



**S**  
svenska



**GR**  
grekiska

Inom hela den Europeiska Unionen måste följande ingredienser undantagslöst vara indikerade i innehållsförteckningen för paketerad mat.

o Detta gäller dock inte i Ryssland eller Turkiet.

Ingridiensema är **blå markerade** i ordboken.

- Spannmål som innehåller gluten (dvs. spält, vete, råg, korn, havre, kamut eller hybridiserade sorter därav) och spannmålsprodukter
- Kräftdjur och produkter därav
- Ägg och produkter därav
- Fisk och produkter därav
- Jordnötter och produkter därav
- Sojabönor och produkter därav
- Mjölk och produkter därav (inklusive laktos)
- Nötter, dvs. mandel [*Amygdalus communis* L.], hasselnöt [*Corylus avellana*], pekannöt [*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch], valnöt [*Juglans regia*], cashewnöt [*Anacardium occidentale*], paranöt [*Bertholletia excelsa*], pistaschmandel [*Pistacia vera*], makadamianöt och Queenslandsnöt [*Macadamia ternifolia*] samt produkter därav
- Selleri och produkter därav
- Senap och produkter därav
- Sesamfrön och produkter därav
- Svaveldioxid och sulfit i koncentrationer på mer än 10 mg/kg eller 10 mg/liter uttryckt som SO<sub>2</sub>
- Lupin och produkter därav
- Blötdjur och produkter därav

Du kan med hjälp av denna ordbok skapa ditt personliga allergikort.

Έχω αλλεργία στη ...

<i>fräsch</i>	<b>φρέσκος</b>
<i>kokt</i>	<b>μαγειρευτός</b>
<i>rå</i>	<b>ωμός</b>
<i>torkad</i>	<b>στεγνός</b>
aborre	<b>πέρκα</b>
■ ägg-; ett	<b>αβγό</b>
äkta	<b>κάστανο</b>
alkohol	<b>οινόπνευμα</b>
ananas	<b>ανανάς</b>
anis	<b>γλυκάνισο</b>
ansjovis	<b>αντσούγια</b>
apelsin	<b>πορτοκάλι</b>
äpple	<b>μήλο</b>
aprikos	<b>βερίκοκο</b>
ärta	<b>μπιζέλι</b>
avocado	<b>αβοκάντο</b>
banan	<b>μπανάνα</b>
basilika	<b>βασιλικός</b>
■ blåvädling	<b>γλουτένη</b>
böna	<b>φασόλι</b>
bovete	<b>φαγόπυρον</b>
brännässla	<b>τσουκνίδα</b>
broccoli	<b>μπρόκολο</b>
■ cashewnöt	<b>καρύδια ανακαρδιωδών</b>
champinjon	<b>μανιτάρι</b>
chilipeppar	<b>πιπέρι καγιέν</b>
choklad	<b>σοκολάτα</b>
cikoria	<b>πικρομάρουλο; κιχώριο</b>
citron	<b>λεμόνι</b>
curry	<b>κάρι</b>
dadel	<b>χουρμάς</b>
dill	<b>άνηθος</b>
dragon	<b>εστραγκόν</b>
druva	<b>σταφύλι</b>
fänkål	<b>μάραθο</b>
fårkött	<b>πρόβειο κρέας</b>
fikon	<b>σύκο</b>
■ fisk	<b>ψάρι</b>

