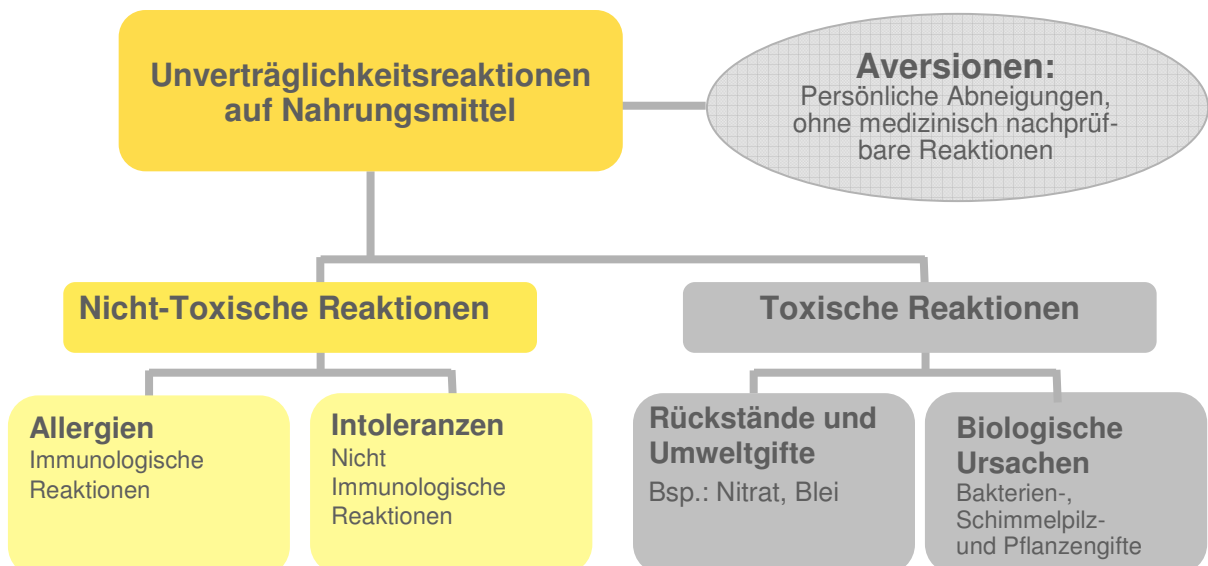


Das Wichtigste in Kürze!

apetito bietet Personen, die an einer Nahrungsmittelallergie oder -intoleranz leiden, eine Auswahl an schmackhaften Menüs und Menükomponenten an. Wir kennzeichnen nach der Lebensmittelkennzeichnungsverordnung. Danach werden alle Zutaten - und hierbei besonders die allergenhaltigen - im Zutatenverzeichnis vollständig aufgelistet. Die apetito-Ernährungsberatung bietet zusätzlich den Service der Menülisten an. Sobald ein Allergen z. B. Kuhmilch nicht in den Rezepturen enthalten ist, werden diese Speisen in der Menüliste als „Milcheiweißfrei“ aufgeführt. apetito ermöglicht dadurch den Allergikern ein schmackhaftes und sicheres Mittagessen.

Eine allergische Reaktion beruht auf einer Antigen-Antikörper-Reaktion. Hierbei handelt es sich um eine Überreaktion des Immunsystems (Bildung von Antikörpern) auf Inhaltsstoffe von Lebensmitteln (Allergene). Als Allergene treten ausschließlich Eiweißstoffe auf. Eine allergische Reaktion kann bei hochsensiblen Allergikern schon durch geringe Mengen des Allergens ausgelöst werden und in seltenen Fällen lebensbedrohlich sein. Bei der Behandlung des Lebensmittelallergikers müssen bei der Ernährung allergieauslösende Inhaltsstoffe gemieden werden.

Um die einzelnen Reaktionen und Begriffe der Lebensmittel-Unverträglichkeiten klar zu definieren und einzuteilen, hat die EAACI (Europäische Akademie für Allergologie und klinische Immunologie) eine Übersicht für die bestehenden Unverträglichkeiten herausgegeben. Die folgende Abbildung orientiert sich an der Übersichtsdarstellung der EAACI.



Eine **Lebensmittelallergie** ist eine Überreaktion des menschlichen Abwehrsystems auf bestimmte Fremdeiweiße, auch Antigene genannt. Diese allergieauslösende Wirkung tritt nur bei sensibilisierten, d.h. überempfindlich gewordenen Menschen auf. Diese sensibilisierten Menschen sind bereits vorher mit dem körperfremden Eiweiß in Kontakt gekommen und haben spezielle Antikörper und/oder Abwehrzellen produziert. Bei erneutem Kontakt mit dem Allergen kann es zu einer Überreaktion des Abwehrsystems kommen, bei der die Symptome einer Allergie auftreten. Hierzu zählen:

- Magen- und Darmbeschwerden wie Durchfall und Erbrechen
- Atembeschwerden bis hin zu Asthma
- Schwellungen des Mund- und Rachenraums
- Hautbeschwerden
- Herz-Kreislauf-Beschwerden

Diese Sensibilisierung gegen bestimmte Eiweißstoffe erfolgt meist in der Kindheit, es kann jedoch auch im Erwachsenenalter hierzu kommen. Kinder, die nicht aus Allergikerfamilien stammen, erkranken seltener.

