



Professional

Allergene – informiert statt verwirrt

Welche Änderungen bringt die LMIV?



Richtig informiert mit Dr. Oetker Professional

Alles, was ich
wissen muss



Inhalte auf einen Blick

- + Wissenswertes zur LMIV und zu Allergenen
- + Die 14 Hauptallergene
- + Informiert statt verwirrt:
Gerüchten keine Chance geben
- + Hinweise und Tipps zur Deklaration
- + Beispieldeklaration für die Speisekarte



Allergene

Seit Dezember 2014, mit der Umsetzung der Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV), müssen Allergene nicht nur auf verpackter, sondern auch auf loser Ware gekennzeichnet werden. Was diese Änderungen für Sie als Gastgeber aus den Bereichen HOGA, B&I, CARE und Education bedeuten, zeigt Ihnen Dr. Oetker Professional mit dieser Broschüre. So werden Sie zum kompetenten Ansprechpartner für Ihre Gäste.

Das Thema „Allergene“ hat nicht nur angesichts der LMIV, sondern auch aufgrund der wachsenden Anzahl Betroffener längst Einzug in den Küchenalltag gehalten. Viele Köche aus Gastronomie und Gemeinschaftsverpflegung (GV) fragen sich daher, wie mit der Thematik richtig umgegangen werden soll.

Als Partner des Außer-Haus-Marktes bietet Dr. Oetker Professional Hilfestellung. Diese Broschüre soll informieren, aufklären, Bewusstsein schaffen, mit Halbwahrheiten

aufräumen und konkrete Lösungen für den Umgang mit der Thematik aufzeigen. In wenigen Minuten erhalten Sie hier die wichtigsten Basisinformationen zur LMIV und zu Allergenen, Antworten auf häufig gestellte Fragen und wertvolle Hinweise zur Deklaration auf Speisekarten.

So stehen Sie ab sofort Ihren Gästen und Mitarbeitern als kompetenter Ansprechpartner zur Verfügung!



Die LMIV und Allergene

Die wichtigsten Informationen auf einen Blick

Aus der Umsetzung der LMIV seit Dezember 2014 ergeben sich für Sie als Gastronom wichtige Änderungen. Damit Sie nicht den Überblick verlieren, beantwortet Dr. Oetker Professional Ihnen hier die wichtigsten Fragen auf einen Blick.

Was ist die Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV)?

Die LMIV regelt in der EU die Kennzeichnung von Lebensmitteln. Sie gilt seit dem 13.12.2014 und löst damit die bisher in Deutschland verbindliche Lebensmittelkennzeichnungsverordnung (LMKV) ab.

Welche Konsequenzen ergeben sich für Sie aus der LMIV?

Mit der Umsetzung der LMIV seit Dezember 2014 müssen allergene Zutaten auch bei loser/unverpackter Ware – also z. B. auch auf Speisekarten – deklariert werden. Die Deklarationspflicht bezieht sich hierbei auf die ganze Speise, sodass auch allergene Zutaten aus eigenen Rezepturen zu berücksichtigen sind. Dies schafft Transparenz und erleichtert den Allergikern unter Ihren Gästen die Speisenwahl.

Wer ist von Allergien betroffen?

Die Zahl der Lebensmittelallergiker wird immer größer: Inzwischen reagieren ein bis zwei Prozent der erwachsenen Deutschen mit echten allergischen Reaktionen auf bestimmte Lebensmittel. Die Zahl der „gefühlten“ Allergiker (z. B. Unverträglichkeiten) ist dabei noch viel höher.

Was genau ist eine Allergie?

Bei einer Lebensmittelallergie handelt es sich um eine überempfindliche Reaktion des körpereigenen Abwehrsystems auf bestimmte Nahrungsmittel, die für Nichtallergiker harmlos sind.

Was ist der Unterschied zwischen Allergien und Unverträglichkeiten?