fläskkött	<b>χοιρινό κρέας</b>
forell	<b>πέστροφα</b>
■ gluten	<b>γλουτένη</b>
gråbo	<b>λεβιθόχορτο; αφίνθιο</b>
grapefrukt	<b>γκρέϊφρουτ</b>
gurka	<b>αγγούρι</b>
■ hasselnöt	<b>φουντούκι</b>
havre	<b>βρώμη</b>
honung	<b>μέλι</b>
hummer	<b>αστακός</b>
ingefära	<b>πιπερόριζα; ζιγγίβερι</b>
jäst	<b>μαγιά; ζύμη</b>
jordgubbe	<b>φράουλα</b>
■ jordnöt	<b>αράπικα φιστίκια</b>
kabeljo	<b>μπακαλιάρος</b>
kakao	<b>κακάο</b>
■ kamut	<b>καμυτ</b>
kanel	<b>κανέλα</b>
kardemumma	<b>κάρδαμο</b>
karott	<b>καρότο</b>
kastanj	<b>κάστανο</b>
kiwi	<b>ακτινίδιο</b>
kokosnöt	<b>καρύδα</b>
kolja	<b>μπακαλιάρος</b>
koriander	<b>κοριάνδρο</b>
■ korn	<b>κριθάρι</b>
körsbär	<b>κεράσι</b>
kött	<b>κρέας</b>
krabba	<b>κράβουρι</b>
■ kräfta	<b>καραβίδα; καβούρι</b>
kryddor	<b>καρύκευμα; βότανο</b>
salvia; kryddsalvia	<b>φασκόμηλο; βουνίσιο</b>
kummin	<b>κύμινο</b>
kvitten(frukt)	<b>कुढ़ώνι</b>
kyckling	<b>κοτόπουλο</b>
lax	<b>σολομός</b>
libbsticka	<b>λεβιστικο</b>
linsor	<b>φακές</b>
lök	<b>κρεμμύδι</b>
■ makadamianöt	<b>καρπού μακαδαμίας</b>
majsmjöl	<b>αραβόσιτος; καλαμπόκι</b>
makrill	<b>σκουμπρί</b>
■ mandel	<b>αμύγδαλο</b>
mandelmassa	<b>αμυγδαλωτό</b>
mango	<b>μάνγκο</b>
marsipan	<b>αμυγδαλωτό</b>
mejram	<b>μαντζουράνα</b>
melon	<b>πεπόνι</b>
■ mjöl	<b>αλεύρι</b>
■ mjölk (ko)	<b>Γάλα (αγελαδινό)</b>
morot	<b>καρότο</b>
■ muskot; muskotnöt	<b>μοσχοκάροδο</b>

mussla	<b>μούδια; κοχύλι</b>
■ nöt	<b>ξηροί καρποί</b>
nötkött	<b>βοδινό κρέας</b>
öl	<b>μπίρα</b>
orange	<b>πορτοκάλι</b>
oregano	<b>ρίγανη</b>
ost	<b>τυρί</b>
ostron	<b>στρείδι</b>
oxkött	<b>βοδινό κρέας</b>
papaya	<b>παπάγια</b>
paprika	<b>πάπρικα</b>
■ paranöt	<b>καρύδι Βραζιλίας</b>
päron	<b>αχλάδι; απίδι</b>
■ pekannöt	<b>καρπός πεκάν</b>
peppar	<b>πιπέρι</b>
pepparmint;	<b>μέντα</b>
pepparmynta	
persika	<b>ροδάκινο</b>
persilja	<b>μαϊντανός</b>
■ pistasch; pistacie	<b>φυστίκι</b>
plommon	<b>δαμάσκηνο</b>
potatis	<b>πατάτα</b>
■ råg	<b>σίκαλη</b>
räk	<b>καβούρι</b>
räka	<b>γαρίδα</b>
ris	<b>ρύζι</b>
rödspätta	<b>γλώσσα</b>
salvia; kryddsalvia	<b>φασκόμηλο; βουνίσιο</b>
selleri	<b>σέλινο</b>
senap	<b>μουστάρδα</b>
sesam	<b>σουσάμι</b>
■ sojaböna	<b>σόγια</b>
solrosfrö	<b>ηλιόσπορος</b>
■ spält	<b>σίτος σπέλτα</b>
spenat	<b>σπανάκι</b>
strömming; sill	<b>ρέγγα</b>
■ sulfit	<b>θειώδες άλας</b>
svaveldioxid	<b>διοξειδίο του θείου</b>
timjan	<b>θυμάρι</b>
tomat	<b>ντομάτα</b>
tonfisk	<b>τόνος</b>
torsk	<b>μπακαλιάρος</b>
■ trädgårdstimjan	<b>θυμάρι</b>
vallmo	<b>παπαρούνα</b>
■ valnöt	<b>καρύδι</b>
vanilj	<b>βανίλια</b>
■ vete	<b>σιτάρι</b>
vin	<b>κρασί</b>
vinbergssnäcka	<b>σαλιγκάρι</b>
vindruva	<b>σταφύλι</b>
vitlök	<b>σκόρδο</b>