

Titelchart



Allergenmanagement in der Außer-Haus-Verpflegung

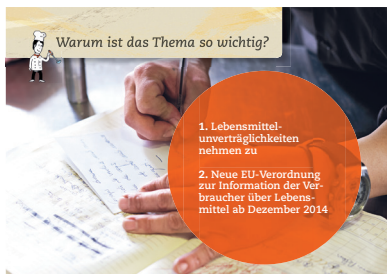
Allergenkennzeichnung im Rahmen der EU-Verordnung Nr. 1169/2011

Chart 2



Kapitel 1: Allergeninformation

Chart 3



Warum ist das **Thema Lebensmittelallergien** in der Außer-Haus-Verpflegung, Gastronomie und Gemeinschaftsverpflegung so **wichtig**?

Erstens: Weil immer mehr Menschen unter Lebensmittelunverträglichkeiten, sprich, unter einer Allergie oder einer Intoleranz leiden. **Lebensmittelunverträglichkeiten** haben in den letzten zehn Jahren **deutlich zugenommen**.

Zweitens: Weil **ab dem 13. Dezember 2014 eine neue Verordnung zur Information der Verbraucher über Lebensmittel gilt** – die sogenannte Lebensmittelinformationsverordnung. Diese besagt, dass Verbraucher über enthaltene Allergene auch in loser Ware informiert werden müssen.

Chart 4



Zu Punkt Eins, dem Anstieg der Lebensmittelallergien.

Schauen wir uns **ein paar Zahlen** an:

- **Lebensmittelallergien** sind heute in Europa lt. Angaben der Ärzteverbände **doppelt so häufig** wie noch vor zehn Jahren.
- Insgesamt **17 Millionen Europäer** sind allergisch gegen Lebensmittel.
- Die Zahl allergischer **Kinder** hat sich in den letzten **10 Jahren verdoppelt**.*

*Quelle EAACI (European Academy of Allergy and Clinical Immunology)

Chart 5



Wie so oft weichen auch bei diesem Thema Wahrnehmung und Zahlen aus wissenschaftlichen Studien etwas voneinander ab.

Werfen wir zuerst einen Blick auf die **Gesellschaft**, die natürlich unsere Gäste ausmacht:

- **Fast ein Drittel der Bevölkerung glaubt**, dass der Grund für die unterschiedlichen Beschwerden, die sie hat, eine **Lebensmittelallergie** ist. Tatsächlich stecken meist nicht Allergien, sondern Intoleranzen hinter den Symptomen.

Schauen wir uns jetzt ein paar Zahlen an:

- Nach Studien* haben geschätzt **4–8% der Kinder** und **2–4% der Erwachsenen** eine Lebensmittelallergie.
- Von einer Glutenunverträglichkeit (Zöliakie) ist ca. 1 % der Bevölkerung betroffen.
- Eine **Laktoseintoleranz** oder Milchzuckerunverträglichkeit haben ca. **15–20%** der Erwachsenen.

Fakt ist: Lebensmittelunverträglichkeiten haben zugenommen. Woran liegt das?

Die möglichen Gründe dafür sind vielfältig und z.T. auch noch nicht geklärt. Man nimmt an, dass veränderte Lebens- und Ernährungsgewohnheiten eine Rolle spielen, wie z.B. die Lebensmittelverbreitung durch Globalisierung oder die Zunahme magensäureblockender Medikamenteneinnahme.

*Quelle: Zuberbier, T et al.: Prevalence of adverse reactions to food in Germany – a population study. *Allergy*; 59: 338–45 (2004)

Chart 6



Was ist eine Allergie?

- Eine Allergie ist eine **krankmachende Überreaktion des Immunsystems**, welches fälschlicherweise harmlose Substanzen, wie Blütenpollen, Tierhaare oder Lebensmittel als gefährlich einstuft.
- Beim ersten Kontakt des Körpers mit der Substanz bilden die Immunzellen **Antikörper**.
- Bei erneutem Kontakt wird die Substanz als Allergen wiedererkannt und es erfolgt eine **allergische Reaktion**, die sich in verschiedenen Beschwerden äußern kann.

Chart 7

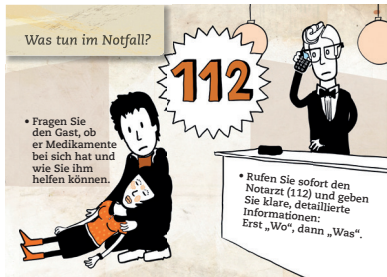


Was kann passieren?