Zu den Unverträglichkeiten zählen die Glutenunverträglichkeit, die Laktose- und Histaminintoleranz sowie die Fruktosemalabsorption. Während Allergien immunologisch bedingt sind und starke Beschwerden auslösen können, sind die körperlichen Reaktionen bei Unverträglichkeiten/Intoleranzen meist weniger folgenschwer. Diese Unverträglichkeitsreaktionen verlaufen ohne Beteiligung des Immunsystems.

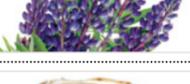
Welche allergischen Reaktionen gibt es?

Allergien können sehr unterschiedliche Reaktionen auslösen – von leichten Folgen wie z.B. Ausschlag bis hin zu schweren oder gar lebensbedrohlichen Reaktionen wie akut auftretende Kreislaufstörungen (anaphylaktischer Schock). Die Symptome einer Lebensmittelallergie sind weder typisch für ein bestimmtes Lebensmittel noch für ein bestimmtes Organ und von Person zu Person sehr unterschiedlich. Bei empfindlichen Personen kann es bereits bei winzigen Spuren von Allergenen zu Reaktionen kommen. Daher ist es für Sie als Gastronom wichtig, die allergenen Zutaten in Ihren Speisen genau zu kennen. So können Sie Gerichte richtig deklarieren, Gäste verantwortungsbewusst informieren und bei Bedarf als kompetenter Ansprechpartner auf offene Fragen reagieren.

Die 14 Hauptallergene: Kleines Allergenlexikon

Allergische Reaktionen können durch eine Vielzahl von Lebensmitteln ausgelöst werden. Die Mehrzahl der Allergiker reagiert jedoch auf eine überschaubare Anzahl von Lebensmitteln, die mit rund 90 Prozent als Auslöser für

allergische und andere Überempfindlichkeitsreaktionen verantwortlich sind. Dies sind die sogenannten 14 Hauptallergene, die Sie als Koch in der Gastronomie oder Gemeinschaftsverpflegung gut kennen sollten.

| Allergene | Dazu gehören | Beispielprodukte |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
|  glutenhaltiges Getreide und daraus gewonnene Erzeugnisse | Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut und deren Hybridstämme | mehlgebundene Saucen, Brot, Kuchen, Nudeln, Pizza |
|  Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse | Krebs, Shrimps, Langusten, Garnelen, Scampi, Hummer | (Hummer-)Suppen, Saucen, Feinkostsalate |
|  Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse | | Nudeln, panierte Produkte, Kuchen, Desserts |
|  Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse | alle Fischarten und Kaviar | Saucen, Suppen, Würzsaucen und -pasten |
|  Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse | | Müsliriegel, Kuchen, Feingebäck, Brotaufstriche, Cerealien |
|  Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse | | vegetarische Schnitzel, Brot, Kuchen, Cerealien, Saucen, Dressings |
|  Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose) | Kuhmilch, Milchzucker, Joghurt, Käse | Desserts, Kuchen, Saucen, Suppen, Kartoffelpüree |
|  Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse | Mandeln, Pistazien, Hasel-, Kaschu-, Pekan-, Para-, Macadamia-, Queensland-, Walnüsse | Müsliriegel, Cerealien, Kuchen, Desserts, Pesto |
|  Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse | Knollen-, Bleich- und Staudensellerie | Saucen, Suppen, Würzpasten, Fleischerzeugnisse, Fertiggerichte |
|  Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse | | Saucen, Dressings, Feinkostsalate, eingelegtes Gemüse |
|  Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse | | Brot, Feingebäck, Cerealien, Brotaufstriche, Dressings |
|  Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse | | Kuchen, Feingebäck, Nudeln, Pizza |
|  Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse | Schnecken, Oktopus, Tintenfisch, Abalone, Calamares, Muscheln, Austern | Suppen, Saucen, Würzpasten, Paella |
|  Schwefeldioxid und Sulfite (in Konzentrationen von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l) | | Wein, Brot, Fruchtzubereitungen, Feinkostsalate |

Informiert statt verwirrt!

