

# ALLERGENI ALIMENTARI

da adottare in caso di **intolleranza o allergia**



## CEREALI CONTENENTI GLUTINE

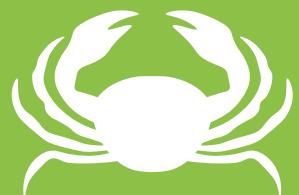
(grano, orzo, segale, avena, farro, kamut o i loro ceppi ibridati)

Le persone che presentano intolleranza al glutine (celiaci) devono evitare frumento, pasta, grano ecc...

Attenzione anche a cibi impanati, salse emulsionate con farina, pasticcini e torte

## CROSTACEI E DERIVATI

Per gli allergici vanno evitati tutti gli alimenti contenenti crostacei ed i prodotti derivati come la salsa di granchio ecc.



## UOVA E DERIVATI

Le uova rientrano in moltissime preparazioni, vengono usate come emulsionante o nella preparazione di salse (maionese)

## PESCE E DERIVATI

Per gli allergici vanno evitati tutti gli alimenti contenenti pesci ed i prodotti derivati come salse, sughi ecc...

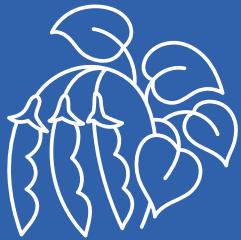


## ARACHIDI E DERIVATI

Fare attenzione anche ai prodotti a base di arachidi, come olio o burro

## **SOIA E DERIVATI**

*E presente in diversi alimenti, inclusi i gelati, salse, dessert, prodotti a base di carne e prodotti vegetariani (hamburger di soia)*



## **LATTE E DERIVATI**

*Per gli allergici vanno evitati tutti gli alimenti contenenti yogurt, panna, latte in polvere, burro formaggio, salumi (alcuni salumi contengono latte in polvere)*

## **FRUTTA CON GUSCIO**

### **(mandorle, nocciole, noci, anacardi, pistacchi)**

*Le allergie riguardano noci, nocciole, mandorle ecc.. Attenzione a panì alle noci, biscotti, gelati, oli e marzapane*

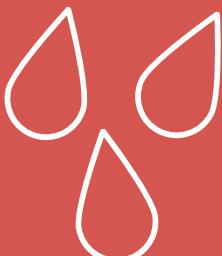


## **SEDANO E DERIVATI**

*Viene utilizzato come insaporitore di cibi e come ingrediente in alcune insalate*

## **SENAPE E DERIVATI**

*Considerare sia i semi della pianta che i prodotti derivati (senape, mostarda)*



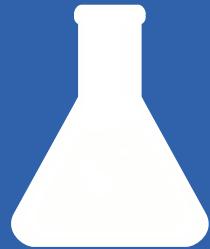
## **SESAMO E DERIVATI**

*Sono utilizzati come olio o nella preparazione di grissini e pane; spesso usati nella cucina turca e greca*

## **ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI**

**in concentrazione superiore a 10 mg/kg 0 mg/l**

Ampiamente utilizzata per conservare cibi, vini, bevande, limita lo sviluppo di batteri e lieviti, bloccando le fermentazioni



## **LUPINI E DERIVATI**

*Vengono utilizzati come antipasti, già in salamoia*

## **MOLLUSCHI E DERIVATI**

*Per gli allergici vanno evitati tutti gli alimenti contenenti molluschi ed i prodotti derivati come la salsa di ostriche*

