

Kriterien für allergikerfreundliche Nahrungsmittel

Ausgangssituation

Allergien haben vielfältige Auslöser. Häufige Auslöser sind Nahrungsmittel, in denen verschiedene Allergene enthalten sein können. Für Nahrungsmittelallergiker ist es daher besonders wichtig, dass die Bestandteile des Produktes genau aufgelistet und die gesetzlich vorgeschriebenen Grenzwerte eingehalten werden.

Manche Allergiker müssen nur einzelne Allergene wie zum Beispiel Sellerie oder Milch vermeiden. Für sie ist es ideal, wenn auf dem Lebensmittel deklariert ist, dass es „frei von“ dem bestimmten Allergen ist, auf das sie reagieren. Für andere Allergiker sind mehrere Allergene problematisch. Deshalb ist es wichtig, auf dem Produkt eine Gesamtdenkleration der Inhaltsstoffe zu finden.

Das ECARF Qualitätssiegel bietet beiden Allergikergruppen pragmatische Hinweise auf allergikerfreundliche Lebensmittel entweder mit der Kennzeichnung „frei von“ oder nach den Kriterien der „erweiterten Deklaration“.

Genauso wichtig, wie die Vermeidung allergieauslösender Stoffe im Nahrungsmittel selbst, ist es, den unbeabsichtigten Kontakt von Allergenen mit den jeweiligen Lebensmitteln bereits im Herstellungsprozess auszuschließen.

Das ECARF Qualitätssiegel kennzeichnet Nahrungsmittel, die mit einem nachgewiesenen, effektiven Allergenmanagement produziert werden.

Das Allergenmanagement umfasst:

- Produktion
- Deklaration
- Kontrolle

1. Produktion

Auch unbeabsichtigt können fremde Substanzen wie Allergene in Lebensmittel gelangen, beispielsweise wenn bereits die Ausgangsprodukte nicht deklarierte Inhaltsstoffe enthalten oder gleiche Transportmittel für verschiedene Rohstoffe verwendet werden.

Allergene Verunreinigungen können aber auch entstehen, wenn im Herstellungsprozess dieselben Produktionsgeräte für verschiedene Nahrungsmittel verwendet werden, zum Beispiel bei der Produktion von nusshaltiger und nussfreier Schokolade. Effektives Allergenmanagement wirkt unbeabsichtigten allergenen Verunreinigungen entgegen.

Es umfasst:

- die Überwachung der Ausgangsmaterialien
- die Überwachung des Herstellungsprozesses

- die strukturierte Schulung der Mitarbeiter

2. Deklaration

Gesetzlich vorgeschrieben ist die Deklaration von 14 Allergenen, und zwar unabhängig von der verwendeten Menge, sowie die Angabe aller Zutaten, wenn ihr Anteil höher als 2% des Lebensmittels ist. Nahrungsmittel, die das ECARF Qualitätssiegel tragen, sind entweder „frei von“ einzelnen der 14 deklarationspflichtigen Allergenen oder entsprechen den Anforderungen „erweiterte Deklaration“:

2.1 „Frei von“

Die verbraucherfreundliche Hervorhebung „frei von“ lässt den Konsumenten auf einen Blick erkennen, dass ein bestimmtes, für ihn relevantes Allergen im Produkt nicht enthalten ist. Hersteller von Nahrungsmitteln, die das ECARF Qualitätssiegel tragen, verbürgen sich dafür, dass das Produkt einzeln genannte Allergene nicht enthält.

Die Hersteller

- weisen nach, dass diese ausgewählten Allergene zu höchstens 10 mg/kg Lebensmittel im Produkt enthalten sind oder unterhalb der technisch möglichen Nachweisgrenze liegen und
- nennen diese Allergene deutlich lesbar auf der Produktverpackung und deklarieren das Produkt als „frei von“ diesen Stoffen.