Gerüchten keine Chance geben

Was ist wirklich wahr in Bezug auf Allergene und was stimmt nicht?



Auch in Ihrer Küche kann es zu Kontaminationen kommen!



Nicht nur die Änderungen durch die LMIV führen in so mancher Küche zu Verwirrung und Verunsicherung. Auch die Abgrenzung der Allergene von Zusatzstoffen sowie allergenbezogene Angaben wie „o.d.A.“ werfen bei Gastronomen und Gästen bisher viele Fragen auf. Dr. Oetker Professional hat für Sie in diesem Kapitel leicht verständlich Antworten auf die wichtigsten Fragen zum Thema Allergene zusammengestellt. So können Sie Ihren Gästen kompetent Auskunft geben.

Sollte man allergene Zutaten in der Küche meiden?

Zu den 14 Hauptallergenen zählen Lebensmittel wie Mehl, Eier, Milch, Fisch und Nüsse. Es handelt sich hierbei um natürliche Lebensmittel, die wertvoller Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung sind. Diese Lebensmittel sollten Sie daher nicht zu Ihrem Feind erklären. Ein Umgehen der Hauptallergene führt zu starken Einschränkungen in der Speiseplangestaltung, geringerer Flexibilität und weniger Abwechslung für nicht betroffene Gäste. Um weiterhin vielfältige Gerichte anbieten zu können, ist es daher nicht zielführend, mit der LMIV zukünftig Allergene aus Ihrem Küchenalltag zu verbannen.

Wichtig ist hingegen, dass Sie als Gastronom sensibel und verantwortungsbewusst mit dem Thema umgehen, um betroffene Gäste jederzeit richtig informieren zu können. Dafür sollten Sie alle Produkte in Ihrer Küche genau kennen, die allergene Zutaten enthalten könnten.

Gibt es allergenfreie Produkte?

Nur sehr wenige Hersteller produzieren allergenfreie Produkte. Denn allergenfrei bedeutet, dass auch Spuren von Allergenen, die beim Herstellprozess unbeabsichtigt und technologisch nicht vermeidbar in das Produkt gelangen können, sicher ausgeschlossen werden. Zu Spuren kommt es z. B., wenn wir unsere Donauwelle auf derselben Produktionslinie wie unseren Nusskuchen herstellen. Die Donauwelle kann dann trotz sorgfältigster Reinigungsprozesse Spuren von Nüssen enthalten. Völlig frei von Allergenen ist ein Produkt daher im Allgemeinen

nur dann, wenn in der Produktion keine allergenen Zutaten verarbeitet werden.

Aufgrund der hohen Anforderungen setzen dies nur wenige Spezialhersteller in die Praxis um. Es gibt hingegen viele Produkte, die in ihrer Rezeptur keine allergenen Rohstoffe enthalten. Diese Produkte werden bei Mitbewerbern mit dem Hinweis „ohne deklarationspflichtige Allergene“ (o.d.A.) bzw. „allergenfrei laut Rezeptur“ oder mit der Aussage „minus Allergene“ versehen. Wir deklarieren unsere Artikel, die laut Rezeptur keine allergenen Zutaten enthalten, mit einem Piktogramm. Gleichzeitig geben wir einen Hinweis auf mögliche im Produkt enthaltene Spuren.

Was bedeuten die Angaben „ohne deklarationspflichtige Allergene“ (o.d.A.)/„allergenfrei laut Rezeptur“?

