

# Die 14 Hauptallergene auf einen Blick

	<p><b>A</b></p> <p><b>Glutenhaltiges Getreide</b></p> <p>Roggen, Weizen, Hafer, Gerste, Dinkel, Emmer, Einkorn, Kamut oder Hybridstämme ... und Erzeugnisse aus glutenhaltigem Getreide</p> <p>wie Stärke, Mehl, Dunst, Couscous, Polenta, Graupen, Flocken, Kleie, Schrot, Bulgur, Weizenkeimlinge und Weizenkeimöl</p>		<p><b>H</b></p> <p><b>Schalenfrüchte</b></p> <p>Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Cashewnüsse, Pecannüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamia- und Queenslandnüsse ... und Erzeugnisse aus Schalenfrüchten</p> <p>wie entsprechende Nussöle, Nusscremes, Nussmus, Nusspasteten und geröstete Nüsse</p>
	<p><b>B</b></p> <p><b>Krebstiere</b></p> <p>alle Arten von Krebstieren</p> <p>z.B. Garnelen, Krabben, Hummer, Langusten, Fluss- oder Taschenkrebse, Garnelen, Shrimps, Scampi</p> <p>... und Krebstiererzeugnisse</p> <p>wie Krebspulver, Krebsmehl, Krebsbutter, Krebsuppenpasten, Krebskonserven und pasteurisierte Krebserzeugnisse</p>		<p><b>L</b></p> <p><b>Sellerie</b></p> <p>alle Selleriesorten</p> <p>... und Sellerieerzeugnisse</p> <p>wie Selleriesaat, Sellerieknolle, Sellerieblatt, Selleriepulver (auch in Gewürzen und Kräutermischungen), Gemüsesäfte mit Sellerie und Selleriesalz</p>
	<p><b>C</b></p> <p><b>Eier</b></p> <p>alle Arten von Nutzgefügleiern</p> <p>z.B. Hühnereier sowie auch Eier von Gans, Ente, Pute, wachtel, Taube und Strauß</p> <p>... und Eierzeugnisse</p> <p>wie Eigelb, Eiklar, Eischnee, Flüssigei, Eipulver, Gefriererei, Vollei, Volleipulver, Eiprotein, E322 = Lecithin (Ei) und E1105 = Lysozym (Ei)</p>		<p><b>M</b></p> <p><b>Senf</b></p> <p>alle Senfsorten</p> <p>... und Senferzeugnisse</p> <p>wie Senfsaat, Senfpulver, scharfer Senf, altbayerischer Senf, süßer Senf, Senföl, Senfsprossen, Senfblätter und -blüten</p>
	<p><b>D</b></p> <p><b>Fisch</b></p> <p>alle Fischarten</p> <p>z.B. Hühnereier sowie auch Eier von Gans, Ente, Pute, wachtel, Taube und Strauß</p> <p>... und Fischerzeugnisse</p> <p>wie Fischgelatine, Konserven, Kaviar, Rogen, Fischextrakt und Fischsauce</p>		<p><b>N</b></p> <p><b>Sesamsamen</b></p> <p>alle Sesamsorten</p> <p>... und Sesamerzeugnisse</p> <p>wie Sesamsaat (schwarzer und weißer Sesam), Sesamöl, Sesampasteten (Tahin), Sesambutter, Sesammehl und Sesamsalz</p>
	<p><b>E</b></p> <p><b>Erdnüsse</b></p> <p>alle Erdnussarten</p> <p>... und Erdnusserzeugnisse</p> <p>wie Erdnussöl, geröstete Erdnüsse, Erdnussmehl, Erdnussflocken und Erdnussbutter</p>		<p><b>O</b></p> <p><b>Schwefeldioxid und Sulfite</b></p> <p>E220 - 228 (in Konzentrationen von mehr als 10 mg/kg oder mg/l, berechnet als SO<sub>2</sub>)</p> <p>... die damit geschwefelten Erzeugnisse</p> <p>wie Wein, Essig, Kartoffelprodukte, Tomatenpüree, Pilze, getrocknetes Gemüse und Trockenobst</p>
	<p><b>F</b></p> <p><b>Soja</b></p> <p>alle Sorten von Sojabohnen</p> <p>... und Sojaerzeugnisse</p> <p>wie Sojamehl, Sojagries, Sojamilch, nicht raffiniertes Sojaöl, Sojaeiweiß, Sojaflocken, Sojasauce, Sojapaste, Sojasprossen, Tofu, Miso, Tempeh und E322 Sojalecithin</p>		<p><b>P</b></p> <p><b>Lupinen</b></p> <p>alle Lupinensorten</p> <p>... und Lupinenerzeugnisse</p> <p>wie Lupinenmehl, Lupinensprossen, Lupinenprotein, Lupinenkonzentrat und Lupinenisolat</p>
	<p><b>G</b></p> <p><b>Milch</b></p> <p>alle Arten von Nutztiermilch</p> <p>z.B. Kuhmilch sowie auch Milch von Ziege, Schaf, Büffel und Pferd</p> <p>... und Milcherzeugnisse wie Milch, Rahm, Sauerrahm, Crème fraîche, Buttermilch, Dickmilch, Kondensmilch, Joghurt, Kefir, Käse, Quark, Milchpulver, Molke, Milcheiweiß, Kasein(ate), Molkenproteine, Milchzucker (Laktose), Butter, Butterschmalz und Ghee</p>		<p><b>R</b></p> <p><b>Weichtiere (Mollusken)</b></p> <p>alle Arten von Weichtieren</p> <p>z.B. Schnecken, Abalone (Seeohr), Muscheln (Venus-, Mies-, Kamm-, Messer-, Jakobsmuschel, Austern), Tintenfische, Kalmare, Kraken, Meeresschnecken</p> <p>... und Weichtiererzeugnisse</p> <p>wie pasteurisierte Weichtiere, Weichtierdauerkonserven und Austernsauce</p>

## Zusatzstoffe:

1. mit Phosphat, 2. mit Geschmacksverstärker, 3. mit Farbstoff, 4. mit Antioxidationsmittel, 5. mit Konservierungsstoffen, 6. geschwärzt, 7. mit Süßungsmittel, 8. Coffeinhaltig, 9. chininhaltig, 10. mit Phenylalaninquelle