Mögliche Symptome, die bei einer allergischen Reaktion auftreten können, sind z.B.:

- Hautausschlag
- Bauchkrämpfe
- Erbrechen, Durchfall
- Schwellungen von Lippen, Zunge und Rachen
- Atemnot
- Plötzlicher Blutdruckabfall mit Benommenheit bis zur Bewusstlosigkeit = allergischer oder anaphylaktischer Schock
- Eine schwere **allergische Reaktion wie akute Atemnot und der allergische Schock sind medizinische Notfälle** und müssen sofort durch den Notarzt behandelt werden.
- Allergische Reaktionen sind weitgehend unabhängig von der Dosis: Schon kleinste Mengen können Reaktionen auslösen.

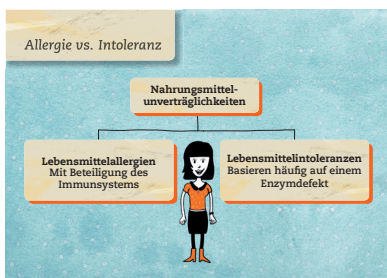
Chart 8



Wenn nun eine heftige allergische Reaktion bei einem Gast auftreten sollte: **Wie handelt man in einem Notfall richtig?**

- Fragen Sie den Gast, ob er **Medikamente bei sich** hat und wie Sie ihm helfen können. Hochgradig allergische Menschen führen in der Regel ein **Notfallset** mit sich, das eine Adrenalininjektion enthält.
- **Rufen Sie sofort den Notarzt (Euro-Notruf 112)** und geben Sie klare, detaillierte Informationen. Wichtig: erst das „Wo“ und dann das „Was“ durchgeben, also:
 - Name und Standort
 - Adresse des Gastronomiebetriebes
 - Grund des Anrufes: (Beginnende) schwere allergische Reaktion/Anaphylaxie

Chart 9



Was ist der Unterschied zwischen einer Allergie und einer Intoleranz?

- Der Begriff „**Nahrungsmittelunverträglichkeit**“ umfasst zunächst mal beides, ist also das Dach für Allergie und Intoleranz.
- Bei einer **Allergie** reagiert das körpereigene Immunsystem auf ein an sich harmloses Protein und stuft es fälschlicherweise als gefährlich ein. Was passieren kann, haben wir bereits gesehen.
- Eine **Intoleranz** – die bekannteste ist wohl die Laktoseintoleranz – ist häufig auf einen Enzymmangel im Körper zurückzuführen.
- Fehlt es nun an einem bestimmten Enzym, kommt es zu Problemen bei der Verdauung.
- Der Betroffene reagiert z.B. mit Magen-Darm-Beschwerden, die heftig sein können, aber normalerweise nicht akut lebensbedrohlich sind.

Was genau ist eine Laktoseintoleranz?

- Eine Laktoseintoleranz ist eine Störung der Verwertung von Laktose, also Milchzucker. In der Dünndarmschleimhaut fehlt das Enzym Laktase ganz oder teilweise.
- Dadurch gelangt unverdaute Laktose in den Dickdarm und wird dort von Darmbakterien abgebaut.
- Es kommt zu Blähungen und Durchfällen.

Für uns ist es wichtig zu wissen, dass es einen Unterschied zwischen Allergien und Intoleranzen gibt. Schauen wir uns das Ganze am Beispiel Milch an ...

