

# Info-Sheet: Lebensmittel-Etiketten

|                                     | Andere Bezeichnung:                 | Vorkommen z. B. in:   |
|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| <i>Agar-Agar</i>                    | E 406                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>Aufstriche:</b> Gelee, Marmelade</li> <li>☐ <b>Backwaren</b></li> <li>☐ <b>Eiscreme</b></li> <li>☐ <b>Fertigprodukte:</b> Fertiggerichte, Fertigsuppen</li> <li>☐ <b>Milchprodukte:</b> Schmelzkäse</li> <li>☐ <b>Süßspeisen:</b> mit Geliermittel, Pudding, Tortenguss</li> <li>☐ <b>Süßwaren</b></li> </ul> |
| <i>Agavendicksaft</i>               |                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>Aufstriche:</b> Marmelade</li> <li>☐ <b>Backwaren:</b> Kuchen, Plätzchen</li> <li>☐ <b>Eiscreme</b></li> <li>☐ <b>Fertigprodukte:</b> Müsli, Salatsoße</li> <li>☐ <b>Getränke</b></li> <li>☐ <b>Süßspeisen:</b> Milchreis, Quark, Pudding, Grütze</li> </ul>  |
| <i>Alfalfa</i>                      | Luzerne                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>Brotbelag</b></li> <li>☐ <b>Keimlinge/Sprossen:</b> in Salaten</li> </ul>   |
| <i>Aloe vera</i>                    |                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>Fertigprodukte:</b> Müsli</li> <li>☐ <b>Milchprodukte:</b> Joghurt</li> <li>☐ <b>Süßspeisen:</b> Obstsalate</li> <li>☐ <b>Nahrungsergänzungsmittel</b></li> </ul>   |
| <i>Banane</i>                       |                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>Getränke:</b> Milchmixgetränke, Smoothies</li> </ul>  |
| <i>Bleichsellerie</i>               | Stangensellerie,<br>Staudensellerie | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>Fertigprodukte:</b> Fertiggerichte, Fertigsuppen,<br/>Gewürzmischungen</li> </ul>   |
| <i>Carrageen<br/>(Geliermittel)</i> | E 407                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>Eiscreme</b></li> <li>☐ <b>Fertigprodukte:</b> Babynahrung, Ketchup, Light-Produkte</li> <li>☐ <b>Getränke:</b> Bier, Wein</li> <li>☐ <b>Milchprodukte</b></li> <li>☐ <b>Süßspeisen:</b> Pudding, Sahne</li> <li>☐ <b>Süßigkeiten</b></li> </ul>  |
| <i>Dicke Bohne</i>                  | Saubohne, Ackerbohne                | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>Eintöpfe</b></li> <li>☐ <b>Püree</b></li> <li>☐ <b>Salate</b></li> <li>☐ <b>Suppen</b></li> </ul>   |
| <i>Dorado</i>                       | Goldbrasse                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>gegrillt im Ganzen</b></li> <li>☐ <b>Bestandteil von Fischtellern</b></li> </ul>  |
| <i>Ei</i>                           |                                     | siehe Hühnererei  |
| <i>Esskastanie</i>                  | Marone                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>Eiscreme</b></li> <li>☐ <b>Füllungen</b></li> <li>☐ <b>Pasteten</b></li> <li>☐ <b>Suppen</b></li> <li>☐ <b>Süßspeisen:</b> Pudding, Sahne</li> </ul>  |

|                                      | Andere Bezeichnung:                        | Vorkommen z. B. in:   |
|--------------------------------------|--|---|
| <i>Garnele</i>                       | Granat, Krabbe, Nordseegarnele             | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Currys</b></li> <li>□ <b>verarbeitete Fischprodukte</b></li> <li>□ <b>Pizza</b></li> <li>□ <b>Nudelgerichte</b></li> </ul>  |
| <i>Gluten</i>                        | Weizeneiweiß, Kleber, Klebereiweiß, Seitan | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Backwaren:</b> Backmischungen, Backpulver, Brot, Brötchen, Kuchen, Pumpernickel, Tortenguss</li> <li>□ <b>Fertigprodukte:</b> Aufläufe, Babynahrung, Gemüsebrühe, Gemüsekonserven, Haferflocken, Ketchup, Müsli, Obstzubereitungen, Salatdressing, Soßen, Suppen, Tiefkühlgemüse mit Mehlsatz (Rahmspinat)</li> <li>□ <b>Fischprodukte:</b> paniertes Fisch (Fischstäbchen)</li> <li>□ <b>Fleischprodukte:</b> paniertes Fleisch (Wiener Schnitzel), Wurst</li> <li>□ <b>Getreidekörner:</b> Dinkel, Einkorn, Emmer, Gerste, Grünkern, Kamut, Roggen, Weizen</li> <li>□ <b>Getränke:</b> Bier, Getreidekaffee, Schnaps, Whisky</li> <li>□ <b>Getreideprodukte:</b> Couscous, Graupen, Gries, Mehl, Nudeln, Paniermehl, Pizza, Weizenkleie</li> <li>□ <b>Gewürze:</b> Gewürzmischungen, Senf, Röstzwiebeln</li> <li>□ <b>Kartoffelprodukte:</b> Gnocchi, Kartoffelklöße</li> <li>□ <b>Milchprodukte:</b> Joghurts</li> <li>□ <b>Nahrungsergänzungsmittel</b></li> <li>□ <b>Süßigkeiten:</b> Diätiegel</li> <li>□ <b>vegetarische/vegane Produkte:</b> Bratlinge, Seitan</li> </ul> |
| <i>Guarkernmehl (Dickungsmittel)</i> | E 412                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Backwaren:</b> Backmittel, Brot</li> <li>□ <b>Eiscreme</b></li> <li>□ <b>Fertigprodukte:</b> Soßen, Suppen</li> <li>□ <b>Füllungen</b></li> <li>□ <b>Milchprodukte</b></li> <li>□ <b>Süßspeisen:</b> Pudding</li> <li>□ <b>Vegane Produkte (Gelatineersatz)</b></li> </ul>  |
| <i>Hefe</i>                          | Backhefe, Bäckerhefe, Bierhefe             | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Backwaren:</b> aus Hefeteig</li> <li>□ <b>Milchprodukte:</b> Salatdressings</li> <li>□ <b>Getränke:</b> Bier, Wein, Malzbier, Fruchtsaft</li> <li>□ <b>Fertigprodukte:</b> Fertiggerichte, Soßen, sauer eingelegte Gemüse, vergorene Früchte</li> <li>□ <b>Essig</b></li> </ul>   |

