








14 Stoffe die Allergien und Unverträglichkeiten auslösen können

	A Soja (z. B. als Miso, Sojasoße, Sojaöl,; vorkommen z. B. in Gebäck, Marinaden, Kaffeeweißler)
	B Senf (z. B. Senfkörner, -pulver in Dressings, Ketchup, Gewürzmischungen)
	C Sesam (z. B. als Sesamöl, Tahin, Gomasio; Vorkommen in Gebäck, Falafel, Marinaden etc.)
	E Ei (z. B. als Flüssigei, Lecithin, (OV)-Albumin; Vorkommen z. B. in Mayonnaise, Panade, Dressing)
	F Fisch (alle Fischarten; Vorkommen z.B. in Fischextrakten), Würzpasten, Soßen etc.)
	G Glutenhaltiges Getreide (G1 Weizen, G2 Roggen, G3 Gerste, G4 Hafer, G5 Dinkel, G6 Kamut, Vorkommen z. B. in Mehl, Bier, Wurstwaren, Kuchen)
	K Krebstiere (z. B. Krebs, Shrimps, Garnelen; Vorkommen z. B. in Suppen, Soßen, Würzpasten)
	L Lupine (z. B. als Lupinenmehl, -eiweiß in vegetarischen, glutenfreien Produkten)
	M Milch (Erzeugnisse wie Butter, Käse, Laktose, Molkenprotein; Vorkommen z. B. in Wurst, Soßen, Kroketten)
	N Schalenfrüchte/Nüsse (N1 Cashewkerne, N2 Haselnuss, N3 Paranuss, N4 Pecanuss, N5 Pistazie, N6 Macadamianuss, N7 Mandel, N8 Walnuss; Vorkommen z. B. in Kuchen, Schokolade, Pesto)
	S Sellerie (Bleich-, Knollen- und Staudensellerie; Vorkommen z. B. in Wurst, Brühen, Gewürzmischungen)
	U Erdnüsse (z. B. Erdnussöl, -butter; Vorkommen in Gebäck, Schokolade etc.)
	W Weichtiere (z. B. Schnecken, Tintenfische, Austern; Vorkommen in Soßen, asiatischen Spezialitäten etc.)
	X Sulfite/Schwefeldioxyde (E 220-E 228, z. B. in Trockenfrüchten, Wein, Essig)