

Casein
Gerstenmalzextrakt

Emulgator E322

Modifizierte Stärke Molkeneiweiss Hartweizengriess

Antioxidans Calciumsulfit

Gewürzzubereitung

Seitan (Weizeneiweiss)

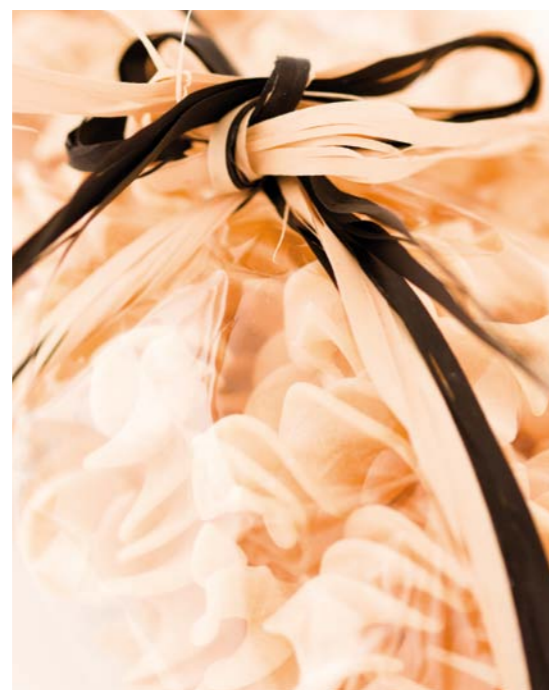
Stossen Sie manchmal an Ihre Grenzen, wenn Sie die Zutatenliste auf verpackten Lebensmitteln lesen? Dieser Flyer hilft Personen mit einer Nahrungsmittelallergie oder -intoleranz die Zutatenlisten und Allergikerhinweise besser zu verstehen.

In der Schweiz sind mehr als eine Million Menschen von einer Nahrungsmittelallergie oder -intoleranz betroffen. Die Vermeidung des Auslösers ist die einzige Möglichkeit, eine allergische oder andere unerwünschte Reaktion zu vermeiden.

Allergienkennzeichnung von vorverpackten Lebensmitteln

Die Zutatenliste und die speziellen Allergierhinweise bieten den Betroffenen die wichtigsten Entscheidungsgrundlagen beim täglichen Einkauf. Die Schweizerische Gesetzgebung sieht eine Reihe von allergenen Zutaten¹ vor, die immer deklariert werden müssen, auch wenn sie nur in kleinsten Mengen (z.B. als Zusatzstoff) zugesetzt

¹ Allergene Zutaten wird hier als vereinfachter Begriff verwendet für alle Zutaten, die Allergien oder andere unerwünschte Reaktionen auslösen können.



werden oder Bestandteil einer Zutat sind (z.B. von Gewürzmischungen). In der nachfolgenden Liste sind die zu kennzeichnen den allergenen Zutaten gemäss Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung aufgeführt (linke Spalte). In der rechten Spalte sind für jedes Allergen typische Beispiele aus der Zutatenliste aufgelistet.

Bedeutung des Begriffs «Kann... enthalten»

Können in einem Lebensmittel unbeabsichtigte Vermischungen über einem festgelegten Wert nicht ausgeschlossen werden, ist dies mit einem entsprechenden Hinweis wie zum Beispiel «Kann... enthalten» zu vermerken. Auf Vermischungen, die unter dem festgelegten Wert liegen, darf in derselben Art hingewiesen werden.

Wichtig

Auch bei offen verkauften und in der Gastronomie servierten Produkten ist der Anbieter verpflichtet, über die Zutaten im Produkt Auskunft zu geben. Insbesondere, wenn es sich um allergenhaltige Zutaten handelt.

Ausführliche Informationen zur Allergendeclaration von Lebensmitteln finden Sie auf www.bag.admin.ch/allergene

Weitere Informationen zur Deklaration von Lebensmitteln und zu Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen erhalten Sie bei folgenden Stellen:

aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma

www.ahaswiss.ch

info@ahaswiss.ch

aha!infoline 031 359 90 50

IG Zöliakie der Deutschen Schweiz

www.zoeliakie.ch

Tel. 061 271 62 17

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

www.sge-ssn.ch

Informationsdienst Nutrinfo

Tel. 031 385 00 08 oder

nutrinfo-d@sge-ssn.ch

Impressum

© Bundesamt für Gesundheit (BAG)

Redaktion: Karin Stalder, aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma und

Urs Stalder, Bundesamt für Gesundheit (BAG)

Herausgeber: Bundesamt für Gesundheit (BAG) | Publikationszeitpunkt: xxx xxxx

Gestaltung: Gestalt Kommunikation GmbH, Bern

Fotos: iStockphoto, Oli Christen, Bern

Bezugsquelle: BBL, Verkauf Bundespublikationen, 3003 Bern

www.bundespublikationen.admin.ch

BBL-Artikelnummer: xxx.xxxx

Diese Publikation erscheint ebenfalls in französischer und italienischer Sprache.