Chart 10



Allergie vs. Intoleranz am Beispiel Milch

- Wahrscheinlich kennen einige von Ihnen Personen, die Milch nicht vertragen ... Vielleicht fragen Sie sich jetzt: Milch „nicht zu vertragen“, kann doch nicht lebensgefährlich sein ...?
- Wir haben in dem Film gesehen, dass die **Frau an einer Milchallergie** leidet. Und auch mit einer heftigen allergischen Reaktion auf Milcheiweiß reagiert hat – in ihrem Fall enthalten in dem Schuss Sahne/Obers an der Sauce.
- Hier ist es wichtig, Bescheid zu wissen, damit es zu keiner Verwechslung kommt: **Eine Milchallergie ist etwas völlig anderes als eine Laktoseintoleranz (Milchzuckerunverträglichkeit).**
- Zunächst einmal ist der grundlegende Unterschied, dass bei einer **Laktoseintoleranz** – wie der Name schon sagt – **die betroffene Person, die Laktose, also den Milchzucker, nicht verträgt. Im Gegensatz dazu reagiert der Betroffene bei einer Milchallergie oder wie man richtig sagt, Milcheiweißallergie, auf das Eiweiß, das in der Milch steckt (=Milchprotein).**
- Für uns besonders wichtig zu wissen: Bei einer Laktoseintoleranz können bestimmte Milchprodukte wie Hartkäse, laktosefreie Milch oder Butter, die wenig oder keine Laktose enthalten, vertragen werden. **Aber nicht der Milchallergiker: Er darf keine Milchprodukte oder daraus gewonnene Erzeugnisse zu sich nehmen. Auch laktosefreie Milchprodukte sind komplett tabu, da sie zwar keine Laktose, aber Milcheiweiß enthalten.**
- **Wenn nicht sicher bekannt ist, ob eine Milcheiweißallergie oder eine Laktoseintoleranz vorliegt, muss man komplett auf die Verwendung von Milch und Milchprodukten verzichten.**

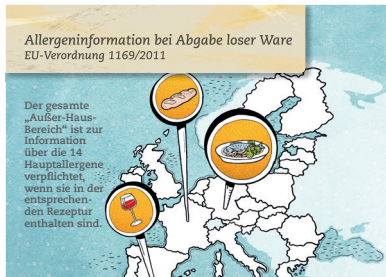
Chart 11



Glutenunverträglichkeit (Zöliakie)

- Kommen wir zu einer weiteren Intoleranz, die eine lebenslange Ernährungsanpassung erfordert: Die Zöliakie/ Sprue bzw. Glutenunverträglichkeit. Sie ist eine **Erkrankung der Darmschleimhaut. Das Klebereiweiß Gluten kann nicht verdaut werden**, was bei Betroffenen zu Magen-Darm-Beschwerden führt. Die Dünndarmschleimhaut wird geschädigt, so dass Nährstoffe nicht mehr im Körper aufgenommen werden können.
- Die einzige Möglichkeit, wie der Betroffene das vermeiden kann: **sich dauerhaft glutenfrei zu ernähren.**
- **Gemieden werden müssen alle glutenhaltigen Getreide**, wie auch „versteckte“ glutenhaltige Zutaten. Grünkern ist übrigens unreif geernteter Dinkel, Triticale ist eine Hybride, also eine Kreuzung aus Weizen und Roggen.

Chart 12

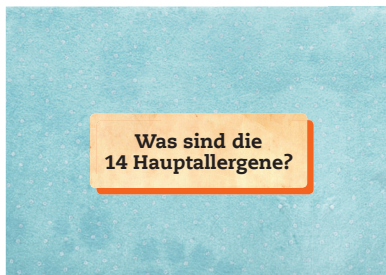


Allergeninformation bei Abgabe loser Ware

Die EU-Verordnung 1169/2011

- Jetzt zum zweiten Punkt, warum das Thema „Lebensmittelunverträglichkeiten“ für uns in Zukunft eine größere Rolle spielen wird:
- **Ab 13. Dezember 2014 gilt eine neue EU-Verordnung zur Information der Verbraucher über Lebensmittel.**
- Mit der EU-Verordnung Nr. 1169/2011 müssen dann alle, auch **lose abgegebene Lebensmittel mit einer Allergenkennzeichnung** versehen sein.
- Ab diesem Stichtag muss über das Vorhandensein von **14 definierten „Hauptallergenen“ auch bei lose (d.h. unverpackt) abgegebenen Lebensmitteln und Speisen** informiert werden, wenn sie laut Rezeptur enthalten sind.

Chart 13



Was sind die 14 Hauptallergene? → *interaktiv gestalten, mit den Anwesenden zusammentragen*

Chart 14



Die 14 Hauptallergene

- Auch wenn die Anzahl der Lebensmittel, die eine allergische Reaktion auslösen können, groß ist, so reagiert die Mehrheit der Allergiker doch auf diese überschaubare Menge an Lebensmitteln und daraus hergestellte Produkte.
- Diese sind von der EU bereits in den Richtlinien 2003/89/EG und 2006/142/EG und jetzt wieder (1169/2011) festgehalten.

