

**P**

português

**FIN**

finlandês

Em toda a União Europeia, estes ingredientes devem ser sempre indicados em alimentos pré-embalados, sem exceção.

- o Isto não é válido para os seguintes países: Rússia, Turquia.

Estes ingredientes estão marcados a **azul** no dicionário.

- Cereais que contêm glúten, nomeadamente trigo, centeio, cevada, aveia, espelta, kamut ou as suas estirpes hibridizadas, e produtos à base de cereais
- Crustáceos e produtos à base de crustáceos
- Ovos e produtos à base de ovos
- Peixes e produtos à base de peixe
- Amendoins e produtos à base de amendoins
- Soja e produtos à base de soja
- Leite e produtos à base de leite (incluindo lactose)
- Frutos de casca rija, ou seja, avelãs [*Corylus avellana*], amêndoas [*Amygdalus communis* L], nozes comuns [*Juglans regia*], castanhas de caju [*Anacardium occidentale*], nozes pécan [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], castanhas do Brasil [*Bertholletia excelsa*], nozes de macadâmia e do Queensland [*Macadamia ternifolia*], pistácios [*Pistacia vera*] e produtos à base de frutos de casca rija
- Aipos e produtos à base de aipos
- Mostarda e produtos à base de mostarda
- Sementes de sésamo e produtos à base de sementes de sésamo
- Dióxido de enxofre e sulfitos em concentrações superiores a 10 mg/kg ou 10 mg/l expressos em SO<sub>2</sub>.
- Tremoço e produtos à base de tremoço
- Moluscos e produtos à base de moluscos

Pode criar o seu próprio cartão de alergias, com a ajuda deste dicionário.

### Minulla on ... allergia ...

<i>cosido</i>	<b>keitetty</b>
<i>cru</i>	<b>raaka</b>
<i>fresco</i>	<b>tuore</b>
<i>seco</i>	<b>kuiva</b>
abacate	<b>avokado</b>
aipo	<b>selleri</b>
álcool	<b>alkoholi</b>
alho	<b>valkosipuli</b>
alperce	<b>aprikoosi</b>
ameixa	<b>luumu</b>
amêndoas	<b>manteli</b>
amendoim	<b>maapähkinä</b>
ananás	<b>ananas</b>
anchova	<b>anjovis</b>
aniz	<b>anis</b>
aranja	<b>appelsiini</b>
arenque	<b>silakka; silli</b>
arroz	<b>riisi</b>
artemísia	<b>maruna; pujo</b>
atum	<b>tonnikala</b>
aveia	<b>kaura</b>
avelã	<b>hasselpähkinä</b>
bacalhau	<b>turska</b>
bacalhau fresco	<b>kolja</b>
banana	<b>banaani</b>
batata	<b>peruna</b>
baunilha	<b>vanilja</b>
bróculos	<b>parsakaali</b>
cacau	<b>kaakao</b>
camarão	<b>katkarapu</b>
canela	<b>kaneli</b>
caracol de Borgonha	<b>viinimäkikotilo</b>
caranguejo	<b>katkarapu</b>
cardamomo	<b>kardemumma</b>
caril	<b>curry</b>
carne	<b>liha</b>
carneiro (carne de ...)	<b>lampaanliha</b>
castanha doce	<b>jalokastanja</b>
castanhas de caju	<b>cashewpähkinä</b>
castanhas do Pará	<b>parapähkinä</b>

cavala	<b>makrilli</b>
cebola	<b>sipuli</b>
cenoura	<b>porkkana</b>
centeio	<b>ruis</b>
cereja	<b>kirsikka</b>
cerveja	<b>olut</b>
cevada	<b>ohra</b>
chá salva-mansa	<b>salvia</b>
chicória	<b>sikuri</b>
chocolate	<b>suklaa</b>
coco	<b>kookospähkinä</b>
coentro	<b>koriantteri</b>
cogumelo	<b>herkkusieni</b>
cominto	<b>kumina</b>
crustáceos	<b>äyriäiset; rapu</b>
dioxido de enxofre	<b>rikkidioksidi</b>
endro	<b>tilli</b>
ervas aromáticas	<b>yrtti</b>
ervilha	<b>herne</b>
especiaria	<b>mauste</b>
espelta	<b>speltti</b>
espinafre	<b>pinaatti</b>
estragão	<b>rakuuna</b>
farinha	<b>jauho</b>
farinha do milho	<b>maissijauho</b>
feijão	<b>papu</b>
fermento	<b>hiiva</b>
figo	<b>viikuna</b>
funcho	<b>fenkoli</b>
galinha (carne de ...)	<b>kananliha</b>
gengibre	<b>inkivääri</b>
glúten	<b>gluteeni</b>
hortelã-pimenta	<b>piparminttu</b>
kamut	<b>kamut-vehnä</b>
lagosta	<b>hummeri</b>
laranja	<b>appelsiini</b>
leite	<b>maito (lehmän)</b>
lentilha	<b>linssi</b>
levístico	<b>liperi</b>
limão	<b>sitruuna</b>
maçã	<b>omena</b>
maçapão	<b>marsipaani</b>
mango	<b>mango</b>
manjeriço	<b>basilika</b>
manjerona	<b>meirami</b>
marmelo	<b>kvitteni</b>
mel	<b>hunaja</b>
melão	<b>meloni</b>
mexilhão	<b>sinisimpukka; simpukka</b>
morango	<b>mansikka</b>
mostarda	<b>sinappi</b>
noz	<b>pähkinä</b>
nozes	<b>saksanpähkinä</b>
nozes de macadâmia	<b>macadamianut</b>

nozes pécan	<b>pekaanipähkinä</b>
noz-moscada	<b>muskottipähkinä</b>
orégão	<b>mäkimeirami; oregano</b>
ostra	<b>osteri</b>
ovo	<b>(kanan)muna</b>
papaia	<b>papaija</b>
papoila	<b>unikko; unikonsiemen</b>
peixe	<b>kala</b>
pepino	<b>kurkku</b>
pêra	<b>päärynä</b>
perca	<b>ahven</b>
pêssego	<b>persikka</b>
pimenta	<b>pippuri</b>
pimenta de caiena	<b>cayennepippuri</b>
pimentão	<b>paprika; cayennepippuri</b>
piripíri	<b>cayennepippuri</b>
pistácios	<b>(manteli)pistaasi</b>
porco (carne de ...)	<b>sianliha</b>
queijo	<b>juusto</b>
quivi	<b>kiivi</b>
salmão	<b>lohi</b>
salsa	<b>persilja</b>
salva	<b>salvia</b>
semente de girassól	<b>auringonkukan siemen</b>
sementes de sésamo	<b>seesaminsien</b>
soja	<b>soija</b>
solha	<b>punakampela</b>
sulfitos	<b>sulfiitti</b>
tâmara	<b>taateli</b>
timo	<b>timjami; tarha-ajuruoho</b>
tomate	<b>tomaatti</b>
tomilho	<b>timjami</b>
toronja	<b>greippi</b>
trigo	<b>vehnä</b>
trigo mourisco	<b>tattari</b>
truta	<b>taimen</b>
urtiga	<b>nokkonen</b>
uva	<b>viinirypäle</b>
vaca (carne de ...)	<b>naudanliha</b>
vinho	<b>viini</b>
cordeiro	<b>lammas</b>