IGIENA ALIMENTELOR · ALERGENI

Cei 14 alergeni

Clean Hands
Siguranța alimentelor în limba ta

Conform legii, afacerile cu alimente trebuie să îți spună dacă mâncarea conține oricare dintre aceștia.

1 Țelina
Tulpini, frunze, semințe și rădăcină de țelină. În supe, cuburi de supă, salate și amestecuri de condimente.

2 Cereale care conțin gluten
Grâu, secară, orz și ovăz. În pâine, paste, făină, prăjituri, aluat pentru pané și sosuri.

3 Crustacee
Creveți, crabi, homari și raci. În pasta de creveți și în unele curry.

4 Ouă
În prăjituri, maioneză, paste proaspete, sosuri și mâncare unsă cu ou.

5 Pește
În sosul de pește, sosul Worcestershire, dressinguri și unele pizza.

6 Lupin
Făină și semințe de lupin. În unele tipuri de pâine, produse de patiserie și paste.

7 Lapte
Unt, brânză, smântână, iaurt, ghee și lapte praf.

8 Moluște
Midii, stridii, calamari și melci. În sosul de stridii.

9 Muștar
Semințe, pudră și frunze. În dressinguri, marinade, sosuri și curry.

10 Fructe cu coajă lemnoasă
Migdale, alune de pădure, nuci, caju, nuci pecan, nuci braziliene, fistic și macadamia. În pesto și marțipan.

11 Arahide
Numite și alune de pământ. Ulei de arahide, sos satay, unele curry și deserturi.

12 Susan
Semințe, tahini, humus, ulei de susan și unele tipuri de pâine.

13 Soia
Tofu, sos de soia, edamame, făină de soia și multe mâncăruri gata preparate.

14 Dioxid de sulf și sulfiți
În fructe uscate, vin, bere și unele produse din carne.

NU EȘTI SIGUR?

Întreabă. Nu ghici niciodată.
Citește etichetele de fiecare dată. Rețetele și produsele se schimbă.

SUNĂ LA 999

Dacă cineva are o reacție gravă.
Greutăți la respirație, umflarea feței sau a gâtului, ori leșin.

Pe baza recomandărilor Food Standards Agency și NHS.
Se poate tipări și distribui gratuit.
Ref CH-AL-RO-2611 · EN: The 14 allergens · translation draft, not yet checked