



**IS**  
Íslenska



**H**  
ungverska

Í öllu Európubandalaginu er án undantekningar skylda að nefna nákvæmlega innihald á pakk- aðri fæðu.

o Þetta gildir ekki fyrir Rússland og Tyrkland.

Þessi hugtök eru merkt með **bláu** í orðabók- inni.

- Korn sem inniheldur gluten (þ.e. hveiti, rú- gur, bygg, hafrar, speld, kamut eða afbrigði þessara tegunda) og kornafurðir,
- Krabbadýr og afurðir úr þeim
- Egg og afurðir úr þeim
- Fiskur og fiskafurðir
- Jarðhnetur og afurðir úr þeim
- Sojabaunir og afurðir úr þeim
- Mjólk og mjólkurafurðir (laktósi meðtalinn)
- Hnetur, þ.e. möndlur [*Amygdalus communis* L.], heslihnetur [*Corylus avellana*], valhnetur [*Juglans regia*], kasjú hnetur [*Anacardium occidentale*], pekanhnetur [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], parahnetur [*Brasiliuh- netur*] [*Bertholletia excelsa*], pistasíur [*Jar- taaldin*] [*Pistacia vera*], macadamiahnetur [*Macadamia ternifolia*] og afurðir þeirra.
- Selleri og afurðir úr því,
- Sinnep og afurðir úr því
- Sesamfræ og afurðir úr því
- Súlfúr díoxíð og súlfíð í meira magni en 10 mg/kg eða 10 mg/L, gefið upp sem SO<sub>2</sub>

Þú getur búið til þitt eigið ofnæmiskort með hjálp þessarar orðabókar.

### Allergiás vagyok ...

<i>ferskur</i>	<i>friss</i>
<i>hrár</i>	<b>nyers</b>
<i>soðinn</i>	<b>fött</b>
<i>þurrkaður</i>	<b>aszalt; szárított</b>
aborri	<b>sügér</b>
ætisveppur	<b>csiperkegomba</b>
agúrka	<b>(apró) uborka</b>
ananas	<b>ananász</b>
anis	<b>aníz</b>
ansjósa	<b>szardella</b>
appelsína	<b>narancs</b>
aprikósa	<b>sárgabarack</b>
avokató	<b>avokádó</b>
banani	<b>banán</b>
baun	<b>bab; borsó</b>
bjór	<b>sör</b>
bókhveiti	<b>hajdina</b>
brenninetla	<b>csalán</b>
bygg	<b>árpa</b>
chili-pípar	<b>cayenne-i bors</b>
daðla	<b>datolya</b>
dill	<b>kapor</b>
egg	<b>tojás</b>
engifer	<b>gyömbér</b>
epli	<b>alma</b>
estragon	<b>tárkony</b>
fennikel	<b>édeskömény</b>
ferskja	<b>baraci; őszibarack</b>
fíkja	<b>füge</b>
fiskur	<b>hal</b>
ger	<b>élesztő</b>
gluten	<b>sikér; sikértartalmú</b>
greip	<b>grapefruit</b>
gulrót	<b>sárgarépa</b>
hafrar	<b>zab</b>
heslihnetta	<b>mogyoró</b>
hnetta	<b>dió</b>
hreinsaður vínandi	<b>alkohol</b>
hrísgrjón	<b>rizs</b>
humar	<b>homár</b>

hunang	<b>méz</b>
hveiti	<b>liszt; búza</b>
hvítlaukur	<b>fokhagyma</b>
ilmjurt	<b>bazsalikom</b>
jarðarber	<b>földieper; szamóca</b>
jarðhnetta	<b>földimogyoró</b>
jurt	<b>fűszer</b>
kaffibætir	<b>cikória</b>
kamut	<b>kamut</b>
kanill	<b>fahéj</b>
kardimomma	<b>kardamom</b>
karrí	<b>curry</b>
kartafla	<b>burgonya</b>
kasjú-hnetta	<b>kesudió</b>
kastaníuhnetta	<b>szelídgesztenye</b>
kindakjöt	<b>juhús</b>
kirsuber	<b>cseresznye</b>
kiwi	<b>kivi</b>
kjöt	<b>hús</b>
kjúklingur	<b>tyúkhús</b>
kókó	<b>kakaó</b>
kokoshnetta	<b>kókuszdió</b>
koriander	<b>koriander</b>
krabbi	<b>rák</b>
krabbi	<b>rák</b>
krydd	<b>fűszer</b>
kryddjurtir	<b>fűszer</b>
kúmen	<b>köménymag</b>
kveða	<b>birsalma</b>
lambakjöt	<b>bárány</b>
laukur	<b>vöröshagyma</b>
lax	<b>lazac</b>
linsubaunir	<b>lencse</b>
macadamia-hnetta	<b>macadámia dió</b>
mais	<b>kukorica</b>
makrill	<b>makréla</b>
mandla	<b>mandula</b>
mangó	<b>mangó</b>
marsípan	<b>marcipán</b>
melóna	<b>dinnye</b>
merian	<b>majoranna</b>
mjólk (kúa)	<b>tej (tehén)</b>
múskathnetta	<b>szerecsendió</b>
nautakjöt	<b>marhahús</b>
oregano	<b>oregánó</b>
ostra	<b>osztriga</b>
ostur	<b>sajt</b>
papaya	<b>papaja</b>
paprika	<b>fűszerpaprika; paprika</b>
parahnetta	<b>brazídió</b>
pekanhnetta	<b>pekándió</b>
pera	<b>körte</b>
pípar	<b>bors</b>
píparmynta	<b>borsmenta</b>

pistasíuhnetta	<b>pisztácia</b>
planta	<b>fűszer</b>
plóma	<b>szilva</b>
rækja	<b>garnelarák</b>
rauðspretta	<b>síma lepényhal</b>
rúgur	<b>roz</b>
salvía	<b>orvosi zsálya</b>
seljurót	<b>zeller</b>
sesamfræ	<b>szezámog</b>
síkoría	<b>cikória</b>
síld	<b>hering</b>
sílungur	<b>pisztráng</b>
sinnep	<b>mustár</b>
sítróna	<b>citrom</b>
skelfiskur	<b>feketekagyló; kagyló</b>
sólblómafræ	<b>napraforgómag</b>
sojabaunir	<b>sojabab</b>
speldi-mjöl	<b>tönkölybúza</b>
spergilkál	<b>brokkoli</b>
spínat	<b>paraj</b>
steinselja	<b>petrezselyem</b>
súkkulaði	<b>csokoládé</b>
sulfit	<b>sulfítok</b>
súlfurdíoxide	<b>kéndioxid</b>
svínakjöt	<b>sertéshús</b>
þorskur	<b>tőkehal</b>
timian	<b>kakukkfű</b>
tómatur	<b>paradicsom</b>
túnfiskur	<b>tonhal</b>
valhnetta	<b>dió</b>
valmúafrae	<b>(kerti) mák</b>
vanilla	<b>vanília</b>
vín	<b>bor</b>
vínber	<b>szőlő</b>
vinbergs-snigill	<b>élti csiga</b>
ýsa	<b>foltos tőkehal</b>
búrót	<b>fekete üröm</b>
skessujurt	<b>lestyán</b>