



**E**  
Español



**N**  
Noruego

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

- o 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
- Cacahuets y productos a base de cacahuets
- 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.



<i>cocinado</i>	<b>kokt</b>
<i>crudo</i>	<b>rå</b>
<i>fresco</i>	<b>frisk</b>
<i>seco</i>	<b>tørket</b>
abadejo	<b>kolje</b>
achicoria	<b>sikori(salat)</b>
aguacate	<b>avocado</b>
ajo	<b>hvitløk</b>
albahaca	<b>basilikum</b>
albaricoque	<b>aprikos</b>
alcohol	<b>alkohol</b>
almeja	<b>blåskjell; musling</b>
almendra	<b>mandel</b>
alubia	<b>bønne</b>
amapola	<b>valmuefrø</b>
anacardos	<b>cashewnød</b>
anchoa	<b>ansjos</b>
anhídrido sulfuroso	<b>svoveldioksyd</b>
anis	<b>anis</b>
apio	<b>selleri</b>
arenque	<b>sild</b>
arroz	<b>ris</b>
artemisia	<b>burot</b>
atún	<b>tunfisk</b>
avellana	<b>hasselnøtt</b>
avena	<b>havre</b>
bacalao	<b>torsk</b>
bogavante	<b>hummer</b>
brócoli	<b>brokkoli</b>
caballa	<b>makrell</b>
cacahuets	<b>peanøtt</b>
cacao	<b>kakao</b>
canela	<b>kanel</b>
cangrejo	<b>krabbe</b>
caracol de viña	<b>vinbergssnegle</b>
cardamomo	<b>kardemomme</b>
carne	<b>kjøtt</b>
castañas de Pará	<b>paranøtt</b>
castaño	<b>spiselig kastanje</b>
cebada	<b>abbor</b>

cebada	<b>bygg</b>
cebolla	<b>løk</b>
centeno	<b>rug</b>
cerdo (carne)	<b>svinekjøtt</b>
cereza	<b>kirsebær</b>
cerveza	<b>øl</b>
chamión	<b>champignon</b>
chocolate	<b>sjokolade</b>
ciruela	<b>plomme</b>
coco	<b>kokosnøtt</b>
comino	<b>karve</b>
cordero (carne)	<b>lam</b>
coriandro; cilantro	<b>koriander</b>
crustáceos	<b>kreps</b>
curry	<b>karri</b>
dátil	<b>daddel</b>
eneldo	<b>dill</b>
especia	<b>krydder</b>
especias	<b>krydder</b>
espelta	<b>spelt</b>
espinaca	<b>spinat</b>
estragón	<b>estragon</b>
fresa	<b>jordbær</b>
gallina (carne)	<b>hønskjøtt</b>
gamba	<b>reke</b>
gluten	<b>gluten</b>
granos de sésamo	<b>sesam</b>
guindilla	<b>chilipepper</b>
guisante	<b>ert</b>
harina	<b>mel</b>
hierbabuena	<b>peppermynete</b>
higos	<b>fiken</b>
huevo	<b>egg</b>
jengibre	<b>ingefær</b>
judía	<b>bønne</b>
kamut	<b>kamut</b>
kiwi	<b>kiwi</b>
leche	<b>melk (ku)</b>
lenteja	<b>linse</b>
levadura	<b>gjær</b>
ligústico	<b>løvstikke</b>
limón	<b>sitron</b>
maicena	<b>maismel</b>
mango	<b>mango</b>
manzana	<b>eple</b>
marisco	<b>musling</b>
mazapán	<b>marsipan</b>
mejillón	<b>blåskjell</b>
mejorana	<b>merian</b>
melocotón	<b>fersken</b>
melón	<b>melon</b>
membrillo	<b>kvede</b>
miel	<b>honning</b>
mostaza	<b>sennep</b>
naranja	<b>appelsin</b>

nueces de nogal	<b>valnøtt</b>
nueces macadamia	<b>macadanianøtt</b>
nuez	<b>nøtt</b>
nuez moscada	<b>muskatnøtt</b>
orégano	<b>oregano</b>
ortiga	<b>brennesle</b>
ostra	<b>østers</b>
pacanas	<b>pekannøtt</b>
papaya	<b>papaya</b>
patata	<b>potet</b>
pepino	<b>agurk</b>
pera	<b>pære</b>
perejil	<b>persille</b>
pescado	<b>fisk</b>
pimentón	<b>paprika</b>
pimienta	<b>pepper</b>
pimienta de cayena	<b>chilipepper</b>
pimiento	<b>paprika</b>
piña	<b>ananas</b>
pistacho	<b>pistasier</b>
plátano	<b>banan</b>
platija	<b>rødspette</b>
pollo (carne)	<b>kylling</b>
queso	<b>ost</b>
salmón	<b>laks</b>
salvia	<b>salvie</b>
semilla de girasol	<b>solsikkefrø</b>
semilla del hinojo	<b>fennikel; fennikel frø</b>
soja	<b>sojabønner</b>
sulfitos	<b>sulfit</b>
ternera (carne)	<b>oksekjøtt</b>
tomate	<b>tomat</b>
tomillo	<b>timian</b>
toronja	<b>grapefrukt</b>
trigo	<b>hvetemel</b>
trigo sarraceno	<b>bokhvete</b>
trucha	<b>ørret</b>
uva	<b>drue</b>
vaca (carne)	<b>oksekjøtt</b>
vainilla	<b>vanilje</b>
vino	<b>vin</b>
zanahoria	<b>gulrot</b>
zeta	<b>champignon</b>