Die sogenannten 14 Hauptallergene sind:

1. Eier (auch Eier von Ente, Gans, Wachtel, Strauß etc.)
2. Milch (auch Milch von Schaf, Ziege, Pferd, Büffel)
3. Glutenhaltige Getreide: Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme
4. Erdnüsse
5. Nüsse bzw. Schalenfrüchte, d. h.: Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Kaschunüsse, Pecannüsse, Paranüsse, Pistazien, Macadamia- oder Queenslandnüsse
6. Sesamsamen
7. Sojabohnen (außer raffiniertes Sojaöl, das von der Kennzeichnung ausgenommen ist)
8. Sellerie
9. Senf
10. Fische
11. Krebstiere
12. Weichtiere
13. Schwefeldioxid und Sulphite
14. Lupinen

Chart 15



Plakat

Ich gehe jetzt nicht im Einzelnen auf alle 14 Hauptallergene ein, aber auf dem Plakat und in der Broschüre sind alle genau beschrieben und es werden viele Beispiele gezeigt, in welchen Lebensmitteln das jeweilige Hauptallergen enthalten ist oder sein könnte. Vieles davon dürfte ja auch schon klar sein. Aber Achtung: Manchmal tauchen Hauptallergene in Gerichten oder Lebensmitteln auf, wo man sie nicht erwarten würde! Machen wir doch eine kleine Raterunde!

Chart 16



Welche der 14 Hauptallergene sind hier versteckt?

→ Auflösung auf dem nächsten Chart

Interaktiv gestalten:

- Was steckt etwa für ein Hauptallergen in manchen Käsen, welches man nicht sofort vermuten würde?
- Und wie sieht es mit der Wurst aus?
- Und was glauben Sie, steckt in einer Bloody Mary?

Chart 17



Welche der 14 Hauptallergene sind hier versteckt?

→ Auflösung

- Hartkäse = Ei
(Hartkäse = Lysozym aus Ei. Zur Erklärung: = Lebensmittelzusatzstoff für gereiften Käse, der die Rissbildung in der Käsekrume durch bestimmte Mikroorganismen verhindert.)
- Wurst = Senf
- Bloody Mary = Sellerie (Deko), Fisch, Weizen, Soja

Chart 18

| Einige Alternativen bei der Zubereitung von Speisen für Allergiker: | |
|---|---|
| Hauptallergen | Alternative Zutaten |
| Milch | Soja-, Reis-, Hafer-, Kokos- oder Mandelmilch und daraus hergestellte Produkte |
| Ei | Bananenpüree zum Backen, Quark/Topfen zum Binden von Hackfleisch/Faschiertem, Milch als Haftmittel bei Gebäck |
| Glutenhaltige Getreide | Glutenfreie Nudeln, Nahrungsmittel und Backwaren aus: Reis, Mais, Kartoffeln, Tapioka, Buchweizen, Quinoa |
| Sellerie | Zum Würzen: Bockshornklee, Petersilienwurzel, Liebstöckel |
| Nüsse | Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, Erdmandeln, Amaranth, Pinienkerne |

Einige Alternativen bei der Zubereitung von Speisen für Allergiker:

- Bei der Speisenauswahl bzw. Zubereitung für einen Allergiker kann man auf viele der 14 Hauptallergene einfach verzichten bzw. eine Speise aussuchen, in der sie nicht enthalten sind. Ein Fischallergiker bestellt sich z.B. einfach ein Fleischgericht und achtet darauf, dass sich Fisch auch nicht in der Garnitur oder z.B. in der Sauce versteckt.
- Doch es gibt ein paar Hauptallergene, bei denen es etwas schwieriger wird. Schauen wir uns einige Alternativen an:

Alternative Zutaten

- **Milch:** Soja-, Reis-, Hafer-, Kokos- oder Mandelmilch
- **Ei:** Bananenpüree zum Backen, Quark/Topfen zum Binden von Hackfleisch/Faschiertem, Milch als Haftmittel bei Gebäck, eifreie Gebäcke z.B. Blätterteig, Hefeteig, Quark-/Topfen-Öl-Teig, Strudelteig, Mürbteig
- **Glutenhaltige Getreide:** Glutenfreie Nudeln, Nahrungsmittel und Backwaren aus: Reis, Mais (-Mehl, -Grieß, -Graupen und -Stärke), Kartoffel- und Tapiokastärke, Buchweizen, Quinoa, Hirse
- **Sellerie:** Als Alternative zum Würzen, als Bestandteil des Suppengrüns oder des Saucenansatzes: Bockshornklee, Petersilienwurzel, Liebstöckel
- **Nüsse:** Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, Erdmandeln, Amaranth, Pinienkerne

Chart 19



Kapitel 2: Allergenmanagement in der Praxis

Chart 20



1. Einkauf und Lager

Chart 21



Was müssen wir bei der Bestellung und im Einkauf beachten?

