provides an average of **17.60 calories (kcal)** per 100 g, i.e. **73.40 kJ**. A stalk of celery weighs on average 30 g, which represents an average of 5.28 kcal.

COMPOSITION TABLES

For each nutrient, the tables provide information on the content, the minimum and maximum values and the percentage of the Dietary Reference Values (DRVs) for 100 g net of raw celery.

*Regulation (EC) No 1924/2006 of the European Parliament and of the Council of 20 December 2006 on nutrition and health claims made on foods.

MACRONUTRIMENTS

Valeurs

Constituant (g)	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Eau	93,4	89,10 - 96,50	-
Fibres	2,20	1,20 - 2,60	-
Glucides	2,41	-	0,93
<i>dont Sucres</i>	1,30	1,20 - 1,34	1,44
Lipides	< 0,50	0,02 - 0,55	-
<i>dont Acides Gras Saturés</i>	< 0,01	NC - 0,042	-
Protéines	0,63	0,10 - 1,25	1,26

Sources

Constituant (g)	Quantité	Min-Max	% VNR
Eau	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	-
Fibres	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	-
Glucides	Ciqual 2020	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
<i>dont Sucres</i>	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Lipides	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
<i>dont Acides Gras Saturés</i>	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Protéines	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Zoom on carbohydrates

- The carbohydrate content of raw celery (2.41 g per 100 g) is lower than the average amount found in raw vegetables (4.45 g per 100 g).
- These carbohydrates are mainly polyols, in the form of mannitol (0.80 g per 100 g), and sugars in the form of glucose (0.51 g per 100 g), fructose (0.44 g per 100 g) and galactose (0.35 g per 100 g).
- Raw celery is **low in sugar*** as it contains less than 5 g per 100 g.

Zoom on fibres

- The amount of fibre in raw celery (2.20 g per 100 g) is lower than the average amount found in raw vegetables (2.43 g per 100 g).

Zoom on proteins

- The protein content of raw celery (0.63 g per 100 g) is lower than the average amount found in raw vegetables (1.87 g per 100 g).

Zoom on lipids

- Raw celery is **fat-free*** as it contains no more than 0.5 g of fat per 100 g.

*Regulation (EC) No 1924/2006 of the European Parliament and of the Council of 20 December 2006 on nutrition and health claims made on foods.

MINÉRAUX ET OLIGO-ÉLÉMENTS

Valeurs

Constituant	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Calcium (mg)	46	11 - 81	5,75
Chlorure (mg)	215	-	26,88
Cuivre (mg)	0,03	0,005 - 0,20	3
Fer (mg)	0,06	0 - 0,70	0,43
Iode (µg)	< 20	0,30 - NC	-
Magnésium (mg)	11	5 - 19	2,93
Manganèse (mg)	0,08	0,035 - 0,23	4
Phosphore (mg)	24	11 - 37,20	3,43
Potassium (mg)	390	131 - 443	19,50
Sélénium (µg)	< 20	0,046 - NC	-
Sodium (mg)	79	22,30 - 132	-
Zinc (mg)	0,09	0,05 - 0,72	0,90

Sources

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Calcium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Chlorure (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Cuivre (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Fer (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Iode (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Magnésium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Manganèse (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Phosphore (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Potassium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Sélénium (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Sodium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	-

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Zinc (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Zoom on minerals and trace elements

- Raw celery is a **source of**:
 - chloride** because it provides the equivalent of 26.88% of DRVs, i.e. 215 mg per 100 g. Raw celery is also among the vegetables that contain the most chloride (Ciqual 2020 table);
 - potassium** because it provides the equivalent of 19.50% of DRVs, i.e. 390 mg per 100 g.
- The other minerals and trace elements are present in quantities representing less than 6% of DRVs.

