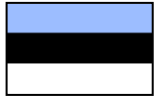




**E**  
Español



**EST**  
Estonio

En toda la Unión Europea los alimentos envasados siempre deben llevar indicados los siguientes ingredientes sin excepción.

- Esto no será válido para los siguientes países: Rusia, Turquía.

Estos ingredientes están marcados en **azul** en el diccionario.

- Cereales que contengan gluten (es decir, trigo, centeno, cebada, avena, espelta, kamut o sus variedades híbridas) y productos derivados
- Crustáceos y productos a base de crustáceos
- Huevos y productos a base de huevo
- Pescado y productos a base de pescado
- Cacahuetes y productos a base de cacahuetes
- Soja y productos a base de soja
- Leche y sus derivados (incluida la lactosa)
- Frutos de cáscara, es decir, avellanas [*Corylus avellana*], almendras [*Amygdalus communis L.*], anacardos [*Anacardium occidentale*], nueces de nogal [*Juglans regia*], pacanas [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], pistachos [*Pistacia vera*], castañas de Pará [*Bertholletia excelsa*], nueces macadamia y nueces de Australia [*Macadamia ternifolia*], y productos derivados
- Apio y productos derivados
- Mostaza y productos derivados
- Granos de sésamo y productos a base de granos de sésamo
- Anhídrido sulfuroso y sulfitos en concentraciones superiores a 10 mg/kg o 10 mg/litro expresado como SO<sub>2</sub>.
- Altramuces y productos a base de altramuces
- Moluscos y productos a base de moluscos

Podéis crear vuestra ficha personal de alergia con la ayuda de este diccionario.

## Ma olen allergiline ... suhtes

<i>cocinado</i>	<i>küpsetatud</i>
<i>crudo</i>	<i>toores</i>
<i>fresco</i>	<i>värske</i>
<i>seco</i>	<i>kuiv</i>
abadejo	<b>pikšakala</b>
achicoria	<b>sigur; sigurid</b>
aguacate	<b>avokaado</b>
ajo	<b>küüslauk</b>
albahaca	<b>basiilika</b>
albaricoque	<b>aprikoos</b>
alcohol	<b>alkohol</b>
almeja	<b>rannakarp; jõekarp; teokarp</b>
almendra	<b>mandel</b>
alubia	<b>uba</b>
amapola	<b>moon; mooniseemned</b>
anacardos	<b>kašupähkel</b>
anchoa	<b>anšoovis</b>
anhídrido sulfuroso	<b>vääveldioksiid</b>
anis	<b>aniis</b>
apio	<b>seller</b>
arenque	<b>heeringas</b>
arroz	<b>riis</b>
artemisia	<b>puju</b>
atún	<b>tuunikala</b>
avellana	<b>sarapuupähkel</b>
avena	<b>kaer</b>
bacalao	<b>tursk; tursakala</b>
bogavante	<b>homaar; merivähk</b>
brócoli	<b>brokoli</b>
caballa	<b>makrell</b>
cacahuetes	<b>maapähkel; arahhis</b>
cacao	<b>kakao</b>
canela	<b>kaneel</b>
cangrejo	<b>krabi</b>
caracol de viña	<b>viinamäetigu</b>
cardamomo	<b>kardemon</b>
carne	<b>liha</b>
castaño	<b>kastan</b>

castañas de Pará	<b>parapähkel; brasíllia pähkel</b>
cebada	<b>ahven</b>
cebada	<b>odrajahu</b>
cebolla	<b>sibul</b>
centeno	<b>rukkijahu</b>
cerdo (carne)	<b>sealiha</b>
cereza	<b>kirss; murel</b>
cerveza	<b>õlu</b>
chamifion	<b>šampinjon</b>
chocolate	<b>šokolaad</b>
ciruela	<b>ploom</b>
coco	<b>kookospähkel</b>
comino	<b>köömned</b>
cordero	<b>lambaliha</b>
cordero (carne)	<b>lambaliha</b>
coriandro; cilantro	<b>koriander</b>
crustáceos	<b>vähk</b>
curry	<b>karri</b>
dátil	<b>dattel</b>
eneldo	<b>till</b>
especia	<b>vürts</b>
especias	<b>ürt; ravimtaim</b>
espelta	<b>okasnisu</b>
espinaca	<b>spinat</b>
estragón	<b>estragon</b>
fresa	<b>maasikas</b>
gallina (carne)	<b>kanaliha</b>
gamba	<b>garneel; krevett</b>
gluten	<b>gluteen; liimvalk</b>
granos de sésamo	<b>seesami seemned</b>
guindilla	<b>punapipar</b>
guisante	<b>hernes</b>
harina	<b>jahu</b>
hierbabuena	<b>piparmünt</b>
higos	<b>viigimari</b>
huevo	<b>muna</b>
jengibre	<b>ingver</b>
judía	<b>uba</b>
kamut	<b>kamut</b>
kiwi	<b>kiivi</b>
leche	<b>piim (lehma)</b>
lenteja	<b>lääts</b>
levadura	<b>pärm</b>
ligústico	<b>leeskpunkt</b>
limón	<b>sidrun</b>
maicena	<b>maisijahu</b>
mango	<b>mango</b>
manzana	<b>õun</b>
marisco	<b>karp</b>
mazapán	<b>martsipan</b>
mejillón	<b>rannakarp; jõekarp</b>
mejorana	<b>majoraan</b>
melocotón	<b>virsik; persik</b>
melón	<b>melon</b>

membrillo	<b>küdoonia</b>
miel	<b>mesi</b>
mostaza	<b>sinep</b>
naranja	<b>apelsin</b>
nueces de nogal	<b>kreeka pähkel</b>
nueces macadamia	<b>makadamipähklid</b>
nuez	<b>pähkel</b>
nuez moscada	<b>muskaatpähkel</b>
orégano	<b>oregano</b>
ortiga	<b>kõrvenõges</b>
ostra	<b>auster</b>
pacanas	<b>pekani-hikkoripähkel</b>
papaya	<b>papaia</b>
patata	<b>kartul</b>
pepino	<b>kurk</b>
pera	<b>pirn</b>
perejil	<b>petersell</b>
pescado	<b>kala</b>
pimentón	<b>paprika; punane pipar</b>
pimienta	<b>must pipar</b>
pimienta de cayena	<b>punapipar</b>
pimiento	<b>paprika kaun</b>
piña	<b>ananass</b>
pistacho	<b>pistaatsiamandel</b>
plátano	<b>banana</b>
platija	<b>kammeljas; lest</b>
pollo (carne)	<b>kanaliha</b>
queso	<b>juust</b>
salmón	<b>lõhe</b>
salvia	<b>salvei</b>
semilla de girasol	<b>päevalille seemned</b>
semilla del hinojo	<b>mustköömned</b>
soja	<b>sojauba</b>
sulfitos	<b>sulfit; väävlisshappe sool</b>
ternera (carne)	<b>veiseliha; loomaliha</b>
tomate	<b>tomat</b>
tomillo	<b>tüümian; aed-liivatee</b>
toronja	<b>greip; greipfruit</b>
trigo	<b>nisujahu</b>
trigo sarraceno	<b>tatar</b>
trucha	<b>forell</b>
uva	<b>viinamari</b>
vaca (carne)	<b>veiseliha; loomaliha</b>
vainilla	<b>vanilje</b>
vino	<b>vein</b>
zanahoria	<b>karott; suviporgand; porgand</b>
zeta	<b>šampinjon</b>