Die Angaben „o.d.A.“ und „allergenfrei laut Rezeptur“ bedeuten, dass ein Produkt laut Rezeptur keine allergenen Zutaten enthält, aber Spuren durch Kontamination im Herstellungsprozess nicht ausgeschlossen werden können. Auch in Ihrem Betrieb kann es zum Kontakt mit anderen allergenen Zutaten kommen, weil die Zubereitung von Produkten oder Speisen – ähnlich wie in der Industrie – Quellen für Kontaminationen birgt. Hierzu zählen unter anderem Staubentwicklungen beim Umfüllen oder Dosieren sowie Kontakt durch die Verwendung von Geschirr und Küchengeräten zur Zubereitung mehrerer Speisen. Während Zutaten dem Lebensmittel gemäß der Rezeptur bewusst beigelegt werden, sind Spuren unbeabsichtigte oder technisch unvermeidbare Stoffe im Lebensmittel in geringen Mengen.

Exkurs Allergene: Abgrenzung von Zusatzstoffen

Sind Zusatzstoffe auch Allergene?

Bei Zusatzstoffen handelt es sich um Stoffe, die kein Lebensmittel oder keine klassische Zutat von Lebensmitteln sind. Zusatzstoffe werden aus technologischen Gründen bei der Herstellung zugesetzt, um beispielsweise die Verarbeitungseigenschaften oder die Optik eines Produktes zu verbessern. Hierzu zählen unter anderem Farbstoffe, Emulgatoren, Geschmacksverstärker und Konservierungsstoffe. Aktuell sind in der EU 316 Zusatzstoffe mit einer E-Nummer zugelassen. Unter Umständen

können auch Zusatzstoffe allergie-ähnliche Reaktionen hervorrufen. Dies bedeutet aber im Umkehrschluss nicht, dass alle Zusatzstoffe, abseits von Schwefeldioxid und Sulfiten, auch Allergene sind. **Fazit:** Die 14 Hauptallergene sind – bis auf Schwefeldioxid und Sulfite – keine Zusatzstoffe!

Ist Hefeextrakt ein Zusatzstoff?

Hefeextrakt ist im wahrsten Sinne des Wortes in aller Munde. Im Gegensatz zum Geschmacksverstärker Glutamat ist Hefe-

extrakt ein Lebensmittel, welches aus Hefezellen gewonnen wird. Hefeextrakt hat einen fleischbrüheähnlichen Geschmack („umami“) und weist eine geschmacksverstärkende Wirkung auf. Dies ist überwiegend durch die natürlicherweise enthaltene Glutaminsäure bedingt. Die Aussage „ohne geschmacksverstärkende Zusatzstoffe“ bedeutet daher, dass ein Produkt zwar kein Mononatriumglutamat, aber Hefeextrakt enthalten kann, denn Hefeextrakt ist kein Zusatzstoff. **Fazit:** Hefeextrakt ist kein Zusatzstoff!

Allergene deklarieren

Sich selbst und andere informieren



Die wichtigste Maßnahme zur Vermeidung allergischer Reaktionen bei betroffenen Gästen ist, auf die für die Beschwerden verantwortlichen Lebensmittel und Speisen zu verzichten. Sie als Gastgeber hingegen sollten dafür sorgen, Allergikern den Umgang in ihrer Situation so einfach wie möglich zu gestalten, ohne dabei das Angebot für Nichtallergiker einzuschränken. Hierbei hilft Ihnen das breite Sortiment von Dr. Oetker Professional.

Woran erkenne ich, welche Produkte aus dem Sortiment von Dr. Oetker Professional Allergene enthalten?

Allergene in Produkten aus unserem Sortiment sind in der Zutatenliste durch Großbuchstaben gekennzeichnet und dadurch nicht zu übersehen. Ein Hinweis für Allergiker am Ende des Zutatenverzeichnisses macht für maximale Transparenz zusätzlich auf mögliche Spuren bestimmter Allergene aufmerksam.