VITAMINES

Valeurs

Constituant	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Provitamine A Béta-carotène (µg)	74,6	NC - 495	-
Équivalent Vitamine A (µg)	12,43	NC - 82,50	1,55
Vitamine B1 (mg)	< 0,015	NC - 0,039	-
Vitamine B2 (mg)	< 0,01	NC - 0,12	-
Vitamine B3 (mg)	< 0,10	NC - 0,49	-
Vitamine B5 (mg)	0,27	0,15 - 0,40	4,50
Vitamine B6 (mg)	0,052	0,047 - 0,15	3,71
Vitamine B9 (µg)	56,80	11 - 114	28,40
Vitamine C (mg)	5,51	0,20 - 14,20	6,89
Vitamine E (mg)	< 0,08	0,03 - 0,79	-
Vitamine K1 (µg)	4,86	NC - 46,80	6,48

Sources

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Provitamine A Béta-carotène (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	-

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Équivalent Vitamine A (µg)	Calcul à partir de la valeur Provitamine A Béta-carotène*	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B1 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B2 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B3 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B5 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B6 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B9 (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine C (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine E (mg)	Ciqual 2020	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine K1 (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2017)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Zoom on vitamins

- Raw celery is a **source of vitamin B9** as it represents 28.40% of DRVs, i.e. 56.80 µg per 100 g.

- The other vitamins represent less than 7% of DRVs.

POLYPHÉNOLS

Valeurs

Constituant (g)	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g
Flavonoïdes (mg)	6,53	0 - 23,10
<i>dont Flavones (mg)</i>	6,53	0 - 23,10
Lignanes (mg)	< 0,01	0,01 - 0,01
Polyphénols totaux	6,54	0,01 - 23,11

Sources

Constituant (g)	Quantité	Min-Max
Flavonoïdes	Phénol-Explorer version 3.6 Méthode utilisée : chromatographie après hydrolyse	-
<i>dont Flavones</i>	Phénol-Explorer version 3.6 Méthode utilisée : chromatographie après hydrolyse	-
Lignanes	Phénol-Explorer version 3.6 Méthode utilisée : chromatographie après hydrolyse	-
Polyphénols totaux	Phénol-Explorer version 3.6 Méthode utilisée : chromatographie après hydrolyse	-

Zoom on polyphenols

- Polyphenols are substances with an antioxidant effect.

The polyphenols in raw celery are mainly **flavones**, from the flavonoid family, according to chromatographic analysis after hydrolysis.

STEWED

The following values are approximate and depend on variety, season, ripeness, cultivation conditions, etc. Stewed celery is **low in energy*** as it provides an average of **16.70 calories (kcal)** per 100 g, i.e. **70 kJ**. A stalk of celery weighs on average 30 g, which represents an average of 5.01 kcal.

COMPOSITION TABLES

For each nutrient, the tables provide information on the content, the minimum and maximum values and the percentage of the Dietary Reference Values (DRVs) for 100 g net of stewed celery.

MACRONUTRIMENTS

Valeurs

Constituant (g)	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Eau	94,30	-	-
Fibres	1,50	-	-
Glucides	2,48	0 - NC	0,95
<i>dont Sucres</i>	1,70	-	1,89
Lipides	< 0,30	-	-
<i>dont Acides Gras Saturés</i>	< 0,01	-	-
Protéines	0,75	0,70 - NC	1,50

Sources

Constituant (g)	Quantité	Min-Max	% VNR
Eau	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	-
Fibres	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	-
Glucides	Ciqual 2020	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
<i>dont Sucres</i>	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Lipides	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
<i>dont Acides Gras Saturés</i>	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Protéines	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Zoom on carbohydrates

- The carbohydrate content of stewed celery (2.48 g per 100 g) is lower than the average for cooked vegetables (4.85 g per 100 g).
- They are mainly composed of glucose (0.80 g per 100 g), fructose (0.70 g per 100 g), mannitol (0.60 g per 100 g) and sucrose (0.20 g per 100 g).
- Stewed celery is **low in sugar*** as it contains less than 5 g per 100 g.

Zoom on fibres

- The amount of fibre in stewed celery (1.50 g per 100 g) is lower than the average amount found in cooked vegetables (2.89 g per 100 g).

Zoom on proteins

- Its protein content (0.75 g per 100 g) is lower than the average for cooked vegetables (2 g per 100 g).

Zoom on lipids

- Stewed celery is **fat-free*** as it contains no more than 0.5 g of fat per 100 g.

*Regulation (EC) No 1924/2006 of the European Parliament and of the Council of 20 December 2006 on nutrition and health claims made on foods.

