

nutripro®

NESTLÉ PROFESSIONAL Ernährungsmagazin



KEINE ANGST VOR ALLERGENEN

Was Sie schon jetzt zur neuen Lebensmittel-Informationsverordnung wissen sollten

- » Das sind die relevanten Allergengruppen
- » Das ist bei Ihrer täglichen Arbeit zu beachten
- » So unterstützt Sie NESTLÉ PROFESSIONAL dabei

GEMEINSAM DIE HERAUSFORDERUNG MEISTERN

Das Thema „Allergien und Unverträglichkeiten“ gewinnt in Zukunft eine größere Bedeutung. Durch die neue europäische Lebensmittel-Informationsverordnung

muss ab Dezember 2014 bei allen Produkten, die zum sofortigen Verzehr angeboten werden, verpflichtend eine Information über enthaltene Allergene erfolgen.

Die Umsetzung dieser Verordnung ist für alle Küchen in der Praxis eine Herausforderung. Doch es gibt keinen Grund zur Panik.

Lebensmittel, die häufiger Allergien auslösen, sind keine Giftstoffe, die es aus der Küche zu verbannen gilt, sondern in der Regel hochwertige Zutaten.

Bei betroffenen Personen lösen jedoch einzelne Eiweißstoffe, die natürlicherweise in Lebensmitteln vorkommen, Allergien aus.

Wir haben auf den folgenden Seiten die wichtigsten Informationen und Tipps für Sie zusammengestellt.

Ihr
NESTLÉ PROFESSIONAL Team

Wir sind bei ernährungswissenschaftlichen Themen für Sie da:

Für Ernährungswissenschaftliche Fragen stehen Ihnen Fr. Mag. Ingrid Ranner und Fr. Mag. Anita Zankl gerne zur Verfügung. Bitte schreiben Sie uns unter wellnesschampion@at.nestle.com

VON PROFI ZU PROFI

Kompetente Beratung, attraktive Produkte und erstklassiger Service – NESTLÉ PROFESSIONAL weiß, was Profis wünschen und handelt danach. Getreu unserem Slogan „Making More Possible“ bieten wir Ihnen wegweisende Ideen, erfolgreiche Konzepte und ein breites, interessantes kulinarisches Portfolio an. Kurzum: Wir tun alles, damit Sie sich auf das Wesentliche konzentrieren können – auf Ihren Erfolg!



DAS IST DIE NEUE LEBENSMITTEL-INFORMATIONSVORORDNUNG

Seit 2011 ist das neue EU-Gesetz, kurz LMIV, in Kraft. Bis Dezember 2014 wird eine Übergangsfrist zur Umsetzung gewährt. Neu in dieser Verordnung ist u.a., dass auch bei nicht vorverpackten Lebensmitteln die 14 Hauptallergene zu kennzeichnen sind. Hierunter fallen auch Speisen, die vom Gastronom oder Koch in der GV

und Gastronomie an seine Gäste herausgegeben werden. Wie die Allergeninformation vor Ort genau aussehen soll, steht noch nicht fest. Hierzu plant das Bundesministerium für Gesundheit in Österreich noch eine nationale Vorschrift. Aber an der verpflichtenden Umsetzung führt kein Weg mehr vorbei.

Zukünftig muss bei allen von Ihnen angebotenen Gerichten eine Allergenangabe erfolgen, sofern Allergene aus den 14 Hauptallergengruppen in den Gerichten enthalten sind.

