

Darauf sollten Sie achten!

Den Hinweis auf allergene Zutaten können Sie auf dem Etikett an drei verschiedenen Stellen finden:

Im Namen des Produktes, etwa
Milchschokolade

**Knusperpralinen
mit Milchschokolade (75,9 %),
Cornflakes (19,0 %) und
mit gehackten Mandeln (5,1 %)**

Zutaten:
Zucker, Cornflakes (Mais, Zucker, Salz,
Gerstenmalz), Kakaobutter, Kakaomasse,
Magermilchpulver, Mandeln,
Molkenerzeugnis, Milchzucker,
Butterreinfett, Emulgator (Sojalecithine,
Polyglycerin-Polyricinoleat), Aroma,
(Spuren: Erdnüsse, Ei, Weizenmehl).

Mindestens haltbar bis

In der
Zutatenliste,
zum Beispiel
**Lecithin
aus Soja**



Bei Lebensmitteln ohne
Zutatenliste, wie Wein, durch einen
zusätzlichen Hinweis
enthält Schwefeldioxid
oder **enthält Sulfite**

Keine Klarheit bei Verunreinigungen

Allergene können auch versehentlich beim Herstellungsprozess in ein Lebensmittel gelangen. Sie gelten nicht als Zutat, sondern als unbeabsichtigte Verunreinigung. In diesem Fall greift die Allergenkennzeichnung nicht. Auf dem Produkt können Sie dann lesen: **kann Spuren von ... enthalten**. Das bedeutet für Sie:

- Dieses Produkt kann das genannte Allergen enthalten, muss es aber nicht.
- Sie können sich nicht darauf verlassen, dass das Produkt keine Verunreinigung enthält, wenn der Hinweis fehlt.

Fragen Sie den Hersteller, wenn Sie sicher gehen möchten, dass der Keks oder die Schokolade keine Spuren von Nüssen enthält.

Wissen, was drin ist!

Was ist eigentlich drin in unserem Essen?
Was gehört rein und was nicht?
Wir sagen es Ihnen:

www.was-wir-essen.de

waswir
essen.de
Alles über Lebensmittel

aid

Stressfrei essen

Die neue Allergenkennzeichnung

Seit dem 25. November 2005 gilt europaweit
die neue Allergenkennzeichnung.
Für 90 % der Lebensmittelallergiker
wird die Auswahl leichter.



**Allergene
Zutaten stehen
jetzt immer auf
dem Etikett!**

IMPRESSUM

0010/2005

HERAUSGEGEBEN VOM aid infodienst Verbraucherschutz, Ernährung, Landwirtschaft e. V.
Friedrich-Ebert-Straße 3 · 53177 Bonn
Internet: www.aid.de · E-Mail: aid@aid.de
mit Förderung durch das
Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz.

TEXT Gesa Maschkowski, aid
REDAKTION Jürgen Beckhoff, aid
BILDER Stockbyte · CreativCollection
GESTALTUNG Medienagentur liebe ' glaube ' hoffnung · 53173 Bonn-Bad Godesberg
DRUCK Moeker Merkur, Köln

Diesen Flyer können Sie kostenfrei bestellen unter: aid@aid.de
oder herunterladen unter www.aid.de

aid

Die allergene Hitliste

Zwölf Lebensmittelzutaten lösen in Europa am häufigsten Allergien aus. Sie müssen jetzt immer auf dem Etikett erkennbar sein, auch wenn sie nur in kleinsten Mengen im Lebensmittel vorkommen:

- **glutenhaltiges Getreide**
(Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon)
- **Krebstiere**
- **Eier**
- **Fisch**
- **Erdnüsse**
- **Soja**
- **Milch** (einschließlich Laktose)
- **Schalenfrüchte**
(Mandel, Haselnuss, Walnuss, Kaschunuss, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss)
- **Sellerie**
- **Senf**
- **Sesamsamen**
- **Schwefeldioxid und Sulfite**
(ab 10 Milligramm pro Kilogramm oder Liter)

Die Allergenkennzeichnung gilt in allen Ländern der Europäischen Union.

Schluss mit dem Versteckspiel

Die „Allergenen Zwölf“ dürfen sich nicht mehr hinter Zusatzstoffen oder Sammelbezeichnungen verstecken. Das Etikett muss darüber informieren, wenn ein allergener Rohstoff verarbeitet wurde. Sie können jetzt zum Beispiel erkennen,

- ob das Lecithin in der Schokolade aus Ei oder Soja hergestellt wurde,
- ob das Pflanzenöl in den Chips aus Erdnüssen stammt,
- ob die Gewürzmischung Sellerie enthält.

Bis ins kleinste Detail

Auch für Allergiker, die nicht auf eines der zwölf Hauptallergene reagieren, wird das Leben leichter: Sie finden auf dem Etikett nun alle Einzelbestandteile von zusammengesetzten Zutaten, zum Beispiel

- die Zutaten der Fruchtzubereitung im Fruchtojogurt,
- die Zusammensetzung der Füllung von Teigtaschen,
- die Bestandteile von Schokocreme im Keks.

Nur bei fünf Lebensmittelgruppen kann die Aufschlüsselung der Zutaten entfallen, vorausgesetzt ihr Anteil im Lebensmittel beträgt weniger als zwei Prozent und sie enthalten keines der zwölf Hauptallergene. Das sind Kräuter und Gewürzmischungen, Konfitüren und ähnliche Erzeugnisse, Kakao- und Schokoladenerzeugnisse, Fruchtsäfte und Fruchtnektar sowie Jodsalz.



Stressfrei

Haben Sie noch Fragen?

Dann informieren Sie sich bei Ihrer Verbraucherzentrale oder im Internet unter www.allergen-kennzeichnung.de

Keine Regel ohne Ausnahme

- Lebensmittel, die vor dem 25. November 2005 hergestellt wurden, dürfen ohne Allergenkennzeichnung zeitlich unbegrenzt verkauft werden.
- Einige Zutaten aus allergenen Rohstoffen werden durch industrielle Verarbeitungsprozesse so stark verändert oder aufgereinigt, dass sie ihr allergenes Potenzial verlieren. Dazu gehören Pflanzenöl und Vitamin E aus Soja, Glukosesirup auf Weizenbasis oder auch Senföle. Diese Erzeugnisse sind vorerst bis November 2007 von der Kennzeichnungspflicht befreit.
- Keine Entwarnung für Gewürzallergiker: Wer auf Pfeffer oder Paprika reagiert, muss weiterhin vorsichtig sein. Diese Gewürze können in Gewürzmischungen versteckt sein, die zu weniger als zwei Prozent im Lebensmittel enthalten sind.
- Sehr kleine Packungen, zum Beispiel Portionspackungen für das Hotelfrühstück, benötigen kein Zutatenverzeichnis. Sie fallen nicht unter die Allergenkennzeichnung.
- Für unverpackte Lebensmittel, zum Beispiel an der Wursttheke, auf dem Wochenmarkt oder für Speisen aus der Gastronomie und in der Gemeinschaftsverpflegung, gilt die Allergenkennzeichnung bislang noch nicht.

Mit
Blick
aufs
Etikett

essen

erpralinen
Milchscho
Cornflakes (19,0 %
mit gehackten M

Zutaten:
Zucker, Cornflakes (M
Gerstenmalz), Kakaob
Magermilchpulver, Ma
Molkenerzeugnis, Milc
Butterreinfett, Emulg
Polyglycerin-Polyricin
(Spuren: Erdnüsse, Ei,

Mindestens haltbar bis