

Legende

HS = Harnsäure **F** = Fruktosehaltig **Ei** = Eisenhaltig **L** = Laktosehaltig
G = Glutenhaltig **A** = Aspergillus niger **H** = Histaminhaltig **B** = Basisch
S = Säurebildend **E** = Eiweißlieferant **GI** = niedriger glykämische/r Last/Index

Alphabetische Liste der getesteten Nahrungsmittel

Nahrungsmittel	Reaktion	1	2	3	4	Nahrungsmittel	Reaktion	1	2	3	4
Aal	E,S					Blumenkohl	B				
Agar-Agar	S,Gi					Bohne (dick)	E,S,H				
Agavendicksaft	S,Gi					Bohne (grün/gelb)	E,S,Hs				
Ahornsirup	S,Gi					Bohnenkraut	E,S				
Alfalfa	E,S					Brennnessel	B,H				
<i>Aloe Vera</i>	B					<i>Brokkoli</i>	B				
Amaranth	E,S,Gi,Ei					Brombeere	B				
<i>Ananas</i>	B					Buchweizen	S				
Anis	S					Carob	S,Gi				
Apfel	B,F					Carrageen	Gi				
Aprikose	B,F					<i>Cashewkern</i>	E,A,S,H				
Artischocke	B					Champignon	E,S,H				
<i>Aspergillus niger</i>	A,Gi					Chicorée	B				
Aubergine	B,H					<i>Chili Cayenne</i>	A,S				
Auster	E,S,Hs					Chili habanero	B				
Austernpilz	E,S					Chili jalapeno	B				
Avocado	B,H					Chinakohl	B				
Bambussprossen	E,B					Citronat					
Banane	B,F					Cranberry	B				
<i>Basilikum</i>	S					Dattel	B,Gi,F				
<i>Bäcker-/Bierhefe</i>	S,H					Dill	S				
Bärlauch	B					Dinkel	E,A,S,G,Gi				
<i>Benzoessäure</i>	Gi					Dorade	E,S				
Birne	B,F					Eigelb	E,S				
Blaubeere	B					Eiklar	E,S				
Bleichsellerie	B					Eisbergsalat	B				

Gegen die mit * und roter Farbe markierten Nahrungsmittel liegen keine IgG-Antikörper vor, sie sollten auf Grund der Weisung Ihres Therapeuten, oder der Gefahr kreuzallergischer Reaktionen vermieden, bzw. stark reduziert konsumiert werden.

Nahrungsmittel	Reaktion	1	2	3	4	Nahrungsmittel	Reaktion	1	2	3	4
Endivie	B					Hummer	E,S,Hs,H				
Ente	E,S,Hs,Ei					Ingwer	S				
Erbse	E,S,Hs					Jakobsmuschel	E,S				
Erdbeere	B,F,H					Johannisbeere	B,F				
Erdnuss	A,S,H					Kabeljau	E,S				
Esskastanie	B					Kaffee	A,S,Hs				
Feige	B					Kakaobohne	S,Gi,H				
Feldsalat	B					Kaktusfeige	B,Gi				
Fenchel	B					Kalbfleisch	E,S,Hs				
Foniohirse	Gi					Kamelmilch	E,S,L				
Forelle	E,S					Kamille	B				
Gans	E,S,Hs					Kamut	G,Gi,Ei				
Garnele	E,S,Hs,H					Kaninchen	E,S,Hs				
Gartenkresse	B					Kapern	B				
Gänse-Ei	E,S					Kardamom	B,Gi				
Gerste	E,A,S,G,Gi					Karotte	B				
Gluten	E,B,S,G,Gi					Karpfen	E,S				
Granatapfel	B					Kartoffel	B,Gi				
Grapefruit	B,F,H					Kefir	E,S,L				
Grünkohl	B					Kerbel	B				
Guarkernmehl	E,S,Gi					Kichererbse	E,S,Hs				
Guave	B,Gi					Kirsche	B,F				
Gurke	B					Kiwi	B,Gi,F,H				
Hafer	E,A,S,G,Gi					Knoblauch	B				
Hagebutte	S					Kohlrabi	B				
Hai	E,S					Kokosnuss	S,F				
Halloumi	E,S,L					Kopfsalat	B				
Hase	E,S					Koriander					
Haselnuss	A,S,H					Krebs	E,S				
Heilbutt	E,S					Kreuzkümmel	B				
Hering	E,S					Kuhmilch (roh)	E,S,L				
Himbeere	B,F					Kurkumin	B				
Hirsch	E,S,Hs,Ei					Kümmel	S				
Hirse	E,S,Gi					Kürbis	B,Gi				
Honig	S,Gi					Kürbiskerne	B				
Honigmelone	B,Gi					Labkäse	E,S,L,H				
Huhn	E,S,Hs,Ei					Lachs	E,S				

Gegen die mit * und roter Farbe markierten Nahrungsmittel liegen keine IgG-Antikörper vor, sie sollten auf Grund der Weisung Ihres Therapeuten, oder der Gefahr kreuzallergischer Reaktionen vermieden, bzw. stark reduziert konsumiert werden.