Beispiel (Zutatenliste „Mini-Amerikaner“)

WEIZENMEHL, 22 % Glasur (Zucker, Palmfett, Rapsöl, MILCH-ZUCKER, Emulgator Sonnenblumenlecithin, Aroma), Wasser, Zucker, VOLLEI, Rapsöl, WEIZENSTÄRKE, SÜSSMOLKENPULVER, Backtriebmittel E 500, Säuerungsmittel E 450, Aroma, Emulgator E 471, Jodsalz

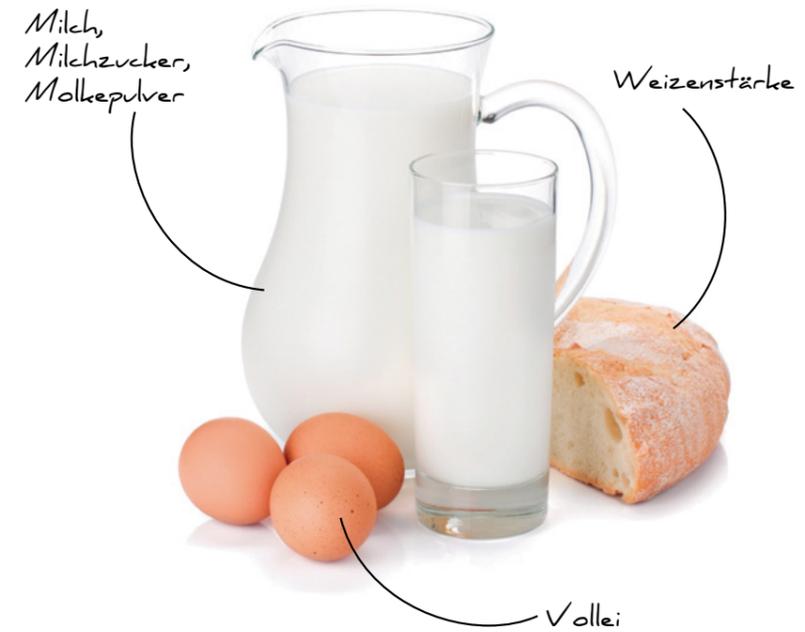
Als Spuren können enthalten sein:
Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss)

Gibt es Produkte im Sortiment von Dr. Oetker Professional, die allergenfrei sind?

Nein! Doch neben klassischen Produkten zählen auch Produkte zum Dr. Oetker Professional Sortiment, die laut Rezeptur keine Allergene enthalten. Die Produktionsprozesse sind – wie bei anderen Herstellern auch – nicht für die Herstellung allergenfreier Produkte ausgelegt. Daher können trotz größter Sorgfalt bei Erzeugung, Transport und Lagerung sowie umfangreicher Maßnahmen geringfügige Spuren von Allergenen unbeabsichtigt in das Produkt gelangen. Sie erkennen Produkte, die laut Rezeptur keine Allergene enthalten, an unserem orangefarbenen Piktogramm.

Muss ich Produkte kennzeichnen, die Spuren allergener Zutaten enthalten?

Laut LMIV ist eine Deklaration von Spuren in der Gastronomie und Gemeinschaftsverpflegung (z. B. auf Speisekarten) nicht verpflichtend. Sie müssen daher Produkte, die laut Rezeptur allergenfrei sind (z.B. Produkte mit der Angabe „o. d. A.“) nicht kenntlich machen. Um Ihre Gäste verantwortungsbewusst informieren zu können, sollten Sie allerdings auch über möglicherweise enthaltene Allergenspuren in Ihren Speisen Bescheid wissen.



Die genaue Deklaration von allergenen Zutaten auf Speisekarten muss durch eine nationale Verordnung geregelt werden. Eine solche Verordnung gibt es aktuell für Deutschland noch nicht (Stand November 2014). Daher sind die Möglichkeiten der Deklaration bisher sehr unterschiedlich und können von Zahlen über Buchstaben bis hin zu Icons oder Farbcodes mit zusätzlicher Legende reichen. Auch eine mündliche Information, in Verbindung mit einer schriftlichen Dokumentation, ist nach dem vorgelegten Verordnungsentwurf möglich.