|  | Andere Bezeichnung:   | Vorkommen z. B. in:   |
|--|---|---|
| <i>Hühnerei</i>                              | Albumin, Eigelb, Eiklar, Eilecithin, Eiöl, Eiprotein, Emulgator, Flüssigei, Flüssigeigelb, Flüssigeiweiß, Gefrierei, Globulin, Livetine, Stabilisator, Trockenei, Trockeneiweiß, Trockeneigelb, Ovoalbumin, Ovomucoid, Ovotransferrin, Ovo-Protein, Simplex, Vollei, E 322 (Lecithin), E 1105 (Lysozym) | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Aufstriche:</b> Pflanzliche Brotaufstriche (einige Sorten)</li> <li>□ <b>alkoholische Getränke</b> mit Milchanteil (Eierlikör)</li> <li>□ <b>Backwaren:</b> Backmischungen, Baiser, Brot, Brötchen, Kekse, Kuchen, Lebkuchen, Toast, Torten, Tiramisu, Waffeln, Zwieback</li> <li>□ <b>Backzutaten:</b> Glasuren</li> <li>□ <b>Dressing:</b> gekaufte Dressings (einige Sorten), Würzsoßen, Würzpasten</li> <li>□ <b>Eiscreme:</b> Sahneeis</li> <li>□ <b>Fertigprodukte:</b> Teig aus der Tiefkühltruhe, Tiefkühl-Gemüsegerichte, Soßenbinder, Fertigsoußen, Fertigsuppen, Gewürzmischungen</li> <li>□ <b>Fischprodukte:</b> paniertes Fisch</li> <li>□ <b>Fleischprodukte:</b> Brühe, Frikadellen, Hackbraten, paniertes Fleisch, Pasteten, Wurst (Aspik, Bratwurst, Corned Beef, Leberwurst, Sülze)</li> <li>□ <b>Kartoffelprodukte:</b> Kartoffelpüree, Knödel, Kroketten, Rösti</li> <li>□ <b>Medikamente</b></li> <li>□ <b>Milchprodukte:</b> Margarinesorten mit Eigelb oder Lecithin, Mayonnaise, Milchmixgetränke</li> <li>□ <b>Nudelprodukte:</b> Ravioli, Nudelsoußen, Tortellini</li> <li>□ <b>Pfannkuchen</b></li> <li>□ <b>Salate:</b> Fertigsalate</li> <li>□ <b>Süßigkeiten:</b> Bonbons, Cremespeisen, Löffelbiskuit, Nougat, Pralinen, Pudding, Schaumwaffeln, Schokolade, Schokokuss, Zuckerwatte</li> </ul> |
| <i>Johannisbrotkernmehl (Dickungsmittel)</i> | E 410   | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Backwaren:</b> Füllungen</li> <li>□ <b>Fertigprodukte:</b> Soußen, Suppen, Light-Produkte</li> <li>□ <b>Süßspeisen:</b> Pudding, Grütze</li> <li>□ <b>Eiscreme</b></li> <li>□ <b>Süßigkeiten</b></li> </ul>   |
| <i>Kabeljau</i>                              | Dorsch, Klippfisch, Laberdan  | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Aufläufe</b></li> <li>□ <b>Kaviarcreme</b></li> <li>□ <b>Lebertran</b></li> <li>□ <b>Suppen</b></li> <li>□ <b>Fisch-Fond</b></li> </ul>   |
| <i>Krebs</i>                                 |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Fischgerichte:</b> Fischstäbchen</li> <li>□ <b>Soßen</b></li> </ul>   |
| <i>Kurkumin</i>                              | E 100 Gelbwurz  | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Aufstriche:</b> Konfitüre, Marmelade</li> <li>□ <b>Curry:</b> Currypulver, Currygerichte</li> <li>□ <b>Fertigprodukte:</b> Fertiggerichte mit Reis, Margarine, Senf</li> <li>□ <b>Getränke:</b> Softdrinks</li> <li>□ <b>Kartoffelprodukte:</b> Kartoffelflocken</li> </ul>   |
| <i>Lauch</i>                                 | Porree  | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Backwaren:</b> Quiche</li> <li>□ <b>Fertigprodukte:</b> Brühen, Gewürzmischungen, Fertigsuppen</li> </ul>   |
| <i>Lavendel</i>                              |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Kräuter der Provence</b></li> </ul>   |
| <i>Mais</i>                                  | Zuckerkorn  | <ul style="list-style-type: none"> <li>□ <b>Fertigprodukte:</b> Cornflakes, Mischgemüse, Popcorn</li> <li>□ <b>Getreideprodukte:</b> glutenfreies Brot, Maismehl, Maisstärke (Maizena), Tortilla-Chips</li> </ul>   |