MINÉRAUX ET OLIGO-ÉLÉMENTS

Valeurs

Constituant	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Calcium (mg)	31	-	3,88
Chlorure (mg)	170	-	21,25
Cuivre (mg)	0,04	-	4
Fer (mg)	0,12	-	0,86
Iode (µg)	< 20	-	-
Magnésium (mg)	8,30	-	2,21
Manganèse (mg)	0,07	-	3,50
Phosphore (mg)	24	-	3,43
Potassium (mg)	340	-	17
Sélénium (µg)	< 20	-	-
Sodium (mg)	138	-	-
Zinc (mg)	0,08	-	0,80

Sources

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Calcium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Chlorure (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Cuivre (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Fer (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Iode (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Magnésium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Manganèse (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Phosphore (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Potassium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Sélénium (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Sodium (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	-

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Zinc (mg)	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Zoom on minerals and trace elements

- **Stewed** celery is a **source of**:
 - **chloride** as it provides the equivalent of 21.25% of DRVs, i.e. 170 mg per 100 g; it is moreover, after cooked peas and raw chard, the vegetable that contains the most chloride (Ciqua Table 2020).
 - **potassium** as it provides the equivalent of 17% of DRVs, i.e. 340 mg per 100 g.
- The other minerals and trace elements are present in quantities representing less than 5% of DRVs.

VITAMINES

Valeurs

Constituant	Teneur moyenne	Min-Max pour 100 g	% VNR
Provitamine A Béta-carotène (µg)	47,80	-	-
Équivalent Vitamine A (µg)	7,97	-	1
Vitamine B1 (mg)	< 0,015	-	-
Vitamine B2 (mg)	0,019	-	1,36
Vitamine B3 (mg)	0,21	-	1,31
Vitamine B5 (mg)	0,27	-	4,50
Vitamine B6 (mg)	0,034	-	2,43
Vitamine B9 (µg)	7,98	-	3,99
Vitamine C (mg)	< 0,50	-	-
Vitamine E (mg)	1,58	-	13,17
Vitamine K1 (µg)	1,26	-	1,68

Sources

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Provitamine A Béta-carotène (µg)	Ciqua 2020 (valeur issue des analyses Ciqua-Aprifel 2018)	-	-

Constituant	Quantité	Min-Max	% VNR
Équivalent Vitamine A (µg)	Calcul à partir de la valeur Provitamine A Béta-carotène*	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B1 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B2 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B3 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B5 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B6 (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine B9 (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine C (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine E (mg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011
Vitamine K1 (µg)	Ciqual 2020 (valeur issue des analyses Ciqual-Aprifel 2018)	-	Règlement (UE) N°1169/2011 du parlement Européen et du conseil du 25 octobre 2011

Zoom on vitamins

- Stewed celery provides a significant amount of **vitamin E**. It provides the equivalent of 13.17% of DRVs, i.e. 1.58

mg per 100 g.

- The other vitamins are present in quantities representing less than 5% of DRVs.

*Calculation made: Beta-Carotene / 6 + retinol

ALLÉGATIONS NUTRITIONNELLES ET DE SANTÉ

ALLÉGATIONS NUTRITIONNELLES ET DE SANTÉ RAW

According to the definitions of nutrition claims as set out in Regulation (EC) No 1924/2006 on nutrition and health claims, and in view of the composition of raw celery, the following claims may be used:

NUTRITION CLAIMS OF RAW CELERY

- **Low in energy** (100 g of raw celery provide less than 40 kcal)
- **Fat-free** (100 g of raw celery contain no more than 0.5 g of fat)
- **Low in sugar** (100 g of raw celery contain no more than 5 g of sugar)
- **Source of vitamin B9** (100 g of raw celery provide the equivalent of more than 15% of DRVs)
- **Source of chloride** (100 g of raw celery provide the equivalent of more than 15% of DRVs)
- **Source of potassium** (100 g of raw celery provide the equivalent of more than 15% of DRVs)

HEALTH CLAIMS (FOR A CONSUMPTION OF 100 G OF RAW CELERY)

Folates or vitamin B9

- Folates contribute to:
 - maternal tissue growth during pregnancy,
 - normal amino acid synthesis,
 - normal blood formation,
 - normal homocysteine metabolism,
 - normal psychological function,
 - normal function of the immune system,
 - reduction of tiredness and fatigue.
- Folates have a role in the process of cell division.

Chloride

- Chloride contributes to normal digestion by production of hydrochloric acid in the stomach.

