Dr. Oetker Professional

Allergene – informiert statt verwirrt

Die 14 Hauptallergene lösen etwa 90% aller allergischen Reaktionen und Unverträglichkeitsreaktionen aus.

Zu den 14 Hauptallergenen zählen:

glutenhaltiges Getreide und daraus gewonnene Erzeugnisse

Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse

Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse

Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse

Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse

Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose)

Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse

Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse

Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse

Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse

Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse

Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Schwefeldioxid und Sulfite (in Konzentrationen von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l)

Seit Dezember 2014 müssen Allergene mit Umsetzung der Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) auch in der Gastronomie, z. B. auf Speisekarten, deklariert werden. Hier erfahren Sie auf einen Blick, was Sie wissen müssen.

Was ist die LMIV und welche Änderung bringt sie?
Die LMIV regelt in der Europäischen Union die Kennzeichnung von Lebensmitteln. Mit der Umsetzung der LMIV seit Dezember 2014 müssen allergene Zutaten auch bei den in der Gastronomie angebotenen Gerichten – also z. B. auch auf Speisekarten – deklariert werden.

Sollte ich Allergene meiden?
Für Sie als Gastgeber ist es wichtig, dass sich auch nicht betroffene Gäste bei Ihnen wohl-fühlen. Daher ist es nicht zielführend, Allergene, die größtenteils wichtiger Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung sind, aus der Küche zu verbannen. Wichtig ist hingegen, dass Sie als Gastronom sensibel und verantwortungsbewusst mit dem Thema umgehen und Betroffene jederzeit richtig informieren können. Dafür sollten Sie die allergenen Zutaten in Ihren Speisen genau kennen.

Gibt es allergenfreie Produkte?
Allergenfrei ist ein Produkt nur dann, wenn ihm weder allergene Zutaten beigefügt noch unbeabsichtigte oder technologisch unvermeidbare Spuren in ihm enthalten sind. Dies ist in der Regel nur bei wenigen Spezialherstellern der Fall. Produkte, bei denen Allergene keine direkte Zutat sind, werden bei Mitbewerbern durch die Angabe „o. d. A“ (ohne deklarationspflichtige Allergene) bzw. „allergenfrei laut Rezeptur“ oder mit der Aussage „minus Allergene“ gekennzeichnet. 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.

Auch in Ihrem Betrieb kann es zu Kontaminationen durch Allergene kommen, weil die Zubereitung von Produkten oder Speisen – ähnlich wie in der Industrie – Quellen für Kontaminationen birgt; z. B. wenn Geschirr und Küchengeräte zur Zubereitung mehrerer Speisen verwendet werden.

Exkurs

Was unterscheidet Allergene von Zusatzstoffen?

Zusatzstoffe sind im Gegensatz zu Allergenen Stoffe, die in der Regel weder selbst als Lebensmittel verzehrt noch als charakteristische Lebensmittelzutat verwendet werden. Sie werden einem Lebensmittel aus technologischen Gründen zugesetzt. Zusatzstoffe können allergieähnliche Reaktionen auslösen, zählen aber bis auf Schwefeldioxid und Sulfite nicht zu den Allergenen.

Thinkstock: Seite 1

Beispieldeklaration für Speisekarten

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 verantwortungsbewusste 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.

Tortelloni Kresse-Meerrettich mit Garnelen und Sauce Limonaise

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

Es gibt aktuell noch keine nationale Regelung zur Deklaration von allergenen Zutaten auf Speisekarten. Der vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft vorgelegte Entwurf (Stand November 2014) ermöglicht eine schriftliche – z. B. eine Deklaration über Buchstaben –, aber auch eine mündliche Information. Basis der mündlichen Information muss allerdings eine vorlegbare schriftliche Dokumentation sein, aus der eindeutig ersichtlich wird, welche allergenen Zutaten in dem abgegebenen Lebensmittel enthalten sind. Wir empfehlen Ihnen eine schriftliche Angabe auf der Speisekarte oder den Produktschildern.

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

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