Die aktuell gängigste Variante ist eine Kenntlichmachung der allergenen Zutaten mit Buchstaben, da Zahlen bereits für die Deklaration von Zusatzstoffen in Gebrauch sind und eine gedankliche Verknüpfung zu Zusatzstoffen irreführend sein kann.

Eine Verpflichtung zur Spurenkennzeichnung besteht laut LMIV nicht. Sie können Allergenspuren jedoch freiwillig zur verantwortungsbewussten Information Ihrer Gäste kennzeichnen.



Wie kann ich Allergene auf meiner Speisekarte deklarieren?

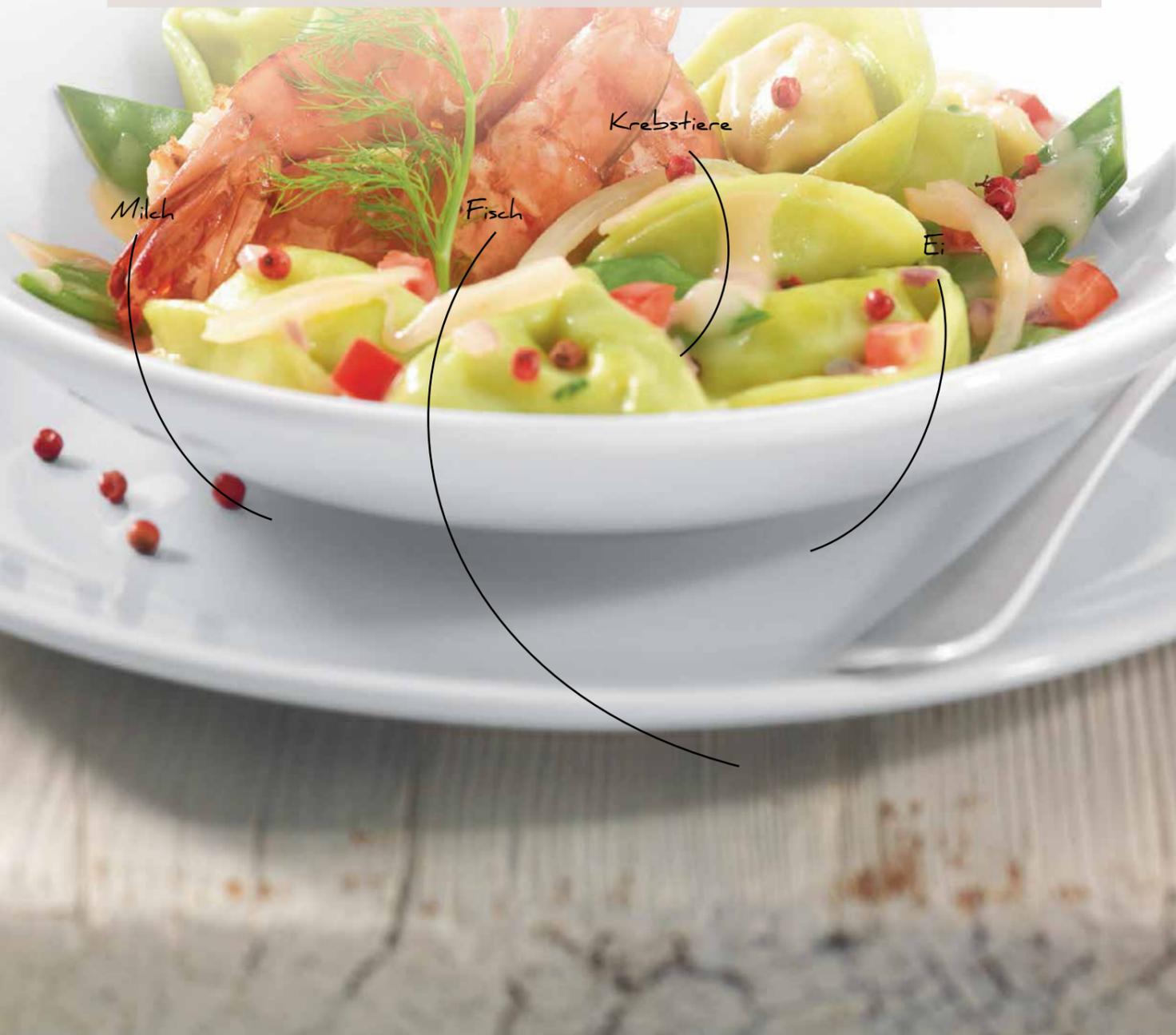
Beispiel: Deklaration mit Buchstaben

Jede allergene Zutat wird durch einen Buchstaben gekennzeichnet. Der Buchstabe wird auf der Speisekarte bei dem Gericht nach dem Wort „enthält“ angegeben und in einer Legende aufgeschlüsselt.

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| a glutenhaltiges Getreide | i Sellerie |
| b Krebstiere | j Senf |
| c Eier | k Sesamsamen |
| d Fisch | l Lupinen |
| e Erdnüsse | m Weichtiere |
| f Sojabohnen | n Schwefeldioxid und Sulfite |
| g Milch | |
| h Schalenfrüchte | |

Tortelloni Kresse-Meerrettich

mit Garnelen und Sauce Limonaise



Hier zeigen wir Ihnen eine Beispieldeklaration für Ihre Speisekarte. Wir empfehlen Ihnen im ersten Schritt, sich die Zutatenliste sowie die eingesetzten Produkte des Rezeptes genau anzusehen. Notieren Sie sich hierbei die enthaltenen allergenen Zutaten. Anschließend können Sie diese auf Ihrer Speisekarte z.B. mit Kleinbuchstaben angeben. Für eine ver-

