

Liste der 14 Hauptallergengruppen



SOJA

Ursprung: Sojabohne

Vorkommen: Sojamilch, Tofu, Sojasoße, Fleischersatzprodukte, Verarbeitete Lebensmittel, Backwaren, Dressings

1



LUPINEN

Ursprung: Lupinenpflanze

Vorkommen: Gluten freie Backwaren, Brot, Pasta, Desserts, Mehlmischungen, Kaffee, Tee, Fleischersatzprodukte

2



NÜSSE

Ursprung: Verschiedene Baumnüsse

Vorkommen: Schokolade, Gebäck, Müsli, Desserts, Brotaufstriche, Pestos, Snacks

3



SELLERIE

Ursprung: Selleriepflanze

Vorkommen: Suppen, Salate, Würzmittel, Fertiggerichte, Saucen, Gewürzmischungen, Snacks

4



EIER

Ursprung: Hühnerei

Vorkommen: Backwaren, Nudeln, Soßen, Mayonnaise, Teigwaren, Süßwaren, Dressings, Kuchen

5



MILCH

Ursprung: Kuhmilch

Vorkommen: Milchprodukte, Käse, Butter, Sahne, Eis, Schokolade, Backwaren, Desserts, Fertiggerichte

6



SCHWEFELDIOXID / SULFIT

Ursprung: Diverse E-Stoffe

Vorkommen: Wein, Trockenfrüchte, Konserven, Fertiggerichte, Essig, Säfte, Softdrinks, Kartoffelprodukte

7



GETREIDE MIT GLUTEN

Ursprung: Diverse Getreidearten

Vorkommen: Brot, Pasta, Gebäck, Bier, Soßen, Panaden, Fertiggerichte, Frühstückscerealien

8



ERDNÜSSE

Ursprung: Erdnusspflanze

Vorkommen: Erdnussbutter, Süßwaren, Snacks, Gebäck, Saucen, asiatische Gerichte, Müsliriegel

9



SENF

Ursprung: Senfkörner

Vorkommen: Senf, Soßen, Salatdressings, Marinaden, Gewürzmischungen, Mayonnaise, Fleischprodukte

10



SESAM

Ursprung: Sesamsamen

Vorkommen: Brot, Humus, Snacks, Gewürzmischungen, Backwaren, Sushi, Salatdressings

11



FISCH

Ursprung: Verschiedene Fischarten

Vorkommen: Fischgerichte, Soßen, Würzpasten, Sushi, Salate, Fertiggerichte, Bouillons

12



WEICHTIERE

Ursprung: Muscheln, Schnecken

Vorkommen: Muschelgerichte, Bouillabaisse, Pastagerichte, Paella, Suppen, Fertiggerichte

13



SCHALEN- /KRUSTENTIERE

Ursprung: Garnelen, Krabben

Vorkommen: Meeresfrüchte, Sushi, Soßen, Suppen, Pasta, asiatische Gerichte, Bouillabaisse

14