

*Potravinové intolerance (alergeny), které je umět ze stravy vyloučit*

Úhoř	Čedar	Vařená rýže	Kuře
Agar	Čekanka	Želatina	Slepičí vejce
Javorový sirup	Čili paprička	Ječmen	Humr
Anýz	Čínské zelí	Lepek	Tvaroh
Jablko	Pekingské zelí	Gouda	Zázvor
Meruňka	Kari v prášku	Granát	Hřebenatka
Topinambur	Datle	Grapefruit	Jogurt
Lilek	Bob	Zelené fazole	Rybíz
Ústřice	Fenykl	Zelené klíčky brokolice	Treska
Hlíva ústřičná	Špalda	Zelené olivy	Káva
Avokádo	Žloutek	Zelený pepř	Kakao
Bambusové výhonky	Ledový salát	Zelený čaj	Infuze heřmánku
Banán	Verbena	Kadeřávek	Kardamom
Okoun	Vaječný bílek	Okurka	Kapr
Sladká bazalka	Čekanka listová	Oves	Brambory
Borůvka	Kachní maso	Šípek	Sýr z ovčího mléka
Hruška	Hrách	Skopové	Kasein
Locika	Jahoda	Pšenice tvrdá (krupice)	Kaviár
Modrý sýr	Arašídy	Lískový oříšek	Cizrna
Kopřiva	Jedlý kaštan	Štika	Červené fazole
Ostružiny	Fík	Droždí	Třešně
Řeřicha	Polníček	Platýs	Kiwi
Pohanka	Fenykl	Sled'	Česnek
Buvolí mléko	Rak	Malina	Kedlubna
Camembert	Tavený sýr	Proso	Kokosový ořech
Kešu	Husa	Med	Semínka koriandru
Kajenský pepř	Vařené mléko	Chmel	Kravská syrovátka

Kmín	Křen	Máta peprná	Kapusta
Dýně	Cukrový meloun	Koňské	Rozinka
Dýňová semínka	Mušle	Lišky (houby)	Rozmarýn
Kurkuma	Mirabelka	Broskev	Řepa
Losos	Mák	Švestka	Červené zelí
Lososí jikry	Mozzarella (kravské mléko)	Houba shitake	Tuřín
Lékořice	Mozzarella, buvolí mléko	Houby	Rukola
Jehněčí	Mungo fazole	Nové koření	Smetana
Langusta	Škeble jedlá	Piniové oříšky	Šalvěj
Pórek	Muškatové oříšky	Pistácie	Sardel
Lněná semena	Nektarinka	Brusinka	Sardinka
Citronová tráva	Hvozdík	Okouník	Kysané zelí
Limetka	Chobotnice	Krůtí maso	Ovčí mléko
Lipový čaj	Pomeranč	Merlík	Treska jednoskvorná
Čočka	Oregáno	Semínka řepky	Šnek
Liči	Pomelo	Pstruh duhový	Pažitka
Bobkový list	Papája	Srnčí	Černý rybíz
Kukuřice	Pálivá paprička	Rýže	Černé olivy
Kukuřičné otruby	Paprika	Rýže, červená	Černý pepř
Majoránka	Pálivá paprika v prášku	Ředkvička	Černý čaj
Makrela	Brazilský ořech	Rebarbora	Vepřové maso
Obiloviny	Parmezán	Hovězí maso	Štikozubec
Mandarinka	Mučenka	Žito	Celer
Mandle	Pastinák	Syrové (kravské) mléko	Hořčice
Mango	Treska pestrá	Syrový květák	Sezam
Mangold	Pekanový ořech	Třtinový cukr	Sója
Mrkev	Petržel	Čaj rooibos	Sójové mléko

Sůl	Krab německý	Meloun	Hlávkové zelí
Slunečnicová semínka	Tuňák	Vinný ocet	Sýr z kozího mléka
Chřest	Tymián	Bílé fazole	Kozí mléko
Špenát	Treska norská	Bílý pepř	Skořice
Angrešt	Tofu	Bílé zelí	Citron
Kambala	Rajče	Pšenice	Cuketa
Hřib	Hroznové víno	Pangas	Cibule
Batáty	Vanilka	Jelen	
Tapioka	Vlašský ořech	Divoká rýže	