- Mit der neuen Lebensmittelinformationsverordnung werden wir in Zukunft gefordert sein, **das Allergenmanagement in der Küche zu organisieren** und zu kontrollieren.
- Die Aufgabe ist eine **korrekte und lückenlose Information** über die **kennzeichnungspflichtigen Allergene** in den angebotenen Speisen und Getränken.
- Lieferalternativen müssen bezüglich der Allergeninformation geprüft und freigegeben sein. Es kann bei ähnlichen Produkten Rezepturabweichungen geben, dadurch können unterschiedliche Allergene enthalten sein.

Was müssen wir konkret beachten?

Beginnen wir mit der Bestellung bzw. dem Einkauf:

- **Die Allergeninformation zu jedem Lebensmittel und jeder Zutat muss dokumentiert werden.** Dabei ist es auch wichtig, auf mögliche Rezepturänderungen der Hersteller zu achten bzw. die Aktualität zu prüfen.

Chart 22



Was müssen wir bei der Warenannahme beachten?

- **Jede Lieferung prüfen:** Sind auch genau die Lebensmittel geliefert worden, die bestellt wurden? Gemüseschnitzel ist nicht gleich Gemüseschnitzel...
- **Gewissenhaft die Allergene aller Zutaten** – egal ob frisch, tiefgekühlt oder getrocknet, handwerklich oder industriell hergestellt – **dokumentieren**, damit man bei der Rezepterstellung zuverlässig darauf zurückgreifen kann.
- Bitte beachten: **Ähnliche Produkte verschiedener Hersteller können unterschiedliche Zutaten und damit Hauptallergene aufweisen.**
- Eine gute Nachricht ist, dass es in Zukunft einfach sein wird, sofort zu sehen, ob Hauptallergene in einem verpackten Lebensmittel enthalten sind ...

Chart 23



- Denn ab dem 13. Dezember 2014 müssen auf allen Lebensmittelverpackungen die Hauptallergene deutlich hervorgehoben sein – z.B. durch Großbuchstaben, eine fette Schrift oder auch eine farbliche Hervorhebung.
- Hier ein Beispiel:



- Und es gibt natürlich auch Produkte, die lt. Rezeptur ohne deklarationspflichtige Hauptallergene auskommen, beispielsweise die Unilever o.d.A-Produkte.

Chart 24



Kommen wir zum Lager: Was müssen wir hier beachten?

- Wenn Lebensmittel **nicht in der Originalverpackung** gelagert werden, müssen sie **gewissenhaft** und korrekt mit der entsprechenden **Allergeninformation** gekennzeichnet werden.
- Lebensmittel mit **hohem allergenen Potenzial** sollten getrennt voneinander und in fest verschlossenen Behältnissen aufbewahrt werden.

Insbesondere Zutaten, die pulverisiert, gemahlen, gehackt etc. sind, wie:

- Erdnüsse
- Nüsse
- Sesam
- Milchpulver
- Weizenmehl, Weizenpaniermehl/Semmelbrösel

Chart 25



2. Küche

Chart 26



Was müssen wir hier beachten?

- In der Küche gilt: Ob frisch zubereitet oder vorproduziert – die **Allergeninformation zur Standardzubereitung der Gerichte muss vorliegen**.
- Der **Gast wird informiert**, was in der jeweiligen Speise, die auf der Karte oder dem Menü-/Speiseplan steht, an **Hauptallergenen enthalten** ist. Dann wählt er sich ein geeignetes Gericht aus.
- Natürlich ist es besonders wichtig, dass sich der Koch bezüglich der Hauptallergene **an die Rezeptur hält**, was die Voraussetzung für eine **zuverlässige Dokumentation** ist.
- Zutatenänderungen müssen dem Service und dem Ausgabepersonal mitgeteilt und die dokumentierte Allergeninformation muss aktualisiert werden.

