

<https://www.estcevrai.fr/sante-medecine/article/est-ce-vrai-que-le-cafe-au-lait>



# Est-ce vrai que le café au lait est un poison ?

- Santé/Médecine -



Date de mise en ligne : dimanche 30 juillet 2023

Date de parution : 3 octobre 2010

---

Copyright © Est-ce vrai ? - Tous droits réservés

---

**Réponse : c'est apparemment FAUX, je n'ai trouvé aucune étude scientifique démontrant un effet toxique de l'addition de lait ou de crème au café, il s'agit vraisemblablement d'une rumeur sans rationnel scientifique.**

*Post-scriptum :*

*Références :*

1. Renouf M, Marmet C, Guy P, Fraering AL, Longet K, Moulin J, Enslin M, Barron D, Cavin C, Dionisi F, Rezzi S, Kochhar S, Steiling H, Williamson G. Nondairy creamer, but not milk, delays the appearance of coffee phenolic acid equivalents in human plasma. *J Nutr.* 2010 Feb ;140(2):259-63. Epub 2009 Dec 9.
2. Duarte GS, Farah A. Effect of simultaneous consumption of milk and coffee on chlorogenic acids' bioavailability in humans. *J Agric Food Chem.* 2011 Jul 27 ;59(14):7925-31. Epub 2011 Jun 15.
3. Farkas CS, Harding le Riche W. Effect of tea and coffee consumption on non-haem iron absorption : some questions about milk. *Human nutrition. Clinical nutrition.* 1987 ;41(2):161-163.
4. Liu J, Poojary MM, Zhu L, Williams AR, Lund MN. Phenolic Acid-Amino Acid Adducts Exert Distinct Immunomodulatory Effects in Macrophages Compared to Parent Phenolic Acids. *J Agric Food Chem.* 2023 Feb 8 ;71(5):2344-2355. doi : 10.1021/acs.jafc.2c06658. Epub 2023 Jan 30. PMID : 36715127.
5. Auguste Penilleau. *Etude sur le café, au point de vue historique, physiologique, hygiénique & alimentaire.* Adrien Delabaye Ed, Paris, 1864 - 90 pages.