



GRILLEZ INTELLIGEMMENT

UN GUIDE

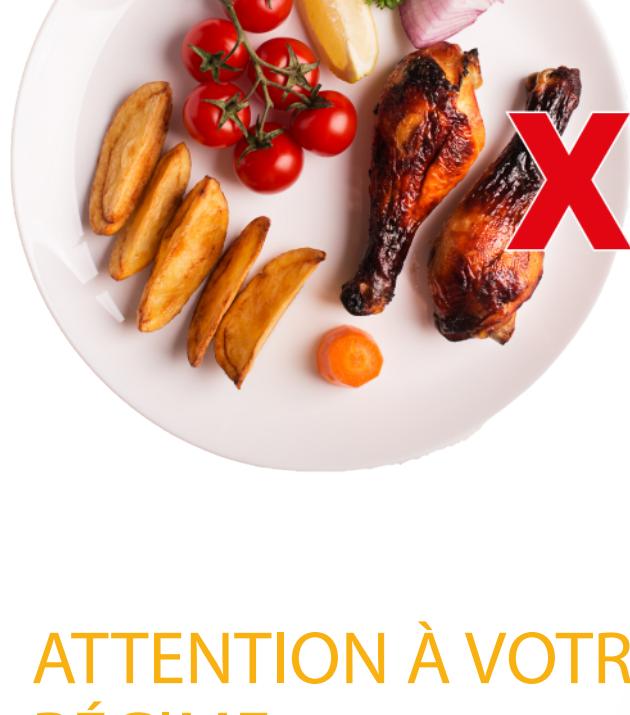
Griller de la viande, des produits à base de viande et du poisson peut entraîner la formation de produits chimiques cancérogènes à partir des fumées, des viandes et graisses brûlées et des additifs alimentaires tels que les nitrites et les nitrates.

ATTENTION À LA TEMPÉRATURE

Contrôlez la **température** et

la durée de cuisson,

retournez fréquemment les aliments, utilisez un gril à chaleur indirecte



ATTENTION À LA COULEUR

Ne mangez pas les parties

noircies ou carbonisées

et grillez des aliments moins gras et sans la peau



ATTENTION À VOTRE RÉGIME ALIMENTAIRE

Consommez davantage

de légumes, de fruits et

d'herbes fraîches et moins

de viande grillée et de

produits à base de

viande

RÉDUISEZ LES RISQUES POUR VOTRE SANTÉ
ET GRILLEZ INTELLIGEMMENT