antwortungsbewusste Information Ihrer Gäste betrachten Sie außerdem möglicherweise enthaltene Spuren an Allergenen und bedenken mögliche Kontaminationen bei der Zubereitung in Ihrer Küche. Diese können Sie ebenfalls freiwillig kennzeichnen. Eine Verpflichtung zur Spurenkennzeichnung besteht laut LMIV jedoch nicht.

Zutaten für das Beispielrezept

- 20 ml Olivenöl, kaltgepresst
- 100 g Zwiebeln, gewürfelt
- 250 g Kaiserschoten, halbiert
- 300 g Paprika, rot, gewürfelt
- 250 g Fenchel, in Streifen geschnitten
- 600 g Garnelen **b**
- 500 ml Weißwein **n**
- 750 ml Wasser
- 30 g Fischfond, Royal, pastös 1-39-205979 **b d m**
- 150 g Sauce Limonaise, Royal, Granulat 1-39-257005 **g**
- 1,5 kg Tortelloni Kresse-Meerrettich 1-39-250046 **a c g**
- 80 ml Sahne **g**
- Salz und Pfeffer
- 5 g Pfefferkörner, rosa
- Fenchelgrün



Angaben auf Ihrer Speisekarte:

Tortelloni Kresse-Meerrettich mit Garnelen und Sauce Limonaise

Raffinierte Kreation aus aromatisch gefüllten Tortelloni und Garnelen an einer cremigen Sauce; enthält **a b c d g m n**

- | | |
|----------------------------------|-------------------------------------|
| a glutenhaltiges Getreide | i Sellerie |
| b Krebstiere | j Senf |
| c Eier | k Sesamsamen |
| d Fisch | l Lupinen |
| e Erdnüsse | m Weichtiere |
| f Sojabohnen | n Schwefeldioxid und Sulfite |
| g Milch | |
| h Schalenfrüchte | |

* Lebensmittel, denen fett gedruckte Buchstaben beigelegt sind (z. B. c und g), enthalten die entsprechenden, aus den nachfolgenden Buchstaben ersichtlichen allergenen Zutaten (z. B. Eier und Milch).

Fragen? Wir helfen gerne!

Dr. Oetker Professional
0800 5891773
info@oetker-professional.de
www.oetker-professional.de