2.2 Erweiterte Deklaration

Nahrungsmittelhersteller weisen mit einer möglichst detaillierten Deklaration die Inhaltsstoffe des Lebensmittels aus. Die Deklaration auf dem Produkt sollte wie folgt über die normale Kennzeichnung der Spuren hinaus sicherstellen, dass diese unter einer Konzentration von 0,5 mg pro 100 g liegen. Damit der Verbraucher eine sichere Information hat, muss auf dem Produkt neben dem Siegel der Hinweis erfolgen, dass mögliche Spuren von Allergenen immer enthalten sein können, diese jedoch in einer sehr geringen Konzentration enthalten sind.

In der Zutatenliste selbst wird dann deklariert:

„Inhaltsstoffe entsprechend der gesetzlichen Verordnung“ und darunter der Hinweis: „Zusätzlich können Spuren von folgenden Allergenen (*hier aufzählen, z.B. Nuss*) enthalten sein. Im Rahmen des Qualitätsmanagements liegen diese jedoch unter 0,5 mg Protein pro 100 g des Produktes vor. Bei weiteren Rückfragen hilft Ihnen gern unser Verbraucherservice (*Kontaktdaten*).“

Hersteller mit dem ECARF Qualitätssiegel ausgezeichnete Nahrungsmittel

- beachten die gesetzlich geforderte Nennung der Inhaltsstoffe. Die nicht genannten Inhaltsstoffe haben einen Anteil von unter 2%.
- deklarieren über die gesetzlich geforderte Nennung von Allergenen hinaus zusätzlich weitere mögliche allergene Inhaltsstoffe, auch wenn diese weniger als 2% des Nahrungsmittels ausmachen.

3. Kontrolle

Zur Vermeidung von Allergenverunreinigungen werden regelmäßige Kontrollen zum Allergengehalt der Endprodukte durch ein unabhängiges Institut vorgenommen. Grundsätzlich mindestens zweimal jährlich bzw. abhängig von Produktart und Produktionsprozess sowie bei Veränderungen des Produkts oder des Produktionsprozesses.

4. Haftungsausschluss

In vielen Fällen gelingt es den Herstellern, für einzelne Produkte auch sehr geringe Mengen der Substanzen zuverlässig auszuweisen oder sogar als „frei von“ angeben zu können. Dies ist jedoch keine absolute Garantie. Minimale Verunreinigungen von eigentlich allergenfreien Nahrungsmitteln können nie gänzlich ausgeschlossen werden, weil die chemischen Nachweisverfahren für sehr geringe Mengen noch nicht in jeder Hinsicht optimal ausgereift sind. Geringfügige Schwankungen der Produktqualität können daher nur so weit ausgeschlossen werden, wie chemisch-technische Nachweismöglichkeiten entwickelt sind.

Anhang: Nahrungsmitteldeklarationen

Folgende Inhaltsstoffe werden deklariert, wenn sie in der Rezeptur des Produkts verwendet werden:

Gesetzlich vorgeschriebene Deklaration von 14 Allergenen (Verordnung (EU) Nr. 1169/2011)

- **glutenhaltiges Getreide:**
Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- **Schalenfrüchte:**
Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashewnuss, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss sowie daraus hergestellte Erzeugnisse
- **Eier** und Eierzeugnisse
- **Erdnüsse** und Erdnusserzeugnisse
- **Soja** und Sojaerzeugnisse
- **Senf** und Senferzeugnisse
- **Krebstiere** und Krebstiererzeugnisse
- **Fisch** und Fischerzeugnisse
- **Milch** und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose)
- **Sellerie** und Sellerieerzeugnisse
- **Schwefeldioxid und Sulfite** in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l als SO₂ angegeben
- **Sesamsamen** und Sesamsamenerzeugnisse
- **Lupine** und Lupinenerzeugnisse
- **Mollusken** und Molluskenerzeugnisse

Zusätzliche Deklarationen

- **Gewürze:**
Anis, Kümmel, Kamille, Koriander, Zimt, Pfeffer
- **Nachtschattengewächse und Gemüse:**
Paprika, Tomate, Chili, Karotte
- **Obst:**
Melone, Kiwi, Mango, Banane, Apfel, Birne, Kirsche, Pfirsich, Zwetschge, Nektarine, Aprikose, Litschi
- **Carrageen**
- **Guarkernmehl**
- **Johannisbrotkernmehl**
- **Mohn**
- **Perubalsam**
- **Hirse**
- **Buchweizen**