- **Situation 1)** Die komplette **Zubereitung, wenn der Gast bereits da** ist. Hier kann natürlich auf die **Sonderwünsche des Allergikers eingegangen** werden und wir können bei der Zubereitung darauf achten, die entsprechenden Allergene wegzulassen. Dafür muss der Service der Küche Bescheid geben, wenn sich ein Allergiker im Restaurant zu erkennen gibt. Es können dann auch besondere Maßnahmen zur Verringerung von Kreuzkontaminationen getroffen werden.
- **Situation 2)** Die **Speisen sind ganz oder teilweise vorproduziert** und das Gericht bzw. die einzelnen Komponenten können nicht mehr verändert werden. Der Gast informiert sich vor der Entscheidung / Bestellung über die Allergeninformation im Menü-/Speiseplan oder der Speisekarte. Besteht Kontakt zum Service- oder Ausgabepersonal, kann speziell nach einem geeigneten Gericht für den jeweiligen Allergiker auf dem Menü-/Speiseplan geschaut werden. Hier können allenfalls **Komponenten oder Garnituren ausgetauscht oder weggelassen werden**. Der Service- oder das Ausgabepersonal muss über die enthaltenen Hauptallergene Bescheid wissen oder sich informieren können, um die Information auch entsprechend weitergeben zu können.

Chart 27



Exkurs: Ungewollte Verunreinigungen mit Allergenen (Kreuzkontaminationen) vermeiden

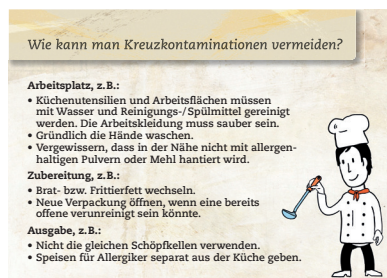
Chart 28



Was bedeutet Kreuzkontamination?

- Eine Kreuzkontamination ist eine **unbeabsichtigte Verunreinigung mit allergenen Stoffen**.
- Auch wenn die Deklaration bisher nicht in der Lebensmittelinformationsverordnung geregelt ist, sollte im Sinne der guten Herstellungspraxis darauf geachtet werden, das Risiko einer Kreuzkontamination zu minimieren. Was wir mit HACCP ja auch schon machen.
- Trotz HACCP-Erfüllung ist in der Küche **das Risiko, dass es bei der Zubereitung der Speisen zu Kreuzkontaminationen kommt, vorhanden**. Auch wenn wir die Butter am Messer oder das Mehl an der Hand nicht sehen: Schon kleine Mengen reichen aus, um eine allergische Reaktion auszulösen.

Chart 29



Wie kann man Kreuzkontaminationen vermeiden?

- Grundsätzlich gilt: Reinigen, reinigen, reinigen!
- Bevor Sie eine Speise für einen Allergiker zubereiten, sollten der Arbeitsplatz, die Hände und die Kochutensilien **immer gründlich mit heißem Wasser und Spülmittel bzw. Seife gereinigt** werden, um die Allergene auch sicher zu entfernen.
- Bereiten Sie die für Allergiker geeignete Speisen idealerweise in einer „**allergenfreien Zone**“ der Küche zu. Am besten in sicherer Entfernung von den Zonen, wo mit Mehl etc. gearbeitet wird.
- Es können auch **einzelne Arbeitsplätze für bestimmte Produkte** festgelegt werden, beispielsweise für Fisch oder Schalentiere.
- Achten Sie darauf, dass das Gericht des Allergikers **nicht mit Fett zubereitet bzw. frittiert wird**, welches zuvor schon für andere Gerichte verwendet wurde.

Chart 30



Kochen ohne alle 14 Hauptallergene als Lösung?

- **Klingt alles** ganz schön kompliziert und man fragt sich vielleicht, ob es dann nicht gleich sinnvoller ist, allergenfrei zu kochen?

Chart 31



Kochen ohne alle 14 Hauptallergene als Lösung?

Nein, das ist nicht sinnvoll:

1. Weil viele **der Hauptallergene Grundnahrungsmittel und damit die Basis vieler Gerichte sind...**
 - Natürlich sind viele **beliebte Speisen wie z.B. Kaiserschmarrn, Pizza, Sauce Hollandaise oder der hier gezeigte Rührkuchen ohne allergenhaltige Zutaten wie glutenhaltige Getreide, Ei oder Milchprodukte kaum machbar** und „allergenfreies Kochen“ wäre auch nicht erstrebenswert.

