

LINEA GUIDA SUGLI ALLERGENI PRESENTI NEI PRODOTTI ALIMENTARI
NEL CASO SPECIFICO DELLA PRESENZA DI PROTEINE DEL LATTE E UOVA

La Comunità Europea, al fine di garantire ai consumatori una più adeguata informazione sull'etichettatura degli alimenti, ha emanato il regolamento UE 1169/2011 che individua 14 allergeni principali e sancisce l'obbligo di evidenziare in etichetta dette sostanze con un carattere chiaramente distinto dagli altri ingredienti elencati.

Il **latte** è un ingrediente molto diffuso ed in caso di allergia è sempre necessario controllare gli ingredienti, evitando l'assunzione, anche in tracce, di:

Latte di mucca, pecora, capra, asina, bufala, cammella	Siero demineralizzato Siero privo di lattosio/delattosato	Panna acida Crema Crema acida
Latte in polvere	Lattoglobulina	Yogurt
Polvere di latte scremato	Lattoalbumina	Kefir
Latte concentrato	Lattoalbumina fosfato	Gelati
Proteine del latte	Lattosio	Sorbetti (spesso contengono latte)
Idrolizzati di proteine del latte	Caglio Componenti acidi del latte	Liquori cremosi (es. Baileys)
Caseina	Formaggi freschi, stagionati, spalmabili	Aroma di caramello Aroma di crema Aroma di burro
Caseina idrolizzata	Ricotta	Aroma naturale di uova
Caseinato	Mascarpone	Aroma artificiale di burro
Sieroproteine	Burro (anche anidro e chiarificato)	Addensanti
Siero del latte	Ghee	Grasso animale
Siero del latte in polvere	Besciamella	
Siero di proteine concentrate	Panna	
Siero di proteine idrolizzate		

ATTENZIONE

I prodotti per intolleranti al lattosio, quindi senza lattosio, non sono idonei a chi è allergico al latte. Questi alimenti, infatti, sono stati privati dello zucchero del latte (lattosio), non delle proteine.

Per quanto riguarda l' **uovo** attenzione a questi alimenti

Uovo

Polvere d'uovo

Albumi (bianco d'uovo)

Tuorlo (rosso d'uovo)

Ovomucoide, una proteina presente nell'albumi d'uovo

Ovoalbumina, una proteina contenuta nell'albumi d'uovo

Ovomucina, un gel proteico presente nell'albumi d'uovo

Ovotransferrina, proteina dell'albumi d'uovo

Globulina

Livetina, contenuta nel tuorlo dell'uovo

Ovovitellina, una fosfoproteina del tuorlo d'uovo

Lisozima (ossia l'enzima E1105, presente nel Grana Padano e in altri formaggi)

Pasta all'uovo

Pasta fresca

Frittata

Condimenti per insalate a base di salse

Maionese e salse in genere

Meringhe

Crema

Farciture cremose

Gelato

Polveri per bevande (come, ad esempio, l'Ovomaltina)

Lecitina (ossia l'additivo alimentare E322)

Emulsionanti

ESEMPIO DI ALCUNI PRODOTTI IN COMMERCIO SENZA PROTEINE DEL LATTE E UOVA.

- Prodotti della MISURA PRIVOLAT: cornetti vuoti, al cioccolato, marmellata di albicocche, biscotti con gocce di cioccolato, biscotti al cacao e riso soffiato, biscotti al miele, tortine alla marmellata di ciliegia e mirtillo, tortine al cacao;
- Alcuni prodotti della SÌ CON RISO SCOTTI come ad esempio: frollino con riso, biscotto con riso e cacao, biscotto con riso e gocce di cioccolato, biscotto multicereale con riso, frollini ripieni con crema di nocciola, merenda con biscotto e cioccolato, cornetti alla pesca, barretta ripiena al mirtillo, barretta con riso e gocce di cioccolato, crema spalmabile (tipo nutella). Di questa linea non vanno bene le merendine;
- BISCOTTI come CAMPIELLO "IL NOVELLINO LIGHT" senza latte e uova, CRICH "GRAN MERENDA" classici e al cacao, MAGRETTI GALBUSERA né latte né uova, VITABEN senza latte né uova con gocce di cioccolato;
- CORNETTI DOLCIANDO CROISSANT senza farcitura né latte né uova;
- Céréal BUONISENZA CROSTATINE Bio all'albicocca;
- BUDINI ALPRO vaniglia e cioccolato, BUDINI VALSOIA vaniglia e cioccolato e caramello;
- Crema di cacao e nocciole (tipo Nutella) NOCCIOLATA RIGONI SENZA LATTE
- CRACKERS classici e integrali che non contengano latte e derivati e uova. Attenzione a quelli con vari gusti tipo pizza o al parmigiano;
- PANINI da forno di RIMACINO o BIANCHI o SANDWICH, senza latte nell'impasto e senza uovo spennellato;
- Come prodotto di rosticceria unico senza latte e derivati è il ROLLO' anche se spesso panifici usano uovo spennellato;
- PROSCIUTTO, SALAME, MORTADELLA, WURSTEL;
- PANCARRE';
- FETTE BISCOTTATE;
- MARMELLATA;
- OREO;

- Da bere qualsiasi succo di frutta o altra bevanda purchè non siano frullati di frutta con latte (ad esempio ATTENZIONE a SANTAL PLUS);
- CARMELLE non ripiene e accertarsi sempre che non riportano latte, derivati del latte e uova (se per Ginevra neanche in tracce);
- PATATINE accertarsi sempre che non riportano latte, derivati del latte e uova ~~(se per Ginevra neanche in tracce)~~;
- FRUTTA;
- MARGARINA 100% Vegetale come ad esempio Vallè 100% vegetale naturalmente, Vallè Omega3, Conad;
- QUALSIASI ALTRO PRODOTTO IN COMMERCIO CHE TRA GLI INGREDIENTI NON RIPORTA LATTE ED I SUOI DERIVATI E UOVA.