



**N**  
norsk



**S**  
svensk

I hele EU-området skal følgende ingredienser **alltid** nevnes på emballasjen til dagligvarer:

- o Dette gjelder ikke for følgende land: Russland, Tyrkia.

Disse ingredienser er markert i ordlisten med **blå** skrift.

- Cereals containing gluten (wheat, barley, rye, oats, spelt, kamut or their hybridised strains) and products thereof
- Crustaceans and products thereof
- Eggs and products thereof
- Fish and products thereof
- Peanuts and products thereof
- Soybeans and products thereof
- Milk and products thereof (including lactose)
- Nuts i. e. Almond [*Amygdalus communis* L.], Hazelnut [*Corylus avellana*], Walnut [*Juglans regia*], Cashew [*Anacardium occidentale*], Brazil nut [*Bertholletia excelsa*], Pecan nut [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], Pistachio nut [*Pistacia vera*], Macadamia nut and Queensland nut [*Macadamia ternifolia*] and products thereof
- Celery and products thereof
- Mustard and products thereof
- Sesame seeds and products thereof
- Sulphur dioxide and sulphites at concentrations of more than 10 mg/kg or 10 mg/litre expressed as SO<sub>2</sub>.

Du kan bruke ordlisten til å lage ditt eget allergikort.

### Jag är allergisk mot ...

<i>frisk</i>	<b>fräsch</b>
<i>kokt</i>	<b>kokt</b>
<i>rå</i>	<b>rå</b>
<i>tørket</i>	<b>torkad</b>
abbor	<b>aborre</b>
agurk	<b>gurka</b>
alkohol	<b>alkohol</b>
ananas	<b>ananas</b>
anis	<b>anis</b>
ansjos	<b>ansjovis</b>
appelsin	<b>apelsin; orange</b>
aprikos	<b>aprikos</b>
avocado	<b>avocado</b>
banan	<b>banan</b>
basilikum	<b>basilika</b>
blåskjell	<b>mussla</b>
bokhvete	<b>bovete</b>
bønne	<b>böna</b>
brennesle	<b>brännässla</b>
brokkoli	<b>broccoli</b>
burot	<b>gråbo</b>
bygg	<b>korn</b>
cashewnød	<b>cashewnöt</b>
champignon	<b>champinjon</b>
chilipepper	<b>chilipeppar</b>
daddel	<b>dadel</b>
dill	<b>dill</b>
drue	<b>druva; vindruva</b>
egg	<b>ägg-; ett</b>
eple	<b>äpple</b>
ert	<b>ärta</b>
estragon	<b>dragon</b>
fårekjøtt	<b>fårkött</b>
fennikel frø	<b>fänkål</b>
fersken	<b>persika</b>
fiken	<b>fikon</b>
fisk	<b>fisk</b>
gjær	<b>jäst</b>
gluten	<b>blåväppling; gluten</b>
grapefrukt	<b>grapefrukt</b>

gulrot	<b>morot; karott</b>
hasselnøtt	<b>hasselnöt</b>
havre	<b>havre</b>
honning	<b>honung</b>
hønseskjøtt	<b>kyckling</b>
hummer	<b>hummer</b>
hvetemel	<b>vete</b>
hvittløk	<b>vitløk</b>
ingefær	<b>ingefära</b>
jordbær	<b>jordgubbe</b>
kakao	<b>kakao</b>
kamut	<b>kamut</b>
kanel	<b>kanel</b>
kardemomme	<b>kardemumma</b>
karri	<b>curry</b>
karve	<b>kummin</b>
kirsebær	<b>körsbär</b>
kiwi	<b>kiwi</b>
kjøtt	<b>kött</b>
kokosnøtt	<b>kokosnöt</b>
kolje	<b>kolja</b>
koriander	<b>koriander</b>
krabbe	<b>krabba; räk</b>
kreps	<b>kräfta</b>
krydder	<b>kryddor</b>
kvede	<b>kvitten(frukt)</b>
kylling	<b>kyckling</b>
laks	<b>lax</b>
lam	<b>lamm</b>
linse	<b>linser</b>
løk	<b>lök</b>
løvstikke	<b>libbsticka</b>
macadanianøtt	<b>makadamianöt</b>
maismel	<b>majsmjöl</b>
makrell	<b>makrill</b>
mandel	<b>mandel</b>
mango	<b>mango</b>
marsipan	<b>mandelmassa; marsipan</b>
mel	<b>mjöl</b>
melk (ku)	<b>mjölk (ko)</b>
melon	<b>melon</b>
merian	<b>mejram</b>
muskatnøtt	<b>muskot; muskotnöt</b>
musling	<b>mussla</b>
nøtt	<b>nöt</b>
oksekjøtt	<b>nötkött; oxkött</b>
øl	<b>öl</b>
oregano	<b>oregano</b>
ørret	<b>forell</b>
ost	<b>ost</b>
østers	<b>ostron</b>
pære	<b>päron</b>
papaya	<b>papaya</b>
paprika	<b>paprika</b>

paranøtt	<b>paranöt</b>
peanøtt	<b>jordnöt</b>
pekannøtt	<b>pekannöt</b>
pepper	<b>peppar</b>
peppermynte	<b>pepparmint</b>
persille	<b>persilja</b>
pistasier	<b>pistasch; pistacie</b>
plomme	<b>plommon</b>
potet	<b>potatis</b>
reke	<b>räka</b>
ris	<b>ris</b>
rødspette	<b>rödspätta</b>
rug	<b>råg</b>
salvie	<b>kryddsalvia; salvia</b>
selleri	<b>selleri</b>
sennep	<b>senap</b>
sesam	<b>sesam</b>
sikori(salat)	<b>cikoria</b>
sild	<b>strömming; sill</b>
sitron	<b>citron</b>
sjokolade	<b>choklad</b>
sojabønner	<b>sojaböna</b>
solsikkefrø	<b>solrosfrö</b>
spelt	<b>spält</b>
spinat	<b>spenat</b>
spiselig kastanje	<b>äktä; kastanj</b>
sulfit	<b>sulfit</b>
svinekjøtt	<b>fläskkött</b>
svoveldioksyd	<b>svaveldioxid</b>
timian	<b>trädgårdstimjan; timjan</b>
tomat	<b>tomat</b>
torsk	<b>kabeljo; torsk</b>
tunfisk	<b>tonfisk</b>
valmuefrø	<b>vallmo</b>
valnøtt	<b>valnöt</b>
vanilje	<b>vanilj</b>
vin	<b>vin</b>
vinbergssnegle	<b>vinbergssnäcka</b>