

Merkblatt **über Allergenkennzeichnung bei loser Abgabe**

Verpflichtende Informationen bei loser Abgabe und auf Speisekarten über Lebensmittel, die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können.

Wer, Wo:

a) in Gaststätten und Gemeinschaftsverpflegungseinrichtungen:

- auf Speise- und Getränkekarten oder in Preisverzeichnissen,
- die Kennzeichnung kann mittels Fußnoten oder Buchstaben erfolgen
- oder, soweit keine Speisekarten oder Preisverzeichnisse ausliegen oder ausgehändigt werden, in einem sonstigen Aushang oder einer schriftlichen Mitteilung.

b) in Verkaufstheken:

- durch Kennzeichnung in einer Liste im Aushang.

Wie:

- gut sichtbar
- leicht lesbar und
- nicht verwischbar.
- Über die Allergene kann auch mündlich Auskunft erteilt werden. Voraussetzung für eine mündliche Auskunft ist eine schriftliche Aufzeichnung der verwendeten Allergene. Diese Aufzeichnung ist dem Verbraucher auf Nachfrage leicht zugänglich zu machen

Was:

Für die Kenntlichmachung der jeweiligen Allergene muss der in der obigen Tabelle in der Spalte „Kenntlichmachung“ angegebene Wortlaut verwendet werden.

Der Aufzählung der allergenen Zutaten ist das Wort „**enthält**“ voranzustellen. Die Angabe ist **nicht** erforderlich, wenn aus der Bezeichnung des Lebensmittels die allergene Zutat hervor geht.

Die Angaben dürfen in Fußnoten angebracht werden, wenn bei der Bezeichnung des Lebensmittels auf diese hingewiesen wird.

Durch Lebensmittel können bei einigen Menschen Allergien oder Unverträglichkeitsreaktionen mit sehr unterschiedlichen Symptomen (z. B. Hautreizungen, Verdauungsprobleme, Atemnot und allergischer Schock) ausgelöst werden.

Um diese Verbrauchergruppe zu schützen und gesundheitliche Gefahren zu verhindern, wurden die Lebensmittel (bzw. daraus hergestellte Erzeugnisse) definiert, die am häufigsten zu Allergien und Unverträglichkeiten führen.

Kennlich zu machen sind:

- | | |
|---|---|
| <p>a. Glutenhaltige Getreide</p> <ul style="list-style-type: none">a1. Weizena2. Roggena3. Gerstea4. Hafera5. Dinkela6. Emmera7. Khorasan-Weizen <p>b. Krebstiere</p> <p>c. Eier</p> <p>d. Fisch</p> <p>e. Erdnüsse</p> <p>f. Soja</p> <p>g. Milch / Laktose</p> | <p>h. Schalenfrüchte</p> <ul style="list-style-type: none">h1. Mandelnh2. Haselnussh3. Walnussh4. Kaschunüsseh5. Pecanüsseh6. Paranüsseh7. Pistazienh8. Makadamianüsse <p>i. Sellerie</p> <p>j. Senf</p> <p>k. Sesamsamen</p> <p>l. Schwefeldioxid / Sulfite (ab 10mg /Kg. bzw. 10 mg / Ltr., als SO² angegeben)</p> <p>m. Lupinen</p> <p>n. Weichtiere</p> |
|---|---|

Diese sogenannten „Hauptallergene“ müssen, sofern sie in den von Ihnen in den Verkehr gebrachten Lebensmitteln enthalten sind, **dem Verbraucher schriftlich kenntlich gemacht werden**. Wenn sich das Vorhandensein bereits aus der **Verkehrsbezeichnung** ergibt, müssen die Allergene **nicht** zusätzlich kenntlich gemacht werden (z. B. Mandelhörnchen, Senfsoße oder Weizenbrötchen).

Bei „**versteckten**“ Allergenen müssen Sie aber gesondert auf das Vorhandensein des Allergens hinweisen.

