



**P**  
português



**NL**  
holandês

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.

*Ik ben allergisch voor ...*

<i>cosido</i>	<b>gekookt</b>
<i>cru</i>	<b>rauw</b>
<i>fresco</i>	<b>vers</b>
<i>seco</i>	<b>gedroogd</b>
abacate	<b>avocado</b>
aipo	<b>selderij</b>
álcool	<b>alcohol</b>
alho	<b>knoflook</b>
alperce	<b>abrikoos</b>
ameixa	<b>pruim</b>
amêndoas	<b>amandel</b>
amendoim	<b>pinda</b>
ananás	<b>ananas</b>
anchova	<b>ansjovis</b>
aniz	<b>anijs</b>
aranja	<b>sinasappel</b>
arenque	<b>haring</b>
arroz	<b>rijst</b>
artemísia	<b>bijvoet</b>
atum	<b>tonijn</b>
aveia	<b>haver</b>
avelã	<b>hazelnoot</b>
bacalhau	<b>(jonge) kabeljauw; dors</b>
bacalhau fresco	<b>schelvis</b>
banana	<b>banaan</b>
batata	<b>aardappel</b>
baunilha	<b>vanille</b>
bróculos	<b>broccoli</b>
cacau	<b>cacao</b>
camarão	<b>garnaal</b>
canela	<b>caneel</b>
caracol de Borgonha	<b>wijngaardslak</b>
caranguejo	<b>krab</b>
cardamomo	<b>kardemom</b>
caril	<b>kerrie</b>
carne	<b>vlees</b>
carneiro (carne)	<b>schapevlees</b>
castanha doce	<b>tamme kastanje</b>
castanhas de caju	<b>cashewnoot</b>

castanhas do Pará	<b>paranoot</b>
cavala	<b>makreel</b>
cebola	<b>ui</b>
cenoura	<b>peen; wortel</b>
centeio	<b>rogge</b>
cereja	<b>kers</b>
cerveja	<b>bier</b>
cevada	<b>gerst</b>
chá salva-mansa	<b>salie</b>
chicória	<b>cichorei</b>
chocolate	<b>chocolade</b>
coco	<b>kokosnoot</b>
coentro	<b>koriander</b>
cogumelo	<b>champignon</b>
cominto	<b>karwij; komijn; kummel</b>
crustáceos	<b>kreeft</b>
dióxido de enxofre	<b>zwaveldioxyde</b>
endro	<b>dille</b>
ervas aromáticas	<b>kruiden</b>
ervilha	<b>erwt</b>
especiaria	<b>specerijen</b>
espelta	<b>spelt</b>
espinafre	<b>spinazie</b>
estragão	<b>dragon</b>
farinha	<b>meel</b>
farinha do milho	<b>mais</b>
feijão	<b>boon</b>
fermento	<b>gist</b>
figo	<b>vijg</b>
funcho	<b>venkel; venkelzaad</b>
galinha (carne)	<b>kippevlees</b>
gengibre	<b>gember</b>
glúten	<b>gluten</b>
hortelã-pimenta	<b>pepermunt</b>
kamut	<b>kamut</b>
lagosta	<b>zeekreeft</b>
laranja	<b>sinasappel</b>
leite	<b>melk (koe)</b>
lentilha	<b>linze</b>
levístico	<b>lavas</b>
limão	<b>citroen</b>
maçã	<b>appel</b>
maçapão	<b>marsepein</b>
mango	<b>mango</b>
manjeriço	<b>basilicum</b>
manjerona	<b>majoraan</b>
marmelo	<b>kweeappel; kweeper</b>
mel	<b>honing</b>
melão	<b>meloen</b>
mexilhão	<b>(eetbare) mossel</b>
morango	<b>aardbei</b>
mostarda	<b>mosterd</b>
noz	<b>noot</b>

nozes	<b>walnoot</b>
nozes de macadâmia	<b>macadamianoten</b>
nozes pécan	<b>pekanoot</b>
noz-moscada	<b>nootmuskaat</b>
orégão	<b>oregano</b>
ostra	<b>oester</b>
ovo	<b>ei</b>
papaia	<b>papaja</b>
papoila	<b>maanzaak</b>
peixe	<b>vis</b>
pepino	<b>komkommer</b>
pêra	<b>peer</b>
perca	<b>baars</b>
pêssego	<b>perzik</b>
pimenta	<b>peper</b>
pimenta de caiena	<b>chilipoeder</b>
pimentão	<b>paprika; chilipoeder</b>
piripiri	<b>chilipoeder</b>
pistácios	<b>pistachenoten</b>
porco (carne)	<b>varkensvlees</b>
queijo	<b>kaas</b>
quivi	<b>kiwi</b>
salmão	<b>zalm</b>
salsa	<b>persersie</b>
salva	<b>salie</b>
semente de girassól	<b>zonnebloempitten</b>
sementes de sésamo	<b>sesam</b>
soja	<b>sojaboon</b>
solha	<b>schol</b>
sulfitos	<b>sulfieten</b>
tâmara	<b>dadel</b>
timo	<b>tijm</b>
tomate	<b>tomaat</b>
tomilho	<b>tijm</b>
toranja	<b>grapefruit</b>
toranja	<b>pomelo</b>
trigo	<b>tarwe</b>
trigo mourisco	<b>boekweit</b>
truta	<b>forel</b>
urtiga	<b>brandnetel</b>
uva	<b>druif</b>
vaca (carne)	<b>rundvlees</b>
vinho	<b>wijn</b>
?	<b>lam</b>