Potassium

- Potassium contributes to:
 - normal functioning of the nervous system,
 - normal muscle function,
 - maintenance of normal blood pressure.

ALLÉGATIONS NUTRITIONNELLES ET DE SANTÉ STEWED

NUTRITION CLAIMS OF STEWED CELERY

- **Low in energy** (100 g of stewed celery provide less than 40 kcal)
- **Fat-free** (100 g of stewed celery does not contain more than 0.5 g of fat)
- **Low in sugar** (100 g of stewed celery contain no more than 5 g of sugar)
- **Source of chloride** (100 g of stewed celery provide the equivalent of more than 15% of DRVs)
- **Source of potassium** (100 g of stewed celery provide the equivalent of more than 15% of DRVs)

HEALTH CLAIMS (FOR A CONSUMPTION OF 100 G OF STEWED CELERY)

Chloride

- Chloride contributes to normal digestion by production of hydrochloric acid in the stomach.

Potassium

- Potassium contributes to:
 - normal functioning of the nervous system,
 - normal muscle function,
 - maintenance of normal blood pressure.

- Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail. Table de composition nutritionnelle des aliments Ciqua 2020. Consultée le 19/08/2020 depuis le site internet Ciqua <https://ciqua.anses.fr/>
- Bruznican S, De clerq H, Eeckhaut T, Van Huylenbroeck J, Geelen D. Celery and Celeriac: A Critical View on Present and Future Breeding. *Front. Plant Sci.* 2020;10:1699.
- Deneer RHM, Glawe GA. Hybride Celery Variety. *FPO Driving Ip Forward.* 2017;49:835.
- Fu N, Wang PY, Liu XD, Shen HL. Use of EST-SSR markers for evaluating genetic diversity and fingerprinting celery (*Apium graveolens* L.) cultivars. *Molecules.* 2014 ;19(2):1939-55.
- Guerra N, Carrozzi L, Goñi MG, Roura S, Yommi A. Quality characterization of celery (*Apium graveolens* L.) by plant zones and two harvest dates. *J Food Sci.* 2010;75(6):S327-32.
- Kowalczyk A, Bodalska A, Miranowicz M, Karłowicz-Bodalska K. Insights into novel anticancer applications for apigenin. *Adv. Clin. Exp. Med.* 2017;26(7):1143-6.
- Kulig D, Matysiak M, Baldovská S, Štefániková J, Maruniaková N, Mňahončáková E, Árvay J, Galbavý D, Kolesarova A. Screening of Polyphenolic Compounds from traditional Medicinal Herbs. *Journal of microbiology, biotechnology and food sciences.* 2019;9(10):487-91.
- Liu G, Zhuang L, Song D, Lu C, Xu X. Isolation, purification, and identification of the main phenolic compounds from leaves of celery (*Apium graveolens* L. var. dulce Mill./Pers.). *J Sep Sci.* 2017;40(2):472-9.
- Neveu V, Perez-Jiménez J, Vos F, Crespy V, du Chaffaut L, Mennen L, Knox C, Eisner R, Cruz J, Wishart D, Scalbert A. (2010) Phenol-Explorer: an online comprehensive database on polyphenol contents in foods. Database, doi: 10.1093/database/bap024. [Full text \(free access\)](#)
- Règlement (CE) N° 1924/2006 du Parlement européen et du Conseil du 20 décembre 2006 concernant les allégations nutritionnelles et de santé portant sur les denrées alimentaires.
- Règlement (UE) N°432/2012 de la Commission du 16 mai 2012 établissant une liste des allégations de santé autorisées portant sur les denrées alimentaires, autres que celles faisant référence à la réduction du risque de maladie ainsi qu'au développement et à la santé infantiles.
- Règlement (UE) n°1169/2011 du Parlement européen et du Conseil du 25 octobre 2011 concernant l'information des consommateurs sur les denrées alimentaires, modifiant les règlements (CE) n°1924/2006 et (CE) n°1925/2006 du Parlement européen et de Conseil et abrogeant la directive 87/250/CEE de la Commission, la directive 90/496/CEE du Conseil, la directive 1999/10/CE de la Commission, la directive 200/13/CE du Parlement européen et du Conseil, les directives 2002/67/CE et 2008/5/CE de la Commission et le règlement (CE) n°608/2004 de la Commission.