

Liste over produkter, som kan indeholde gluten og navne på glutenholdige ingredienser

Produkter, der er / kan være gluten i:

Glutenholdige ingredienser:

Babymad	Bulgur
Bagepulver	Byg, -malt, -mel, -gryn
Brød, alle slags også knækbrød	Couscous
Buddingpulver	Durum (hvede)
Bouillon	Emmer
Chokolade (spec. de billige)	Fuldkornsmel
Chips	Grahamsmel
Dressinger	Gryn
Franske kartofler	Guldkorn
Fromagepulver	Havre, -mel, -gryn,
Færdigretter	Havrefras
Idealmel / saucejævner	Hvede, -mel, -gryn, -klid, -kerner, kim
Is	Hvedeprotein
Kager og Kageblandinger	Hvedestivelse
Kagecreme	(dog: under 0,3g protein pr. 100 g stivelse = GF)
Kakao/Chokolade	Hydrolyseret vegetabilsk protein
Karry	Klid
Kartoffelprodukter, frosne	Malt
Kiks	Mannagryn
Ketchup	Mel
Leverposteg	Müsli
Marinader	Rasp
Morgenmadsprodukter	Pasta
Pasta produkter	Rughvede
Pålæg	Rug, -mel, -kerner
Pølser	Semolinagryn
Remoulade	Semulje
Ristede løg	Spelt
Sauce og saucepulver	Sigtemel
Sennep	Vegetabilsk protein
Slik	
Soya sauce	
Supper	
Vafler	
Æbleskiver	
Øl	

Til restauranter

Glutenfri mad

+/- listen

	+	-
Mel	Majsmel Boghvedemel Kartoffelmel Majsstivelse (Maizena/snowflake) Sojamel Tapioka Quinoa Rismel	Hvede (Durum) Rug Byg Havre Spelt
Sovs / dressing	Olie / eddike Creme fraiche Heinz Ketchup Vegetabilske olier	Madlavningsfløde m. hvede Ketchup med hvede Sennep med hvede Mayonaise med hvede HP-sovs Worchestershire-sovs Sovs/ dressing jævnet med ovenstående mel
Forret	Supper (uden meljævning) Souffle Salater uden pasta	Pastasalta

Hovedret

Mousse

Kød, fjerkræ og fisk (fersk, frossent,

røget og saltet)

Grøntsager og

frugter (frisk og

konserverede)

Mælk og surmælksprodukter

Margarine, smør og

olie

Sovs jævnet med **Maizena**
majstivelse

Glutenfri pasta

Is eller sorbet*

Frugt

Marengs

Budding* / Mousse* /
fromage

Ost

Soufflé*

Kød paneret med **rasp**

Fisk vendt i mel

Pasta

Couscous

Bulgur

Dessert

Alle former for kage
indeholdende ovenstående
mel

* Skal kontrolleres for indhold af gluten