



Protocole AIP

Programme des réintroductions



PHASE 1

1

Jaune d'oeuf
Epices dérivées de graines et de baies
Huiles de fruits à coque ou de graines
Ghee (beurre clarifié) issu de lait d'animaux nourris à l'herbe
Café (occasionnellement)
Cacao et chocolat
Petits pois, haricots verts, pois gourmands...
Légumineuses germées

PHASE 2

2

Graines
Fruits à coque
Café (consommation quotidienne)
Blanc d'oeuf
Beurre issu de lait d'animaux nourris à l'herbe
Alcool en petite quantité

PHASE 3

3

Aubergines
Poivrons
Paprika
Pommes de terre épluchées
Produits laitiers issus de laits d'animaux nourris à l'herbe
Lentilles, pois chiches et pois cassés

PHASE 4

4

Piments et épices dérivées
Tomates
Pommes de terre non épluchées
Alcool en quantité normale
Céréales et pseudo-céréales sans gluten
Autres légumineuses
Riz blanc

