

Die 14 kennzeichnungspflichtigen Allergene



Glutenhaltige Getreide: Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kanut, sowie Hybridstämme
Beispiele: Brötchen, Stärke, Mondamin, Nudeln, Couscous, Bulgur, Kleie, Graupen, Grieß, Semmelbrösel...



Krebstiere

Beispiele: Shrimps, Garnelen, Crevetten, Langusten, Hummer, Krabbenchips, Surimi, Paella, ...



Eier (Hühnerei, Eigelb, Eiklar)

Beispiele: Eischnee, Gebäck, Baiser, Schaumküsse, Eiernudeln, Saucen, Lysozym z.B. in Käse...



Fische

Beispiele: Kaviar, Roggen, Gelatine, Würzsaucen, Sushi, Surimi, ...



Erdnüsse

Beispiele: Erdnussöl, Erdnussbutter, Nougat, Spekulatius, Nussmischungen, Backmischungen, Saucen, Dressings, Pesto...



Sojabohnen

Beispiele: Sojamehl, Sojamilch, Sojagrieß, Sojasauce, Sojalecithin z.B. in Schokolade und anderen Süßwaren, Sojajoghurt, Tofu, Tempeh, Miso, Sojasprossen, ...



Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose)

Beispiele: Sahne, Quark, Joghurt, Buttermilch, Käse, Margarine, Butter, Kefir, Frischkäse, Crème Fraiche, Schokolade, Eiscreme...



Schalenfrüchte: Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Cashewnüsse, Pecannüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamianüsse

Beispiele: Nussöl, Nussmuß, Nussbutter, ...



Sellerie

Beispiele: Selleriegewürz, Stangensellerie, Bleichsellerie, Selleriesalz, Brühe, Curry, Suppen, Eintöpfe, Kartoffelsalat, Wurst- und Fleischwaren, Feinkostsalate, ...



Senf

Beispiele: Senföl, Senfsprossen, Senfblätter, Senfblüten, Mostrich, Rouladen, Curry, sauer Eingelegtes, Chutney, Marinaden, Suppen, ...



Sesamsamen

Beispiele: Sesamöl, Sesampaste (Tahin), Humus, Hamburgerbrötchen, Gebäck, Falafel, Cracker, Müsli und Müsliriegel, Süßspeisen...



Schwefeldioxid (SO₂) und Sulfite mit mehr als 10 mg/kg bzw. 10 mg/l

Beispiele: E220-228, Geschwefelte Trockenfrüchte, Wein, geriebener Meerrettich, ...



Lupinen

Beispiele: Lupinenmehl z.B. in Eiweißbrot, Eiweißersatzprodukte, Lupinensprossen, ...



Weichtiere

Beispiele: Muscheln, Schnecken, Tintenfische, Abalone, schwarze Nudeln, Surimi, Sashimi, Paella, ...

Bildquelle: Pixabay

Beispiele ohne Anspruch auf Vollständigkeit.