

# 14 ALLERGENI alimentari da conoscere



## 01. Arachidi e derivati

Consideriamo crostacei sia marini che di acqua dolce come gamberi, scampi, aragoste, granchi e simili.

Sanck confezionati, creme e condimenti dove vi sia anche in piccole dosi la presenza.



## 02. Crostacei

Mandorle, nocciole, noci comuni, noci di acagiù, noci pecan, anacardi e pistacchi.



Cereali, grano, segale, orzo, avena, farro, kamut, inclusi ibridati derivati dagli stessi in elenco.

## 03. Frutta a guscio



## 04. Glutine

Ogni prodotto in cui viene utilizzato il latte come lo yogurt, i biscotti, le torte, i gelati e creme varie.

Sono presenti in alcuni alimenti vegani sottoforma di arrostiti, salamini, burger, farine e similari.

## 05. Latte e derivati



## 06. Lupini

Canestrelli, cannolicchi, capesante, cozze, vongole, ostriche, patelle, telline e similari.

Alimento rintracciabile nelle salse e nei condimenti come ad esempio nella mostarda.

## 07. Molluschi

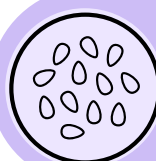


## 08. Senape

tutti i prodotti in cui è presente il pesce sia marino che di acqua dolce anche se in piccole dosi.

Sia in pezzi interi che all'interno di preparati come zuppe, salse e concentrati vegetali.

## 09. Pesce



## 10. Sedano

Semi interi usati per alcuni tipi di pane, farine anche se lo contengono in minima percentuale.

Presente in molti prodotti vegani come bevande alla soia, tofu, gelati alla soia, spaghetti di soia e similari.

## 11. Sesamo



## 12. Soia

Sai le stesse uova che i prodotti che le contengono come la maionese, gli emulsionanti e la pasta.

Cibi sott'aceto, sott'olio o in salamoia, marmellate, confetture, funghi secchi, conserve, vini, ecc...

## 13. Uova e derivati