Häufig finden sich bei einem Patienten Allergien gegen verschiedene Lebensmittel. Zu den Lebensmitteln, die häufig Allergien auslösen, zählen neben Kuhmilch, Hühnereiern, Fisch und Obst wie Zitrusfrüchten auch Gemüse, insbesondere Sellerie, Gewürze und Nüsse. Durch den zunehmenden Handel vergrößert sich das Warenangebot, so dass verstärkt auch importierte Lebensmittel mit berücksichtigt werden müssen.

Neben der allergischen Reaktion gibt es auch die **Intoleranzen**. Sie werden nicht durch Antigen-Antikörper-Reaktionen ausgelöst und sind somit keine allergischen Reaktionen. Intoleranzformen zeigen das gleiche klinische Erscheinungsbild wie allergische Reaktionen. Zu diesen Reaktionen zählen die Pseudoallergien (unbekannte Intoleranzen), Enzymopathien und die Pharmakologischen Effekte.

- **Pseudoallergien** sind Reaktionen einzelner Körperzellen und werden meist durch Inhaltsstoffe wie Farb- und Konservierungsstoffe ausgelöst.
- **Enzymopathien** sind Intoleranzen, bei denen wichtige Enzyme für die Verdauung fehlen, wie zum Beispiel bei der Milchzuckerunverträglichkeit das Fehlen des Enzyms Laktase.
- Intoleranzen können auch durch **pharmakologisch aktive Substanzen** auftreten. Dazu zählen „biogene Amine“ (Bsp.: Histamin, Serotonin), selten auch Coffein und Alkohol.

Das Meiden von Nahrungsmitteln mit Bestandteilen, die nicht vertragen werden, ist das Hauptziel der Behandlung von Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Betroffene müssen daher genau über die Zusammensetzung der Fertigprodukte informiert sein.

Allergenkennzeichnung

Ein Bestandteil der Kennzeichnungsverordnung ist die Verpflichtung zur Zutatenkennzeichnung allergener Stoffe. Zwölf Hauptallergene, die die meisten Nahrungsmittelallergien verursachen, müssen nun ausnahmslos gekennzeichnet werden. Im Jahr 2006 mit aufgenommen sind zwei weitere Allergene: Lupine und Weichtiere. Diese sind nach Ablauf der Umsetzungsfristen ab Dezember 2008 zusätzlich zu kennzeichnen.

Zu den kennzeichnungspflichtigen Allergenen gehören:

- Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel und Kamut oder Hybridstämme davon)
- Krustentiere
- Eier
- Fisch
- Erdnüsse
- Soja
- Milch (einschließlich Milchzucker)
- Baumnüsse (Mandel, Haselnuss, Kaschunuss, Wallnuss, Pecanuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss)
- Sellerie
- Senf
- Sesam
- Schwefeldioxid und Sulfite (>10mg/kg)
- Lupine (ab Dez. 2008)
- Weichtiere, wie z.B. Muscheln und Schnecken (ab Dez. 2008)

Die Kennzeichnung der Allergene kann an drei verschiedenen Stellen gefunden werden:

- im Produktnamen (z.B. „Milkschokolade“)
- in der Zutatenliste (z.B. „Würze mit Soja“)
- gesonderter Hinweis (z.B. „enthält Gluten“)

Produkte können auch mit dem Hinweis „kann Spuren von ... (z.B. Gluten) enthalten“ oder „in unserem Betrieb werden auch ... (z.B. Erdnüsse) verarbeitet“ deklariert sein. Diese Hinweise werden aus Gründen der Produkthaftung gegeben, wenn der Hersteller nicht ausschließen kann, dass Spuren von Allergenen im Produkt vorhanden sein können.

apetito bietet für die Verpflegung bei Allergien und Intoleranzen geeignete Menüs an.

Menülisten

Die so genannten Menülisten zeigen für verschiedenste Allergien und Intoleranzen die geeigneten Menüs auf. So werden beispielsweise bei einer Milcheiweißallergie nur die Menükomponenten aufgelistet, die frei von Milcheiweiß sind. Sollte eine Person auf mehrere Nahrungsmittel allergisch reagieren, so kann eine individuelle Menüliste angefertigt werden.

Zutatenverzeichnis

Entsprechend den gesetzlichen Vorschriften der Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung (LMKV) liegt für jeden Artikel das jeweilige Zutatenverzeichnis vor. Für apetito Menükomponenten sind diese Angaben in einer Übersicht der Zutatenlisten aller Artikel zusammengefasst.

apetito Produkte werden entsprechend der „Guten Hygienepraxis“ gekocht. Weiterhin werden im Herstellprozess Eigenkontrollen durchgeführt, um die Lebensmittelsicherheit über alle Verarbeitungsstufen zu gewährleisten. Zu den Sicherheitsmaßnahmen zählen regelmäßige Mitarbeiterschulungen, Reinigung nach Prüfanweisung und Prüfplan, definierte Rezepturen usw. Durch diese Sicherheitsmaßnahmen wird eine unbeabsichtigte Übertragung der Allergene im Herstellprozess (Kreuzkontamination) weitgehend verhindert. Somit wird sichergestellt, dass die Speisen nur die Inhaltsstoffe beinhalten, die in der Zutatenliste auch benannt sind.