Beispiele:

- **Soße**, die mit einer Mehlschwitze hergestellt wurde.
Die Information, dass glutenhaltiges Getreide zum Eindicken der Soße verwendet wurde, muss dem Verbraucher vor der Kaufentscheidung zugänglich sein.
Hinweis an die Verbraucher: „Enthält Gluten“.
- **Gewürzmischungen**, die Senf und Sellerie enthalten und für die Herstellung von Mettwurst verwendet wurden.
Die Information, dass Senf und Sellerie in der Wurst (bei loser Abgabe oder bei Verwendung z.B. auf Pizza) enthalten sind, muss dem Verbraucher vor der Kaufentscheidung zugänglich sein.
Hinweis an die Verbraucher: „Enthält Senf und Sellerie“.

Allgemeine Hinweise auf das Vorhandensein von Allergenen in allen oder einem Teil der angebotenen Speisen sind nicht ausreichend.

Die Kenntlichmachung von „**Spuren**“ ist derzeit gesetzlich noch nicht vorgeschrieben, sollte aber dennoch angegeben werden.

BEACHTEN:

Die nachfolgende Auflistung von Beispielen dient lediglich als Hilfe für die Kennzeichnung der Allergene ohne Anrecht auf Vollständigkeit.

a. Glutenhaltiges Getreide:

Betroffene Allergiker (Glutenunverträglichkeit, inkl. Zöliakie und Sprue) müssen unter anderem diese glutenhaltigen Waren und Zutaten meiden.

Waren aus (1a. – 7a. gesondert aufzulisten):

- a1. Weizen, Hartweizen, Weizenmalz
- a2. Roggen
- a3. Gerste
- a4. Hafer
- a5. Dinkel
- a6. Emmer
- a7. Khorasan-Weizen
- a8. Kamut
- a9. Triticale

Zum Beispiel:

- Mehl
- Grieß
- Graupen
- Schrot
- Stärke (auch modifizierte)
- Flocken, Müsli, Cerealien, Kleie
- Paniermehl, Semmelmehl
- Couscous, Bulgur
- Seitan (Fleischersatz aus Getreide)
- Weizenprotein, Weizenkleber, Weizeneiweiß, Weizenkeimöl, Weizenmalz
- Keimlinge
- Frischkornbreie
- Oblaten
- Backerbsen
- Fertigteige, Backmischungen

Gluten kann unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- Brot- und Backwaren
- Produkten mit Panaden
- Brotaufstrichen
- Bratlingen
- Kartoffelfertigprodukten
- Backpulver
- Teigwaren, Sauerteig
- Nudeln
- Pizza
- Hefe
- Knödel, Kroketten
- Backerbsen
- Surimi, Brathering
- Wurst- und Hackfleischprodukten
- Schmelzkäse
- Suppen
- Kräuteresig, Suppenwürze (wie Maggi)
- Würzsaucen, angedickte Saucen
- Suppen- oder Saucenpulver
- Gemüseswürze, Gemüsebrühe, Fertigbrühen
- Milchprodukte mit Getreidezusätzen, z.B. malzhaltige Milchprodukte
- Süßspeisen, Süßigkeiten, Desserts, Speiseeis, Sahnesteif
- kandierten Früchten, bemehltem Trockenobst
- aromatisiertem Tee, Kakao, Instantgetränken, Kaffeeersatz, Eiweißgetränken, Hafermilch
- Likören, Bier, Malzbier und malzhaltigen Getränken, z.B. Malzkaffee, Malztrunk

b. Krebstiere:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese krebshaltigen Waren und Zutaten meiden:

- rohe Krabbentiere, Krebstiere und Krustentiere (frisch, auf Eis oder tiefgefroren)
- Flusskrebse
- Garnelen
- Granat
- Hummer
- Krabbe
- Krill
- Langusten
- Lobster
- Prawns
- Scampi
- Shrimps
- Seespinne
- Crustacea
- Krabbenextrakt, Krabbenmehl, Krebsmehl, Krebspulver
- Crabmeat, Taschenkrebs
- Krabbensuppe, Hummersuppe
- Bouillabaisse (mit Meeresfrüchten)
- Salate, z. B . Krabbensalat
- Krabbenbrot,
- Krabbenbutter,
- Krabbenpaste, Shrimppaste
- Kropoek (Garnelenchips), Hummerchips