Nahrungsmittel	Reaktion	1	2	3	4	Nahrungsmittel	Reaktion	1	2	3	4
Lamm	E,S,Hs,Ei					Oregano	S				
Lauch	B					Pangasius	E,S				
Lavendel	B					Papaya	B,Gi,F				
Leinsamen	E,S					Paprikagewürz	B				
Liebstöckel	B					Paprikaschote	B				
Limette	B,Gi					Paranuss	E,S				
Linse	E,S,Gi,H					Pastinake	B,Gi				
Litschi	B,Gi					Pektin	Gi				
Lollo rosso	B					Petersilie	B				
Lorbeerblatt	B					Pfeffer (schwarz)	A				
Löwenzahn	B					Pfeffer (weiß)	B				
Lupine	E,S					Pfefferminz	B				
Macadamianuss	E,S					Pfeilwurz	B				
Mais	S,Gi					Pfifferling	E,S,H				
Majoran	B					Pfirsich	B,Gi,F				
Makrele	E,S					Pflaume	B,Gi,F				
Mandarine	B,Gi,F					Piment	B,Gi				
Mandel	E,A,S,H					Pinienkerne	E,S				
Mango	B,Gi,F					Pistazie	E,A,S,H				
Mangold	B					Preiselbeere	B				
Maniok (Wurzel)						Quinoa	E,S,Gi				
Marone	S					Quitte	B,Gi				
Meerrettich	B					Radicchio	B				
Miesmuschel	E,S,Hs,H					Radieschen/ Rettich	B				
Milch (gekocht)	E,S,L					Red Snapper	E,S				
Mirabelle	B,Gi					Reh	E,S,Hs,Ei				
Mohn						Reis	E,S				
Mungobohne	E,S,Hs					Rhabarber	B				
Muskatnuss	B					Ricotta	E,S,L				
Muskraut	B					Rind	E,S,Hs,Ei				
Nektarine	B					Roggen	E,A,S,G				
Nelke	B					Rohrzucker	S,Gi				
Nori-Rotalge	E,S					Rosenkohl	B				
Okra	B					Rosmarin	B				
Oktopus	E,S					Rotbarsch	E,S				
Olive	B					Rotbuschtee	B				
Orange	B,Gi,F,H					Rote Beete	B,Gi				

Gegen die mit * und roter Farbe markierten Nahrungsmittel liegen keine IgG-Antikörper vor, sie sollten auf Grund der Weisung Ihres Therapeuten, oder der Gefahr kreuzallergischer Reaktionen vermieden, bzw. stark reduziert konsumiert werden.

Nahrungsmittel	Reaktion	1	2	3	4	Nahrungsmittel	Reaktion	1	2	3	4
Rotkohl	B					Tannin					
Römischer Salat	B					Tapioka	Gi				
Rucola	B					Tee (grün)	B				
Safran	B					Tee (schwarz)	B				
Salbei	B					Teff	E,Gi,Ei				
Sanddorn	B					Thunfisch	S			■	
Sardellen	E,S					Thymian	S				
Sardine	E,S					Tintenfisch	S			■	
Sauermilchprodukte	E,S,L					Tomate	B,H				
Schafsmilch/ -käse	E,S,L					Topinambur	B				
Schellfisch	E,S					Traganth	Gi				
Schnittlauch	B					Traube/Rosine	B,F				
Scholle	E,S					Truthahn/Pute	E,S,Hs,Ei				
Schwein	S,H,Ei					Vanille	S,Gi				
Schwertfisch	E,S					Vollei	E,S				
See-/Wolfsbarsch	E,S					Wacholder	B,Gi				
Seehecht	E,S					Wachtel	E,S,Hs				
Seelachs	E,S					Wachtel-Ei	E,S				
Seeteufel	E,S					Walnuss	E,A,S,H				
Seezunge	E,S					Wassermelone	B,Gi,F				
Sellerieknolle	B					Weinblätter	B				
Senfkorn	B					Weißkohl	B				
Sesam	E,A,S,H					Weizen	E,A,S,G,Gi			■	
Shiitake	E,S					Wildschwein	E,S,Hs,Ei				
Soja-Bohne	E,A,S,Hs					Wirsing	B				
Sonnenblumenkerne	E,S					Xanthan	Gi				
Sorbinsäure	Gi					Zander	E,S				
Spargel	B,Hs					Ziegenfleisch	E,S,Hs,Ei			■	
Spinat	B					Ziegenmilch/ -käse	E,S,L				■
Spirulina-Blaualge	E,S					Zimt	S				
Stachelbeere	B					Zitrone	B,F,H				
Steckrübe	B					Zitronenmelisse	B				
Steinpilz	E,S,H					Zucchini	B				
Strauss	E,S,Hs,Ei					Zwiebel	B				
Stutenmilch	E,S,L										
Süßkartoffel	B,Gi										

Candida albicans: negativ