DIE 14 ZU KENNZEICHNENDEN ALLERGENE:



Soja
u.a. Sojalecithin



Lupinen
u.a. Lupinenmehl, Lupinenkonzentrat, Lupinenprotein



Nüsse
u.a. Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Cashewnüsse, Pecannüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamianüsse



Sellerie
Bleichsellerie, Knollensellerie, Staudensellerie



Eier
Alle Eisorten



Weichtiere
u.a. Schnecken, Muscheln, Austern, Tintenfisch, Calamares



Milch inkl. Milchzucker
Alle Milchprodukte



Glutenhaltiges Getreide
Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse wie z.B. Mehl, Grieß, Grünkern, Einkorn und Emmer (Zweikorn) usw. ausgenommen ist Glukosesirup/Dextrose/Maltodextrin auf Weizenbasis bzw. Glukosesirup auf Gerstenbasis



Erdnüsse
Alle Erdnussorten



Senf
u.a. auch Senfsprossen, Senfpulver, Senfkörner



Sesam
u.a. Sesamöl, Sesammehl, Sesamsamen



Fisch
Alle Fischarten (u.a. Anchovis, Kaviar)



Schalen- & Krustentiere
u.a. Krebs, Shrimps, Garnelen, Scampi, Hummer



Schwefeldioxid und Sulfid
E 220 – E 228
u.a. in Trockenobst, Tomatenpüree, Wein

MÖCHTEN SIE **DARAUF VERZICHTEN?**



Allergene sind Bestandteile von schmackhaften Gerichten, auf die keiner verzichten möchte. Wenn Zutatenlisten und Rezepturen transparent sind, steht dem unbeschwerten Genuss nichts im Wege.

WAS SIND **ALLERGENE?**

Ca. 1 - 2 % der Erwachsenen und 4 - 8 % der Kinder leiden an echten Lebensmittelallergien. Dabei sind Obst (35 %) und Nüsse (23 %) die häufigsten Allergene bei Erwachsenen, Milch (70 %) und Ei (40 %) bei Kindern.* *Doch was genau sind eigentlich Allergene?*

Allergene sind Eiweißstoffe, die im Körper Überempfindlichkeitsreaktionen auslösen. Bei Menschen mit Allergien werden eigentlich harmlose Eiweiße vom Körper als Fremdstoffe eingestuft. Das Immunsystem bildet Antikörper gegen diese Nahrungs-

bestandteile und reagiert mit allergischen Reaktionen wie Reizungen und Schwellungen, Hautausschlägen, Atemnot, Magen-Darm- oder Kreislaufbeschwerden. Im schlimmsten Fall kann es zu einem allergischen Schock kommen.

HÄUFIGE **LEBENSMITTELALLERGENE**



SÄUGLINGE

Kuhmilch, Hühnerei



KINDER

Kuhmilch, Hühnerei, Fisch, Soja, Weizen, Nüsse



ERWACHSENE

Obst, Gemüse, Nüsse, Gewürze, Fisch, Meeresfrüchte



Quellen: Bischoff, Stephan C. (2010). Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen. In: Biesalski, Bischoff, Puchstein (Hg.) Ernährungsmedizin. 4. Auflage, Stuttgart: Georg Thieme Verlag KG, S. 761ff
*Weißbuch Allergie in Deutschland, 2010

SO BEKOMMEN SIE DAS THEMA ALLERGENE **EINFACH IN DEN GRIFF**

Für die Umsetzung der Allergeninformationspflicht gibt es keine Paradelösung, die auf jeden Betrieb passt. Vielmehr ist die Art der Umsetzung von den betriebsspezifischen Abläufen und Ressourcen abhängig. Die Basis ist allerdings stets die genaue Erfassung, welche der 14 Hauptallergene in Ihrem Betrieb überhaupt vorkommen.