Krebstiere können unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:
(Produkte der mediterranen und asiatischen Küche beachten)

- Paella, Pizza Frutti di Mare
- Shrimp-Paste ist in asiatischen Gerichten eine häufige Zutat
- Surimi, Sashimi
- asiatische Gewürzmischungen oder Würzsaucen,
- schwarze Pasta, gefüllte Pasta
- Feinkostsalate

c. Eier:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese eihaltigen Waren und Zutaten meiden:

- rohe Eier
- Vollei
- Flüssigei, Flüssigeigelb, Flüssigeiweiß
- Eigelb
- Eiklar
- Eipulver
- Trockenei, Trockeneigelb, Trockeneiweiß
- Eiprotein
- Gefriererei, Gefrierigelb
- Eilecithin
- Eiöl
- vorgekochte Eier
- Rührei, Omlette
- Mayonnaisen
- panierte Speisen
- Liköre

Ei kann unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- mit Ei glasierte Brot- und Backwaren, Gebäck
- Salatsaucen, Saucen, Feinkostsalate,
- Suppen
- Teigwaren, Aufläufe, Pasta, Pizza, Nudeln, Spätzle
- Knödel, Puffer, frittierte und gebackene Kartoffelprodukte
- Eierpfannkuchen
- Margarine, Brotaufstrich
- Fleischerzeugnissen wie: faschierter Braten, Beef Tartar, Frikadellen
- Süßspeisen, Kuchen, Waffeln, Kekse, Soufflés, Biskuits, Schokolade, Pralinen
- Schaumzuckerwaren, Zuckerwatte, (Speise)eis, Cremespeisen, Desserts, Mousse
- Nuss-Nougat-Cremen, Schokocremen
- Kakaogetränken
- Aspik, Brühen und klaren Säften, wenn zur Klärung Eiklar verwendet wird

Ei wird verwendet als

- Emulgator: Margarine, Mayonnaise, Saucen, Suppen, Gebäck, Süßspeisen
- Bindemittel: Speiseeis, Saucen, Gebäck
- Schaumbildung, Lockerung: Soufflés, Meringen, Biskuits
- Geschmack: Kuchen, Suppen, Süßspeisen
- Gelbfärbung (durch Carotinoide des Hühnereis)
- Thermische Koagulation (zum Klären von Flüssigkeiten)

d. Fisch:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese fischhaltigen Waren und Zutaten meiden:

- roher Fisch aller Art
- Fisch auf Eis
- tiefgefrorener Fisch
- abgepackter Fisch
- mariniertes Fisch
- Fisch in Salzlake oder Aufguss
- Konservenfisch
- Kaviar, Presskaviar
- Fischöl, Fischölkapseln
- Lebertran
- Surimi (Seelachszerzeugnis)
- Fischmehl
- Lachsersatz
- Fischextrakt
- Feinkostsalate z. B . mit Thunfisch
- Paella
- Vitello Tonnato
- Anchosen
- Krill
- Anchovis auf Pizza
- in Salatdressings
- Fischsuppe
- Fischsaucen
- Beluga
- Sevruga
- Sild

Fisch kann unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- Würzsaucen
- Sardinenpaste
- Anchovispaste
- asiatische Würzpaste
- Squid Brand
- Krill
- Krabbenbrot
- Krabbenbutter
- Margarine (mit gehärtetem Fischöl)
- Brotaufstrichen
- Fleisch und Eier von Geflügel, die mit Fischmehl gefüttert wurden

f. Soja:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese sojahaltigen Waren und Zutaten meiden:

- Sojabohnen
- Sojasprossen
- Sojaöl (z.B. Tamari, Shoyu)
- Sojamehl
- Sojaflocken
- Sojakleie
- Sojaeiweiß
- Sojamilch
- Sojamargarine
- Sojapaste
- Sojasauce
- Sojagetränke
- Miso (Soja)
- Natto (Soja)
- Tempeh (Soja)
- Tofu (Soja)
- Fleischimitate (TVP)

In asiatischer und vegetarischer Küche versteckt sich Soja im Zutatenverzeichnis hinter den Begriffen:

- Edamame
- Kinako
- Miso
- Natto
- Okara
- Shoyu
- Tamari
- Tempeh
- Tofu
- TVP (Fleischersatz)
- Yuba
- E322 Sojalecithin
- E426 Sojabohnen-Polyose

Soja kann unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- generell in Speisefetten und -ölen (z.B. Margarine)
- Gewürzmischungen
- pflanzlichen Suppenwürfeln
- Suppen
- Saucen
- Mayonnaise und Ketchup
- Fleisch- und Wurstwaren
- Backwaren (Brot, Kuchen, Gebäck)
- Instantprodukten
- Kakaopulver
- Brotaufstrichen
- Cerealien
- Pizza
- Panaden
- Feinkostsalaten
- Milchprodukten und Milchersatzprodukten
- Kaffeeweißler
- Käseimitate
- Sahneersatz
- Desserts, Pudding und Eis
- Schokolade

Als Zusatzstoff in

- Backmitteln
- Stabilisator
- Emulgator (Sojalecithin E322)
- Käseprodukten (zum Teil)

Ersatzprodukte von Soja sind (Nutzung anderer Pflanzenöle):

- Olivenöl
- Rapsöl
- Sonnenblumenöl
- Butter

Ersatz durch:

- Milchprodukte
- Getreide-, Kokos-, Reis-, Mandel- und Haferdrinks
- Seitan
- Speisestärke

g. Milch / Laktose:

Betroffene Allergiker sowie Personen mit Laktose-Intoleranz müssen unter anderem diese milchhaltigen Waren und Zutaten meiden:

Betrifft Kuh-, Ziegen-, Schafsmilch:

(Laktose und Milcheiweiß beachten!)

- Vollmilch
- Dickmilch
- Magermilch
- Milchpulver, Vollmilchpulver, Süßmolkenpulver, Magermilchpulver
- Milchprotein
- Butter
- Buttermilch
- Kefir
- Süßmolke
- alle Käsesorten und Käseerzeugnisse
- Sahne, saure Sahne
- Rahm, Sauerrahm
- Schmand
- Joghurt
- Speisequark
- Creme fraiche
- Milchcreme
- Kondensmilch

Milchbestandteile verbergen sich in der Zutatenliste hinter den Begriffen:

- Molkenprotein
- Casein
- Caseinate
- Lactalbumin
- Lactoglobulin
- Milchpulver
- Rahm
- Milchzucker
- Molke

Milch kann unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- Brot- und Backwaren
- Brotaufstrichen
- Müsli
- Keksen
- Pizza
- Bratlingen
- Backerbsen
- Aufläufen
- Kartoffelpüree
- Wurstwaren
- Margarine
- Panaden
- Paniermehl
- Suppen
- Würzsaucen und in weiteren Saucen
- Gewürzmischungen
- Eiergerichten
- Feinkostsalaten
- Süßwaren
- Schokolade
- Speiseeis
- Desserts
- Kakaopulver
- Likör

h. Schalenfrüchte:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese schalenfruchthaltigen Waren und Zutaten meiden (Produkte aus den genannten Schalenfrüchten) wie z. B.:

- Pasten
- Mousse
- Marzipan und Marzipanprodukte (Mandeln)
- Persipan
- Butter
- Saucen
- Nuss-Öle
- Gianduia

Gesondert aufzuführen sind:

- h1. Mandeln
- h2. Haselnuss
- h3. Walnuss
- h4. Kaschunüsse (Cashew)
- h5. Pecanüsse
- h6. Paranüsse
- h7. Pistazien
- h8. Makadamianüsse

Snackwaren wie:

- Studentenfutter
- Nussmischungen
- Cracker

Abgepackt als

- | | |
|----------------------------------|---------------------|
| • Nüsse (in Beuteln oder Dosen) | • Nussmark |
| • Nussraspeln | • Nussmakronenmasse |
| • Nussscheiben oder Nusssplitter | • Mandellikör |
| • Nusszubereitungen | • Nusscremefüllung |
| • Nussrohmasse | • Krokant |
| • Nussmus | • Nuss-Nougatcreme |

Schalenfrüchte können unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- | | |
|---|---|
| • Brot- und Backwaren | • Wurst- und Hackfleischprodukte |
| • vegetarischen Brotaufstrichen | • Süßigkeiten / Süßwaren
(Schokolade, Pralinen, Kakaopulver, Creme,
Pudding, Eis) |
| • Cerealien | • Käse |
| • Müsli | • Saucenbinder |
| • vegetarischen Bratlingen | • Feinkostsalaten |
| • Pasteten | • Saucen |
| • Margarine | • Salatdressings mit kalt gepressten Nussölen |
| • Paniermehl | |
| • Panaden | |
| • frittierte oder gebratene Kartoffelprodukte | |

i. Sellerie:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese selleriehaltigen Waren und Zutaten meiden:

- Selleriestauden
- Sellerieblätter
- Selleriestangen im Bund, mit ganzer Knolle
- Sellerieextrakt
- Selleriegranulat
- Selleriepulver
- Selleriegewürz
- Selleriesalz

Sellerie kann unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- Gemüsebrühe
- Gemüseextrakt
- Gewürzen, Gewürzmischungen
- Kräutermischungen
- Suppengewürz
- Brühwürfeln

Als Gemüse in

- Suppen und Eintöpfen
- Tütensuppen
- Fertigsuppen
- Fertigsalaten
- Feinkostsalaten
- Dressings
- Saucen, Saucenpulver
- Mayonnaise
- Ketchup
- Fertiggerichten
- Knabbergebäck und Snacks
- Brotaufstrichen
- Bratlingen
- Wurstwaren
- gewürzte Fleisch- und Geflügelspeisen

j. Senf:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese senfhaltigen Waren und Zutaten meiden (alle Senfarten und Senfprodukte) wie z.B.:

- Senfkörner
- Senfsaat
- Senfmehl
- Senfpulver
- Mostrich
- Senfsprossen
- Senföl

Senf kann unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- | | |
|---------------------------|--|
| • Gewürzmischungen | • Wurst- und Fleischwaren |
| • Gewürzzubereitungen | • Würzsaucen |
| • Fertigprodukten | • Saucenpulver |
| • Fertigsuppen | • Chutneys |
| • Brotaufstrichen | • Salatdressings (Achtung: Fertigdressings!) |
| • Feinkostsalaten | • Marinaden |
| • Bratlingen | • eingelegtes Gemüse |
| • Frischkäsezubereitungen | • ggf. Käse |

k. Sesamsamen:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese sesamhaltigen Waren und Zutaten meiden:

- Sesamsamen
- Sesammehl
- Sesamöl
- Sesampaste (Tahini)
- Sesamkrokant
- mit Sesam bestreute Backwaren (z. B . bestreute Hamburgerbrötchen oder Fladenbrot)

Sesam kann unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- | | |
|--|-------------------------|
| • Brot- und Backwaren (z. B . Reiswaffeln) | • Knabbergebäck, Snacks |
| • Brotaufstrichen | • Salatsaucen |
| • Müsli, Müsliriegeln | • Falafel |
| • Cerealien | • Hummus |
| • Bratlingen | • Moutabel |
| • Panaden | • Salatspießen |
| • Paniermehl | • Sushi |
| • Würzsaucen | |

I. Schwefeldioxid/ Sulfite: **(ab 10 mg/kg bzw. 10 mg/l, als SO₂ angegeben)**

Betroffene Personen mit *Intoleranz gegen Schwefeldioxid und Sulfite* müssen diese schwefel- und sulfithaltigen Waren und Zutaten meiden.

Kennzeichnung als:

- Schwefeldioxid SO₂ (E220)
- Sulfite
- Natriumsulfit (E221)
- Natriumhydrogensulfit (E222)
- Natriummetabisulfit (E223)
- Kaliummetabisulfit (E224)
- Kalziumsulfit (E226)
- Kalziumbisulfit (E227)
- Kaliumbisulfit (E228)

Zutatenliste prüfen!

Hier spielt der Gehalt des Schwefeldioxids und der Sulfite in den Waren die entscheidende Rolle, jedoch ist dieser i.d.R. in geringsten Mengen vorhanden. Als Orientierung dienen die genannten Beispiele.

Schwefeldioxid und Sulfite können unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- | | |
|--|-----------------------------------|
| • Marmeladen, Konfitüren, Trockenobst | • Fertigbrühen, Würzsaucen |
| • Fruchtkonserven, kandierten Früchten | • Graupen, Sago, Stärkepulver |
| • Fruchtsirup, Trockenfrüchten (Müsli) | • Meerrettich |
| • in vorgeschälten Kartoffeln | • getrocknetem Gemüse, Sauerkraut |
| • Kartoffelpüree, Kartoffelprodukten | • Chips, Hart- oder Weichkaramell |
| • gesalzenern Trockenfisch | • Wein, Weinessig, Portwein |
| • Fisch- oder Meeresfrüchten | • Softdrinks |
| • Ersatzprodukten | |

Beispiele für Schwefelgehalte:

Sulfite werden auch in Schwefel angegeben

- Trockenfrüchte (je Fruchtart, 500 bis 2000 mg/kg)
- Meerrettichzubereitungen (max. 800 mg/kg)
- Krebstiere (je Produkt, bis max. 300 mg/kg)
- Kartoffeltrockenerzeugnisse (max. 400 mg/kg)
- Kartoffelteige, z.B. für Klöße (max. 100 mg/kg)
- Fruchtfüllungen, z.B. Backwaren (max. 100 mg/kg)
- Wein (je Art des Weines max. 150 bis 400 mg/l)
- Fruchtwein (max. 200 mg/l)
- kandierte Früchte (max. 100 mg/kg)
- Stärke (max. 50 mg/kg)
- Tafeltrauben (max. 10 mg/kg)
- Frische Litschis (max. 10 mg/kg)

m. Lupinen:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese lupinenhaltigen Waren und Zutaten meiden:

- Lupinenkerne
- Lupinensprossen (auf Salaten!)
- Lupinenmehl
- Lupinenkleie
- Lupinenmilch
- Lupinentofu
- Lupinenkonzentrat
- Lupinenballaststoffkonzentrat
- Lupineneiweiß

Lupinen können unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- | | |
|---|-----------------------------------|
| • Brotaufstrichen | • Würzsaucen |
| • Cerealien | • Süßspeisen |
| • kandierten Früchten | • Speiseeis |
| • frittierten oder gebackenen
Kartoffelprodukten | • Knabbergebäck |
| • Würstchen | • Snacks |
| • Burgern | • Fertigsalaten (Lupinensprossen) |
| • Bratlingen | • aromatisiertem Tee und Kaffee |
| • Surimi (Fischersatz) | • Kaffeeersatz |
| • Panade und in panierten Produkten | • Instantgetränken |
| • Flüssigwürze | • Lightprodukten |
| • Gewürzbrühen | • Spaghetti (Pasta) |

n. Weichtiere:

Betroffene Allergiker müssen unter anderem diese weichtierhaltigen Waren und Zutaten meiden:

- alle Muscheln
- Austern, Austernsauce
- Tintenfische, Oktopus
- Schnecken
- Mollusken
- Calamares
- Abalone

Weichtiere können unter anderem in diesen Waren und Zutaten vorkommen:

- | | |
|------------------------------|-------------------|
| • Paella | • Squid Brand |
| • Bouillabaise | • Fischsaucen |
| • Fisch- und Feinkostsalaten | • Würzmischungen, |
| • Saucen | • Würzpasten |
| • Suppen | • Marinaden |
| • Austernsaucen | • Sushimi (roh) |