



QUALITY BY

FOOD SERVICE

Schär



Für weitere Informationen:
Dr. Schär GmbH
Simmerweg, 12
D-35085 Ebsdorfergrund

Tel. 06424 303 772
Fax 06424 303 107
info@schaer-foodservice.com
www.schaer-foodservice.com

ZÖLIAKIE, WAS IST DAS?

Zöliakie ist eine dauerhafte Unverträglichkeit gegenüber Gluten, einem Eiweiß, das in Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel und Grünkern enthalten ist. Der Genuss von glutenhaltigen Nahrungsmitteln, selbst in kleinsten Mengen, führt bei Zöliakie betroffenen zu einer nicht normalen Immunreaktion. Folgen sind eine chronische Entzündung des Darms und damit der

Darmzotten, die im Körper die wichtige Aufgabe haben, essentielle Nährstoffe aus der Nahrung aufzunehmen. Eine strenge glutenfreie Ernährung ist derzeit die einzige Therapie, die dem Zöliakie betroffenen eine optimale Gesundheit gewährleistet. In verschiedenen Ländern wurde eine Prävalenz der Zöliakie von etwa 1:100 bis 1:150 beschrieben. Das heißt, dass bis zu 1%

der Bevölkerung von Zöliakie betroffen ist. Jedes Jahr wächst die Anzahl der Zöliakie betroffenen in ganz Europa um circa 10%.

Die einzige Lösung bei Zöliakie besteht darin, auf alle Lebensmittel zu verzichten, die aus glutenhaltigen Getreidesorten hergestellt werden (Brot, Teigwaren, Kuchen, Pizzaböden, Mehl, Kekse, Süßwaren).

VORSORGE MASSNAHMEN ZUR ZUBEREITUNG GLUTENFREIER PRODUKTE

1. **Verwenden Sie nur glutenfreie Lebensmittel (siehe Rückseite), welche von Natur aus glutenfrei sind oder die im Schär Food Service Sortiment erhältlich sind.**
2. Die Arbeitsflächen, auf deren glutenfreie Produkte verarbeitet werden, müssen gründlich gereinigt werden, um eventuelle glutenhaltige Lebensmittelreste zu beseitigen. Am besten verwenden Sie eine separate Fläche, die nur für glutenfreie Verarbeitungen gedacht ist.
3. Das Personal, das mit glutenfreie Produkte arbeitet, muss immer **saubere Bekleidung tragen**.
4. Nach jeder Verarbeitung von glutenhaltigen Lebensmitteln, muss das Küchenpersonal die Hände gründlich waschen.
5. Alle Geräte, Geschirr und Behälter dürfen nicht von glutenhaltigen Lebensmitteln verunreinigt werden.
6. Kochen Sie glutenfreie Produkte immer in **getrennten Töpfen und Pfannen**.
7. Verwenden Sie kein Öl, das bereits für das Frittieren von eingemehlten oder panierten glutenhaltigen Speisen verwendet wurde.
8. Backen Sie glutenfreie Speisen im Ofen nicht zusammen mit glutenhaltigen Speisen.

Regeln für die Servicemitarbeiter

1. Waschen Sie sich nach jedem Kontakt mit glutenhaltigen Speisen die Hände.
2. **Achtung bei Brotbrösel:** Benützen Sie für glutenfreies Brot einen separaten Brotkorb und stellen Sie sicher, dass keine Brotbrösel auf dem Tisch liegen.



SPEZIELL FÜR PIZZERIEN

1. **Bevorzugen Sie den doppelten Ofen:** Diese Lösung ermöglicht es, die Produktion von glutenfreien Pizzen nicht zu unterbrechen.
2. Falls nur ein Ofen zur Verfügung steht, muss man die glutenhaltige Pizzen getrennt von den glutenfreien backen. Benutzen Sie für glutenfreie Pizzen **Backblecher mit hohem Rand**.
3. Nicht Gewürze und Zutaten verwenden, die mit bemehlten Händen oder schmutzigen Geräten in Berührung gekommen sind (Soße, Mozzarella, Origano).



QUALITY BY

FOOD SERVICE

Schär



Für weitere Informationen:
Dr. Schär GmbH
Simmerweg, 12
D-35085 Ebsdorfergrund

Tel. 06424 303 772
Fax 06424 303 107
info@schaer-foodservice.com
www.schaer-foodservice.com

Liste der Lebensmittel für die Zubereitung glutenfreier Speisen

	UNBEDENKLICH glutenfrei	RISKANT Zutatenliste genau lesen!	VERBOTEN glutenhaltig
Getreide	Mais, Reis, Hirse, Buchweizen, Quinoa, Amaranth, Johannisbrotkernmehl, Tapioka, Maniok, Kartoffeln, Kastanien Achten Sie auf die Kontaminationsgefahr bei Getreide – zu bevorzugen sind Diätprodukte mit entsprechender Kennzeichnung	Fertigprodukte (z. B. Kartoffelpüree), Kartoffelchips, Puffreis	Weizen, Hafer, Gerste, Roggen, Dinkel, Spelt, Triticale, Emmer, Kamut, Grünkern, Bulgur, Couscous Alle Teigwaren, Backwaren, Flocken, Müsli, usw. die aus diesen Getreidesorten hergestellt werden
Obst	Alle Früchte und Nüsse	Kandierte Früchte	Bemehltes Trockenobst
Gemüse	Alle Gemüsesorten und Hülsenfrüchte	Gemüsefertiggerichte	Gerichte mit Gemüse und glutenhaltigem Getreide, paniertes oder bemehltes Gemüse
Milchprodukte und Käse	Milch, Naturjoghurt, Sahne, Frischkäse wie Ricotta, Mascarpone, Mozzarella, Parmesan	Cremes und Puddings, fertige Milchshakes, Fertiggerichte mit Milch oder Käse, Schmelzkäse	Joghurt mit Malz, glutenhaltigem Getreide oder Keksen
Fleisch, Fisch und Ei	Alle Fleisch- und Fischarten, Ei	Wurstwaren (Ausnahme Rohschinken), Fertiggerichte und Fertigsoßen mit Fleisch oder Fisch	Fisch oder Fleisch paniert, bemehlt oder mit glutenhaltigen Soßen, Bratheringe, Bratrollmöpse
Fette, Gewürze, Soßen und Backzutaten	Pflanzöl, Butter, Margarine, Schmalz, Essig, reine Gewürze, Salz, Pfeffer	Fertigsoßen, Sojasoßen, Gewürzzubereitungen, Brühwürfel, Backzutaten, z.B. Backpulver	Sauce Béchamel
Süßigkeiten und Süßungsmittel	Honig, Zucker	Schokolade, Bonbons, Kakao, Eis, Kaugummi	Schokolade mit glutenhaltigen Cerealien
Getränke	Erfrischungsgetränke wie Cola und Limonaden, Bohnenkaffee, Tee, reine Fruchtsäfte und Nektar, Sekt, Prosecco, Wein, klare Schnäpse	Fertigmischungen für Frappé, Kakao, Säfte mit Zusatzstoffen	Bier, gersten- oder malzhaltiger Kaffeeersatz, haferhaltige Getränke