

Die 14 Hauptallergene

A Eier	Hühnereier, Enteneier.. Eigelb, Eiklar, Flüssigei, Eipulver Lebensmittel mit der Vorsilbe Ovo = Ei z.B. Ovomucoid aus Ei in Käse, IN LM: Löffelbiskuite, Gebäck, Kuchen, Dessert, Eiscreme, Toppings, Saucen z.B. Hollandaise, Mayonnaise, Hackfleisch, Panade, Teigmantel, Haftmittel für Körner oder Deko, Zuckerglasur, Eierlikör, andere Liköre, Surimi, Teigwaren
B Milch	Milch, Ziegen- Schafsmilch..., Milcheiweiß – hydrolysate, Casein, Molkenproteine, Laktalbumin, Laktoglobulin, Milchzucker, Milchpulver, Molke, Sahne, Rahm, Schmand, Creme fraiche, Buttermilch, Dickmilch, Kondensmilch, Joghurt, Kefir, Käse, Quark., Butter, Butterschmalz, IN LM: Margarine, pflanzliche Streichfette, Schokolade, Backwaren, Nougat, Eiscreme, Dessert Kartoffelpüree, Surimi
C Glutenhaltige Getreide	Weizen, Gerste, Hafer, Roggen, Dinkel, Grünkern, Einkorn, Emmer, Kamut, Triticale, Backwaren, Stärke, Mehl, Dunst, Grieß, Couscous, Polenta, Graupen, Flocken, Kleie, Schrot, Bulgur, Weizenkeimlinge IN LM: Teigwaren, Flädle, Semmelbrösel, Müsli, Backmischungen, Brot, Gebäck, Kuchen, Kekse, Malz, Bier, Getreidekaffee, Roux, Backerbsen, Kakaogetränke, Würzmischungen, Sojasaucen, Weizeneiweiß in Würzsaucen, Schokoriegel, Müsliriegel, Eis mit Waffel, Trennmittel in geriebenem Käse, Wurstspezialitäten z.B. Tiegelblutwurst, Bratleberwurst, Kärntner Weißwurst; Pudding
D Erdnüsse	Erdnussöl, Erdnussbutter IN LM: vegetarischer Fleischersatz, Saucen, Dressings, Pesto, Ethnic Foods (asiatisch, mexikanisch...), Nussmischungen, Studentenfutter

<p>E Nüsse (Schalenfrucht)</p>	<p>Mandeln, Walnüsse, Haselnüsse, Pistazien, Paranüsse, Cashew, Macadamianüsse Walnussöl ...Öl mit Nüssen, Nusspaste, Nussbutter IN LM: Marzipan, Nougat, Nuss- Nougatcreme, Torten, Kuchen, Dessert, Amarettini, Schokolade, Knabberartikel, Studentenfutter, Müsli, Salattoppings, Pesto, Saucen, vegetarische Gerichte, Nussbrot, aromatisierte Kaffeespezialitäten</p>
<p>F Schwefeldioxid und Sulphit</p>	<p>In einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder Liter E220 – 228 Schwefeldioxid und Salze der schwefeligen Säure IN LM: Wein (geschwefelt), alkoholische Getränke, Trockenfrüchten (vor allem solche die hell bleiben sollen), geriebene Meerrettich- Kren- Produkten</p>
<p>G Lupinen</p>	<p>IN LM: Lupinenmehl, pflanzliches Eiweiß (Lupinen), Backwaren und vegetarischem Fleischersatz, Lupinensprossen</p>
<p>H Sesam</p>	<p>Sesamsaat, -öl, -pasten (Tahin), -butter, -mehl, -salz (Gomasio), IN LM: Hamburgerbrötchen, Brot, Gebäck, Cracker, Frühstückscerealien, Süßspeisen, Verwendung in asiatischer, orientalischer – und türkischer Küche, Falafel, Hummus, Moutabel (syrische Auberginencreme)</p>
<p>I Soja</p>	<p>Sojabohnen, -mehl, -grieß, -milch, -desserts, -öl, -lecithin, -eiweiß, -sprossen, Tofu, Miso, Tempeh, IN LM: Würzsaucen (Soja, Shoyu, Worcester...), vegetarische Aufstriche und Gerichte, Surimi, Brot- und Backwaren, Burger, Wurstwaren, Light-Hackfleischzubereitung</p>
<p>J Sellerie</p>	<p>Sellerieknolle, Selleriesaat, Stangen- oder Bleichsellerie, Gemüsesäfte mit Sellerie, Selleriesalz IN LM: Gewürzmischungen, Curry, Boullions, Suppen, Eintöpfe, Saucen, Wurst- und Fleischwaren, Feinkostsalate, Waldorfsalat, Gemüsesalate, Kartoffelsalat mit Boullion, pikante Snacks</p>

K Senf	Mostrich, Senf, -öl, -saat, -sprossen, -blätter, -blüten IN LM: Wurst, Fleischwaren, Rouladen, Currys, Gewürzmischungen, sauer eingelegtes Gemüse, Marinaden, Suppen, Saucen, Chutneys, Feinkostsalate
L Fische	Alle Sorten Fisch,: roh, zubereitet, als Konserve, Kaviar, Rogen IN LM: Gelantine, Surimi, Anchovis und –paste, Worcester Sauce, asiatische Saucen, Würzsaucen, Ethnic Foods (z.B. Sushi, Paella, Frühlingsrolle, Vitello tonnato, Bouillabaisse, Labskaus), Bloody Mary mit Worcester Sauce
M Krebstiere (Krustentiere)	Crevetten, Fluss- und Taschenkrebse, Garnelen, Hummer, Krabben, Krill, Langusten, Shrimps, Scampi, Seespinne IN LM: Krebsbutter, Shrimpspaste, Sashimi, Surimi, Kroepoel, Bouillabaisse, Paella
N Weichtiere (Molusken)	Muscheln (Venus-, Mies-, Kamm-, Jakobsmuscheln, Austern, Schnecken, Abalone, Kopffüßer (Tintenfisch), Calamares, Kraken (z.B. Octopus, Polpo, Pulpo) IN LM: Ssepia, schwarze Nudeln, Surimi, Sashimi, Bouillabaisse, Paella