IHRE PERSÖNLICHE **CHECKLISTE**

- 1 Prüfen Sie alle **Zutaten und Rezepturen** Ihrer Küche auf allergene Inhaltsstoffe. Diese müssen in der Zutatenliste hervorgehoben sein! Im Zweifelsfall fragen Sie auch Ihre Lieferanten nach Allergenen in deren Produkten.
- 2 Halten Sie die Allergeninformationen für alle Zutaten **dauerhaft aktuell**. Überlegen Sie sich eine standardisierte Vorgehensweise für die Aktualisierung der Allergenauslobung Ihrer Rezepturen. Denken Sie daran, wenn Sie Zutaten austauschen oder Rezepturen verändern, auch die Allergene anzupassen!
- 3 **Standardisierte Rezepturen** können Ihnen bei der täglichen Arbeit äußerst hilfreich sein.
- 4 **Schulen Sie Ihre Mitarbeiter!** Wichtig ist die Erkenntnis, dass einem betroffenen Gast nur eine korrekte und verlässliche Auskunft hilft. Eine spontane Abänderung von Standard-Rezepten ist möglicherweise mit einer Änderung des Allergenprofils verbunden!
- 5 Denken Sie daran, dass Allergene über benutzte Arbeitsgeräte, Arbeitsflächen und mehrfach verwendetes Frittieröl **übertragen** werden können.
- 6 Gehen Sie mit Allergikern in einen direkten **Dialog** und kommunizieren Sie nur gesicherte Informationen. Ein nicht angeführtes Allergen kann für den Betroffenen gesundheitliche Folgen haben.



TIPPS ZUM PROFESSIONELLEN UMGANG MIT ALLERGIEN



IN DER KÜCHE

- ✓ Bereiten Sie Gerichte für einen Allergiker möglichst immer an einem separaten und sauberen Arbeitsplatz zu.
- ✓ Achten Sie auf saubere Hände, Werkzeuge und Arbeitskleidung, um das Risiko zu mindern, dass ungewollt Allergene in die Speise gelangen. (Kreuzkontaminationen).

IM SERVICE

- ✓ Niemals eine Auskunft geben, die nicht gesichert ist. Verlässliche Informationen sind für einen Allergiker absolut notwendig.
- ✓ Nennen Sie auf Ihrer Speisekarte verwendete Allergene im Namen des Gerichtes zum Beispiel Rindfleisch-Burger im Sesam-Brötchen, Hühner-Spieße mit Erdnusssauce, Sellerie-Salat mit Sauce Mayonnaise.

WAS BEDEUTET EIGENTLICH DER HINWEIS „KANN SPUREN ENTHALTEN“?

Die Zutatenliste eines Produktes und der darunter aufgeführte Spurenhinweis sind zwei verschiedene Informationen. In der Zutatenliste sind die Zutaten aufgeführt, die gemäß Rezeptur dem Produkt hinzugegeben werden. Der Spurenhinweis ist eine freiwillige, gesetzlich nicht verpflichtende, Zusatzinformation. Er sagt aus, dass Spuren allergener Stoffe, die nicht als Zutat im Produkt enthalten sind, aufgrund von Erzeugung, Transport und Lagerung eingesetzter Rohstoffe und von zuvor auf denselben Produktionsanlagen hergestellten Produkten nicht völlig ausgeschlossen werden können. Ob mögliche Spuren von einem bestimmten Lebensmittel, z.B. auch durch Ihre Küchenabläufe, relevant für einen Allergiker sind,

ist individuell verschieden. Auch wenn es nicht verpflichtend ist, empfiehlt es sich, den Allergiker über mögliche Spuren zu informieren, so kann er die Entscheidung für sich am besten treffen.

Mit unseren Produkten sind Sie immer auf der sicheren Seite – dank hervorgehobener Allergene und gesondert gekennzeichnete Spuren

Zutaten: Weizenmehl, Maltodextrin, Speisesalz jodiert (Salz, Kaliumjodid), Palmöl, modifizierte Stärke, 5,7% Knoblauch, Vollmilchpulver, Gewürze, Aroma, Lauch, Zwiebeln, Petersilie. Lacto-vegetarisch. Hinweis für Allergiker: Kann Spuren von Ei, Soja, Sellerie und Senf enthalten. Laut Gesetz OHNE Zusatz von Konservierungsstoffen.

DER PRAKTISCHE HELFER FÜR IHRE KÜCHE UNSER ALLERGEN-POSTER

DER PRAKTISCHE HELFER FÜR IHRE KÜCHE

ÜBERBLICK ÜBER LEBENSMITTELALLERGENE

Nestlé
PROFESSIONAL
MAKING MORE POSSIBLE.

Soja
Sojasprossen, -bohnen und -produkte (z. B. Sojasauce, Tamari und Shoyu, Miso, Natto, Tempeh, Tofu)
VORSICHT BEI: Fleischersatz, Lecithin, Kakaogetränken, Milchersatzprodukten (z. B. Kaffeeweißer, Käseimitate, Obersersatz)
ERSATZPRODUKTE: Milchprodukte, Getreide-, Kokos-, Reis-, Mandel- und Haferdrinks, Seitan, Speisestärke

Glutenhaltiges Getreide
Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Grünkern, Einkorn, Emmer (Zweikorn), Kamut, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse wie z. B. Mehl, Grieß, Öl, Couscous, Bulgur usw.
VORSICHT BEI: Käseprodukten (z. B. Schmelz-, Blauschimmelkäse), Hefe, Sahnestief, Kräutereisig, kandierten Früchten, Trockenobst (Bismillah), Süßigkeiten, aromatisiertem Tee und Kaffee, Kaffeesatz, Bier, Likör, Whiskey
ERSATZPRODUKTE: Amaranth, Buchweizen, Hirse, Mais, Quinoa, Tapioka, Glukosesirup, Dextrose und Maltodextrin

Lupinen
Lupinenprodukte (z. B. Lupinenmehl-Eiweißkonzentrate, Lupinenkeie und -ballaststoffkonzentrate)
VORSICHT BEI: Wurst-, Käse- und Schmelzkäseprodukten, Blauschimmelkäse, Surimi, Speiseeis, kandierten Früchten, aromatisiertem Tee und Kaffee, Kaffeesatz, glutenfreien Produkten, vegetarischen und veganen Produkten

Erdnüsse
Alle Sorten Erdnüsse und Erdnussprodukte (auch Aschanti, Arachis oder Kammerunuss genannt)
VORSICHT BEI: Erdnussöl, -butter, -sauce, orientalischen Spezialitäten (z. B. Falafel, Kebab, Reiscracker), Currypulver und Würstchen

Nüsse
Cashew-, Hasel-, Macadamia-/Queensland-, Para- und Pecannüsse sowie Walnuss, Mandel, Pistazie
VORSICHT BEI: Öl, Marzipan, Kakaopulver, Schokolade

Sellerie
Knollen- und Stängelsellerie, Selleriepulver
VORSICHT BEI: Brotaufstrichen, Bratlingen, Wurstprodukten, Faschiertem, Feinkostsalaten, Fertigsuppen (Würfel/Instant), Würstchen, Knabbergebäck
ERSATZPRODUKTE: Zitrone, Petersilie, Petersilienwurzel

Senf
Alle Senfarten und -produkte (z. B. Senfkörner, -saat, -mehl, -pulver, Mostsch, Mostert)
VORSICHT BEI: Frischkäsezubereitungen und Chutneys

Sesam
Sesam-, -mehl, -öl, -paste (z. B. Tahini)
VORSICHT BEI: orientalischen Süßigkeiten (z. B. Halwa, türkischer Honig), orientalischen und asiatischen Spezialitäten (z. B. Falafel, Kebab, Fladenbrot, Reiscracker, Satéspießchen, Sushi)

Fisch
Jeglicher Fisch (frisch oder verarbeitet) und Fischprodukte
VORSICHT BEI: Surimi, Kaviar, asiatischen Würstchen und Würstchen

Schalen- & Krustentiere
Alle Scampi, Hummer, Krabben, Krebse
VORSICHT BEI: asiatischen Würstchen, Fischsauce

Milch inkl. Milchezucker
Alle Kuh-, Ziegen-, Schafmilch und -milchprodukte (z. B. Milchpulver, Butter, Käse, Joghurt, Kondensmilch, Molke)
VORSICHT BEI: Molkenprotein (-eiweiß), Casein, Margarine, Backerbsen, Likör
ERSATZPRODUKTE: Getreide-, Reis-, Mandel-, Hafer- und Sojadrinks, Kokosmilch, Milchersatzprodukte (z. B. auf Sojabasis), pürierter Tofu

