

# 14 Allergene



- A  Gluten haltiges Getreide** Dazu gehören Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Emmer, Einkorn, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, ausgenommen: Glukosesirupe auf Weizenbasis einschließlich Dextrose, Maltodextrine auf Weizenbasis, Glukosesirupe auf Gerstenbasis.
- B  Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse** Leicht zu erkennen sind Shrimps, Garnelen, Krebse, Langusten, Hummer und Co, solange sie sich nicht pulverisierter Form in Saucen, Suppen und Gewürzen verstecken.
- C  Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse** Eier können in Mehlspeisen, Dressings, Gebäck, Panaden, Nudeln oder Mayonnaise enthalten sein.
- D  Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse** Sowohl Süße- als auch Salzwasserfische müssen gekennzeichnet werden. Diese können in Würzpasten, Saucen oder Brühen vorkommen.
- E  Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse** Vorsicht ist bei Erdnüssen geboten, diese kann bei Allergikern schnell zum Tod führen. Erdnussöl und -butter zählen ebenso dazu.
- F  Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse** Soja ist in Tofu, Sojasauce, Sojaöl oder Miso enthalten.
- G  Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose)** Milch und deren Erzeugnisse könne nicht nur in Butter, Milch, Molkepulver und Käse enthalten sein, sondern auch in Wurst und Saucen.
- H  Nüsse / Schalenfrüchte** Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Kaschunüsse, Pecannüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamia- oder Queensland Nüsse können in Schokolade, Kuchen, Brot, Pesto und Likören auftreten.
- I  Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse** Sellerie wird in Suppen, Saucen, Dressings sowie in Wurst und Gewürzmischungen verarbeitet.
- J  Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse** Senfkörner und Senfpulver können in Dressings, Saucen, Currys, Wurstwaren, Ketchup und Gewürzmischungen enthalten sein.
- K  Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse** Als Öl, Samen, Paste oder Mehl kann Sesam in Brot und Backwaren oder Marinaden auftreten.
- L  Schwefeldioxid und Sulfite in Konzentrationen** Ab zehn Milligramm pro Kilogramm oder Liter müssen Sulfite und Schwefeldioxid gekennzeichnet werden. Meist als Konservierungsmittel eingesetzt werden sie als E-Nummern auf den Produkten angeführt und kommen etwa in Softdrinks, Bier, und Wein vor.
- M  Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse** Lupinen werden als pflanzliches Protein zu Mehl, Kleie, Tofu, Milch oder Eiweißkonzentrat verarbeitet und kommen in Brot und Gebäck, Nudeln oder Wurst vor.
- N  Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse** Dazu zählen unter anderem Schnecken, Muscheln, Austern oder Tintenfische, die auch in Saucen verarbeitet werden.