



**P**  
português



**IS**  
islandês

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.

### Eg hef ofnæmi gegn ...

<i>cosido</i>	<b><i>soðinn</i></b>
<i>cru</i>	<b><i>hrár</i></b>
<i>fresco</i>	<b><i>ferskur</i></b>
<i>seco</i>	<b><i>þurrkaður</i></b>
abacate	<b>avokató</b>
aipo	<b>seljurót</b>
álcool	<b>hreinsaður vínandi</b>
alho	<b>hvítlaukur</b>
alperce	<b>aprikósa</b>
ameixa	<b>plóma</b>
amêndoas	<b>mandla</b>
amendoim	<b>jarðhneta</b>
ananás	<b>ananas</b>
anchova	<b>ansjósa</b>
aniz	<b>anis</b>
aranja	<b>appelsína</b>
arenque	<b>síld</b>
arroz	<b>hrísgrjón</b>
artemísia	<b>búrót</b>
atum	<b>túnfiskur</b>
aveia	<b>hafrar</b>
avelã	<b>heslihneta</b>
bacalhau	<b>þorskur</b>
bacalhau fresco	<b>ýsa</b>
banana	<b>banani</b>
batata	<b>kartafla</b>
baunilha	<b>vanilla</b>
borrego	<b>?</b>
bróculos	<b>spergilkál</b>
cacau	<b>kókó</b>
camarão	<b>rækja</b>
canela	<b>kanill</b>
caracol de Borgonha	<b>vinbergs-snigill</b>
caranguejo	<b>krabbi</b>
cardamomo	<b>kardimomma</b>
caril	<b>karrí</b>
carne	<b>kjöt</b>
carneiro (carne)	<b>kindakjöt</b>
castanha doce	<b>kastaniuhneta</b>
castanhas de caju	<b>kasjú-hneta</b>

castanhas do Pará	<b>parahneta</b>
cavala	<b>makrill</b>
cebola	<b>laukur</b>
cenoura	<b>gulrót</b>
centeio	<b>rúgur</b>
cereja	<b>kirsuber</b>
cerveja	<b>bjór</b>
cevada	<b>bygg</b>
chá salva-mansa	<b>salvía</b>
chicória	<b>síkoria; kaffibætir</b>
chocolate	<b>súkkulaði</b>
coco	<b>kokoshneta</b>
coentro	<b>koriander</b>
cogumelo	<b>ætisveppur</b>
cominto	<b>kúmen</b>
cordeiro	<b>lambakjöt</b>
crustáceos	<b>krabbi</b>
dióxido de enxofre	<b>súlfurdíoxide</b>
endro	<b>dill</b>
ervas aromáticas	<b>jurt; kryddjurtir; planta</b>
ervilha	<b>baun</b>
especiaria	<b>krydd</b>
espelta	<b>speldi-mjöl</b>
espinafre	<b>spínat</b>
estragão	<b>estragon</b>
farinha	<b>hveiti</b>
farinha do milho	<b>mais</b>
feijão	<b>baun</b>
fermento	<b>ger</b>
figo	<b>fíkja</b>
funcho	<b>fennikel</b>
galinha (carne)	<b>kjúklingur</b>
gengibre	<b>engifer</b>
glúten	<b>gluten</b>
hortelã-pimenta	<b>piparmynta</b>
kamut	<b>kamut</b>
lagosta	<b>humar</b>
laranja	<b>appelsína</b>
leite	<b>mjólk (kúa)</b>
lentilha	<b>linsubaunir</b>
levístico	<b>skessujurt</b>
limão	<b>sitróna</b>
maçã	<b>epli</b>
maçapão	<b>marsipan</b>
mango	<b>mangó</b>
manjeriço	<b>ilmjurt</b>
manjerona	<b>merian</b>
marmelo	<b>kveða</b>
mel	<b>hunang</b>
melão	<b>melóna</b>
mexilhão	<b>skelfiskur</b>
morango	<b>jarðarber</b>
mostarda	<b>sinnep</b>
noz	<b>hneta</b>

nozes	<b>valhneta</b>
nozes de macadâmia	<b>macadamia-hneta</b>
nozes pécan	<b>pekanhneta</b>
noz-moscada	<b>múskathneta</b>
orégão	<b>oreganó</b>
ostra	<b>ostra</b>
ovo	<b>egg</b>
papaia	<b>papaya</b>
papoila	<b>valmúafrae</b>
peixe	<b>fiskur</b>
pepino	<b>águrka</b>
pêra	<b>pera</b>
perca	<b>aborri</b>
pêssego	<b>ferskja</b>
pimenta	<b>pipar</b>
pimenta de caiena	<b>chili-pipar</b>
pimentão	<b>paprika</b>
piripiri	<b>chili-pipar</b>
pistácios	<b>pistasiuhneta</b>
porco (carne)	<b>svínakjöt</b>
queijo	<b>ostur</b>
quivi	<b>kiwi</b>
salmão	<b>lax</b>
salsa	<b>steinselja</b>
salva	<b>salvía</b>
semente de girassól	<b>sólblómafrae</b>
sementes de sésamo	<b>sesamfrae</b>
soja	<b>soyjabauinir</b>
solha	<b>rauðsprettá</b>
sulfitos	<b>sulfit</b>
tâmara	<b>daðla</b>
timo	<b>timian</b>
tomate	<b>tómatur</b>
tomilho	<b>timian</b>
toronja	<b>greip</b>
trigo	<b>hveiti</b>
trigo mourisco	<b>bókhveiti</b>
truta	<b>silungur</b>
urtiga	<b>brenninetla</b>
uva	<b>vínber</b>
vaca (carne)	<b>nautakjöt</b>
vinho	<b>vín</b>