- Ziel kann nicht sein, gewisse Produkte komplett aus der Küche zu verbannen und damit die Kreativität für uns als Profis einzuschränken.
- Schauen wir uns doch einmal an einem Praxisbeispiel an, was in einem Klassiker so alles an Hauptallergenen enthalten ist ...

Chart 32



Welche der 14 Hauptallergene sind in diesem Rezept enthalten? → interaktiv

Wiener Schnitzel bzw. Schnitzel Wiener Art mit Kartoffelsalat

Zutatenliste:

- | | |
|------------------------------|--------------------|
| • Kalb- oder Schweinefleisch | • Essig |
| • Salz und Pfeffer | • Öl |
| • Mehl | • Senf |
| • Ei | • Zucker |
| • Brösel | • Suppe (Bouillon) |
| • Butterschmalz | • Zitrone |
| • Kartoffeln | • Petersilie |
| • Salz und Pfeffer | |

Chart 33



Auflösung

Zutatenliste:

- | | |
|------------------------------|-------------------------------|
| • Kalb- oder Schweinefleisch | • Essig |
| • Salz und Pfeffer | • Öl |
| • Mehl = Weizen | • Senf |
| • Ei | • Zucker |
| • Brösel = Weizen | • Suppe (Bouillon) = Sellerie |
| • Butterschmalz = Milch | • Zitrone |
| • Kartoffeln | • Petersilie |
| • Salz und Pfeffer | |

Chart 34



Kochen ohne die 14 Hauptallergene ist auch nicht sinnvoll, ...

2. Weil die 14 Hauptallergene, die in der EU-Verordnung festgelegt sind, zwar die wichtigsten, aber längst nicht alle möglichen Allergene sind. **Prinzipiell kann jeder gegen jedes Lebensmittel allergisch sein**, gegen Bananen, Äpfel, Ananas, Erdbeeren, Tomaten, Paprika, Karotten, Spargel, Bohnen und und und
- „Allergenfreies Kochen“ gibt es also gar nicht. Wenn wir als Profis in der Küche mit dem kompletten Verzicht auf allergenhaltige Zutaten reagieren würden, würde unser kulinarischer Alltag **ziemlich schnell eintönig** aussehen ...

Chart 35



3. Weil es nicht ausgewogen wäre, ohne die Hauptallergene zu kochen.

- Viele der „Hauptallergene“ sind **Grundnahrungsmittel**, deren Verzehr von den **Ernährungsfachgesellschaften ausdrücklich empfohlen** wird, weil sie wichtige Nährstoffe liefern.
- Als **Beispiel** kann man die Milchprodukte als wichtige Kalziumquelle oder die Getreideprodukte als Ballaststofflieferanten nennen. Seefisch liefert die langkettigen Omega-3-Fettsäuren und Jod.

Außerdem würde das die Vielfalt und den Genuss für den Gast einschränken wie wir bei Sophie gesehen haben ...

Chart 36



3. Service/Ausgabe/Speisen-Verteilung

Chart 37



Wie gehen wir mit Lebensmittelallergikern richtig um?

- Wichtig ist im Servicebereich, dass Sie sich **Basiswissen** aneignen: **Fundierte Informationen sind Grundvoraussetzung**, um allergische Gäste und solche mit Intoleranzen bestmöglich informieren zu können.
 - Dann ist es auch wichtig, **sensibel zu sein**: Bedenken Sie, dass **Lebensmittelallergien Erkrankungen** mit u. U. lebensbedrohlichem Ausmaß und keine Abneigungen gegen bestimmte Lebensmittel sind. Die korrekte Antwort auf eine Frage des Gastes, **wie „Sind da Nüsse drin?“**, **kann für ihn überlebenswichtig sein**.
 - **Ziel** ist es, dass allergische Gäste **eine sichere Wahl** hinsichtlich der Speisen treffen können.
 - Für eine gelungene Umsetzung braucht es eine **klare Informationspolitik**, die der betrieblichen Praxis gerecht wird.
- Wichtige Basis: Der Dialog mit dem Gast.
- Kann nicht sichergestellt werden, ob die allergieauslösende Zutat enthalten ist oder nicht, sollte das dem Gast mitgeteilt werden.
 - Ein „Ich werde es in Erfahrung bringen“ ist besser als eine schnelle falsche Information.
 - **Natürlich sollte alles daran gesetzt werden, dem Gast eine zuverlässige Auskunft zu geben.**