SO₂
Schwefeldioxid und Sulfite
Schwefeldioxid (SO₂, E220) und Sulfite: Natriumsulfite (E221), Natriumhydrogensulfite (E222), Natriummetabisulfite (E223), Kaliummetabisulfite (E224), Kaliumsulfite (E226), Kaliumbisulfite (E227), Kaliumtrisulfite (E228)
VORSICHT BEI: Marmelade, Fruchtessig, Trockenfrüchten, vorgeschälten Kartoffeln, Grapefruit, Sago, Meerrettich, Chips, Wein, Campari, Portwein

Richtiger Umgang mit Allergenen:

- Rohstoffe und Zutaten immer auf Allergene prüfen! Diese müssen in der Zutatenliste hervorgehoben sein. Im Zweifelsfall beim Lieferanten anfragen.
- Laufend Rezepturen überprüfen und immer aktuell halten (z. B. wenn Zutaten von einem anderen Lieferanten bezogen werden!)
- Ersatzprodukte für einzelne Allergene helfen dem Betroffenen, bringen jedoch meist ein anderes Allergen in das Gericht ein (z. B. Sojamilch statt Kuhmilch!)
- Arbeitsflächen, Geräte und Hilfsmittel trennen oder gut reinigen. Ansonsten können Allergene auf andere Gerichte übertragen werden.
- Frittieröl kann Spuren von Allergenen aus zuvor frittierten Gerichten enthalten!
- Im Falle eines medizinischen Notfalls: **Rettensdienst 144**

Nestlé Professional GmbH · 1120 Wien · Am Euro Platz 2 · www.nestleprofessional.at · wellnesschampion@at.nestle.com

Ob Fisch-, Nüsse-, Milch- oder Senf-Allergie – hier sehen Sie auf einen Blick, was betroffene Gäste essen dürfen und was nicht. Neben eindeutig erlaubten und eindeutig nicht erlaubten Zutaten sind auch jene Produkte aufgeführt, in denen das jeweilige Allergen möglicherweise vorkommen könnte.

Ein praxisnahes Werkzeug, das es Ihnen künftig einfach macht, auch Gästen mit Allergien ein aufmerksamer Gastgeber zu sein.

Fragen Sie unseren Außendienstmitarbeiter nach Ihrem persönlichen Exemplar.

DER KOMPETENTE PARTNER AN IHRER SEITE – **NESTLÉ PROFESSIONAL**



Wann immer es um Fragen rund um Küche und Ernährung geht, ist NESTLÉ PROFESSIONAL Ihr richtiger Ansprechpartner. Unser Team steht Ihnen für Fragen gerne zur Verfügung.

- ✓ Kostenlose ernährungswissenschaftliche Beratung unter wellnesschampion@at.nestle.com
- ✓ Vollständige Allergeninformationen zu jedem Produkt unter nestleprofessional.at
- ✓ Optische Hervorhebung der 14 Hauptallergene nach und nach auf allen Etiketten
- ✓ Zusätzliche, freiwillige Kennzeichnung der Allergenspuren auf allen Etiketten

NESTLÉ PROFESSIONAL BIETET STARKE MARKEN UND **MASSGESCHNEIDERTE LÖSUNGEN** FÜR IHREN ERFOLG



Die starken Marken von NESTLÉ PROFESSIONAL stehen für erstklassige Qualität sowie Transparenz bezüglich Inhaltsstoffen, Herkunft und Produktion.

Diese Markenwerte immer wieder aufs Neue zu erfüllen und Sie zu begeistern, das ist der Anspruch, den NESTLÉ PROFESSIONAL an sich stellt.

Denn wir möchten vor allem eines gewinnen – Ihr Vertrauen!