BAG-Publikationsnummer: VS xx 38'000 d 16'000 f 4000 i 40EXT....

BAG, Direktionsbereich Verbraucherschutz, 3003 Bern

www.bag.admin.ch/allergene



ALLERGENE IN LEBENSMITTELN: GUT INFORMIERT



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG



Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma
Centre suisse pour l'allergie, la peau et l'asthme
Centro svizzero per l'allergia, la pelle e l'asma

Zutaten, die Allergien oder andere unerwünschte Reaktionen auslösen können (nach Anhang 1 LKV)	Beispiele aus der Zutatenliste (Die Auswahl stellt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.)
Glutenhaltiges Getreide (d.h. Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder deren Hybridstämme) sowie daraus gewonnene Erzeugnisse	<i>Es muss immer die Getreideart genannt werden:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Weizenstärke • Paniermehl (Weizenmehl, ...) • Dinkelteigwaren (Dinkelmehl, ...) • Couscous/Bulgur (Hartweizengriess) • Seitan (Weizeneiweiss) • Gerstenmalzextrakt • Sojasauce (mit Weizen) • Tempeh (mit Weizen)
Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse	<i>Es muss immer die Tierart genannt werden:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Crevetten • Garnelen • Languste • Australischer Flusskrebs • Louisiana-Flusskrebs
Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Eigelb • Eiweisspulver • Meringues (Eiweiss) • Eier-Teigwaren • Konservierungsmittel E1105 (Eiklar) • Emulgator Eilecithin oder Emulgator E322 (aus Ei)
Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse	<i>Bei Fischereierzeugnissen muss immer die Fischbezeichnung genannt werden:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Anchovis (Sardelle) • Schellfischrückensfilet • Surimi (Seelachsprodukt) • Worcestersauce (mit Sardellen) • Fischextrakt • Fischsauce

Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Erdnüsse geröstet, gewürzt • Erdnussbutter • Erdnussöl
Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Miso (Sojabohnenpaste) • Tofu (Soja) • Tempeh (mit Soja) • Würze (mit Soja) • Emulgator Sojalecithin oder Emulgator E322 (aus Soja)
Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschliesslich Laktose)	<ul style="list-style-type: none"> • Butter • Rahm • Molke • Käse • Joghurt • Magermilchpulver • Milchzucker • Casein, Lactalbumin, Lactoglobulin (sind Milchproteine)
Hartschalenobst (Nüsse), d.h. Mandeln (<i>Amygdalus communis L.</i>), Haselnüsse (<i>Corylus avellana</i>), Walnüsse (<i>Juglans regia</i>), Cashewnüsse (<i>Anacardium occidentale</i>), Pecannüsse (<i>Carya illinoensis (Wangenh.) K.Koch</i>), Paranüsse (<i>Bertholletia excelsa</i>), Pistazien (<i>Pistacia vera</i>), Macadamianüsse und Queenslandnüsse (<i>Macadamia ternifolia</i>) und daraus gewonnene Erzeugnisse	<i>Es muss immer die Nussart deklariert werden:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Nüsse gesalzen (Mandeln, Baumnüsse, Pecannüsse, ...) • Marzipan (mit Mandeln) • Nougatstücke (mit Mandeln) • Baumnussöl
Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Gemüsebouillon (mit Sellerie) • Gewürzmischung (mit Sellerie)

Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Senf • Gewürze (mit Senf) • Gewürzzubereitung (mit Senf) • Saucenpulver (mit Senf)
Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Sesamöl • Würze (mit Sesam) • Gewürzmischung (mit Sesam)
Schwefeldioxid und Sulfite in Konzentrationen von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l, ausgedrückt als SO ₂	<ul style="list-style-type: none"> • Konservierungsmittel Natriumdisulfit oder Konservierungsmittel E223 (Sulfit)
Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse	<ul style="list-style-type: none"> • Lupinenmehl • Lupinenkerne
Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse	<i>Es muss immer die Tierart genannt werden:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Meeresfrüchte (Kalmarstücke und -tentakel, Tintenfische, Muscheln) • Austern oder Pazifische Felsenaustern (<i>Crassostrea gigas</i>) • Austernsauce