Hier noch mal das Wichtigste, quasi **die goldenen Regeln**:

1. **Keine Auskunft ist besser als eine falsche Auskunft**: Ehrlich sagen, wenn es nicht möglich ist, verlässliche Informationen zu geben.
 2. Alles daran setzen, dem **Gast die korrekten Informationen** zukommen zu lassen.
 3. Dem Gast sollte **immer eine alternative Speise** angeboten werden, die er trotz seiner Allergie genießen kann.
- Wichtig ist, dass sich das Service- und Ausgabepersonal auf die **Dokumentation der Allergene** durch einen ggf. benannten Verantwortlichen verlassen kann und hier auch Informationen bekommt, wenn er sie braucht.

Chart 38



Schnittstelle zur Küche bzw. Pass: Was muss hier beachtet werden?

Grundsätzlich ist ein guter gegenseitiger **Informationsaustausch** wesentlich:

- Der Service muss die Küche über die Allergie des Gastes informieren.

- **Koch/Küchenpersonal:** muss über Rezepturänderungen im Vorfeld informieren, damit die Dokumentation durch den benannten Verantwortlichen aktualisiert werden kann.

- Und der Koch muss das Service-/Ausgabepersonal informieren, wenn sich bei einer Rezeptur etwas ändert, damit der Servicemitarbeiter ohne Zeitverlust die Fragen des Gastes beantworten kann.
- Zu beachten sind z.B. auch Dressings, Garnituren, andere Extras (wie z.B. der Keks zum Kaffee) und Getränke, die nicht Bestandteil der Grundzubereitung sind.

Lassen Sie uns gemeinsam das Allergenmanagement zukunftstauglich machen. So sind wir gute Gastgeber für Allergiker und Menschen mit Unverträglichkeiten.

Chart 39



Hoffentlich habe ich hiermit gezeigt, dass Allergenmanagement kein „Zauberwerk“ ist und wir auch nicht auf die 14 Hauptallergene in unseren Speisen verzichten müssen.

Wir brauchen keine Angst zu haben, sondern müssen nur gemeinsam verantwortungsbewusst dafür sorgen, dass wir einige Dinge in unseren täglichen Abläufen beachten. Wir alle gemeinsam stehen ausnahmslos dafür ein, das Allergenmanagement in unseren Arbeitsbereichen zu gewährleisten.

Optional: Dazu haben wir hier auch eine Checkliste, die die verschiedenen Arbeitsbereiche bei-spielhaft erfasst ...

Hier z.B.

- Festlegung der Hauptverantwortlichen (diese sollten vorher bereits informiert sein)
- Durchgehen der Liste
- Sollten wir zusätzliche Punkte beachten, die wir jetzt ergänzen wollen?

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit, lassen Sie uns gute Gastgeber (nicht nur) für Allergiker sein!

Verwendete bzw. weiterführende Literatur:

- Broschüre „Gute Gastgeber für Allergiker“, ein Leitfaden für den Umgang mit Allergenen in Gastronomie und Hotellerie, Hrsg.: DEHOGA, DAAB, BMLV
- Unilever Ernährungs Forum: Nutrition Letter, Ausgabe 16, 2013
- Unilever Food Solutions: Allergenmanagement in der Außer-Haus-Verpflegung (Broschüre, 24 Seiten), 2014
- Unilever Food Solutions: Poster „Die 14 Hauptallergene“

Herausgegeben von:

Unilever Food Solutions Deutschland
Knorrstr. 1
D-74074 Heilbronn

Verantwortlich für den Inhalt: Dipl. oec. troph. Susanne Koch, Diätassistentin

Die Ihnen durch Unilever Food Solutions zur Verfügung gestellten Materialien sollen Sie dabei unterstützen, den Anforderungen der neuen EU-Verordnung 1169/2011 = Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV), gültig ab 13.12.2014, in Bezug auf die Allergeninformation bei Abgabe loser Ware gerecht zu werden. Sie ersetzen keine Rechtsberatung. Alle Angaben wurden sorgfältig geprüft. Wir übernehmen jedoch für die Richtigkeit der Angaben keine Gewähr und für eventuelle Fehler keine Haftung.

Nachdruck oder Vervielfältigung nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers.