

## Mit Allergie auf Reisen? Ihre Checkliste für unterwegs.

Mit einer Nahrungsmittelallergie im spanischen Restaurant?  
Unser Allergiewörterbuch hilft Ihnen mit den wichtigsten  
Begriffen in drei Sprachen weiter.

	Deutsch	Englisch	Spanisch	Französisch
<b>Gewürze</b>	Chili	chili	guindilla	chili
	Curry	curry	curry	curry
	Knoblauch	garlic	ajo	ail
	Muskatnuss	nutmeg	nuez moscada	noix muscade
	Pfeffer	pepper	pimienta	poivre
	Senf	mustard	mostaza	moutarde
	Sesam	sesame seeds	granos de sésamo	graines de sésame
<b>Gemüse</b>	Brokkoli	broccoli	brócoli	brocoli
	Gurke	cucumber	pepino	concombre
	Karotte	carrot	zanahoria	carotte
	Paprika	pepper	pimiento	piment
	Pilze	mushroom	seta	champignon
	Sellerie	celery	apio	céleri
	Spinat	spinach	espinaca	épinard
	Tomate	tomato	tomate	tomate
	Zwiebel	onion	cebolla	oignon
<b>Früchte</b>	Ananas	pineapple	piña	ananas
	Apfel	apple	manzana	pomme
	Banane	banana	plátano	banane
	Birne	pear	pera	poire
	Erdbeere	strawberry	fresa	fraise
	Kirsche	cherry	cereza	cerise
	Kiwi	kiwi	kiwi	kiwi
	Weintraube	grape	uva	raisin
	Zitrusfrüchte	citrus fruits	cítricos	agrumes
	Datteln	date	dátil	datte
	Feigen	fig	higos	figue
<b>Nüsse</b>	Nüsse / Kokosnuss	nut / coconut	nuez / coco	noisette / noix de coco
	Mandeln / Marzipan	almond/ marzipan	almendra / mazapán	amande / masepain

	Deutsch	Englisch	Spanisch	Französisch
<b>Getreide</b>	Dinkel	spelt	espelta	épeautre
	Gerste	barley	cebada	orge
	Gluten	gluten	gluten	gluten
	Hafer	oats	avena	avoine
	Mais	cornflour	maicena	farine de maïs
	Roggen	rye	centeno	seigle
	Weizen	wheat	trigo	blé
<b>Sonstiges</b>	Alkohol	alcohol	alcohol	alcool
	Austern / Krebstiere / Muscheln	oyster / crab / mussel	ostra/ crustáceos/ almeja	huître / crabe / palourde
	Eier	egg	huevo	oeuf
	Fisch	fish	pescado	poisson
	Hefe	yeast	levadura	levure
	Honig	honey	miel	miel
	Käse	chesse	queso	fromage
	Kaffee	coffee	café	café
	Kakao	cocoa	cacao	cacao
	Milchprodukte (Laktose)	milk product (lactose)	producto lácteo (lactosa)	produit laitier (lactose)
	Soja	soya bean	soja	soja
	Weichtiere	mollusc	molusco	mollusque
<b>Fleisch</b>	Huhn	chicken	pollo	poulet
	Lamm	lamb	cordero	agneau
	Rind	beef	ternera	boeuf
	Schwein	pork	cerdo	porc
<b>Vegetarier</b>	kein Fleisch/kein Fisch	no meat/no fish	no carne/no pescado	pas de viande/pas de poisson
<b>Veganer</b>	kein Fleisch oder sonstige tierische Produkte	no meat or other animal products	no carne y otros productos animales	pas de viande ou autres produits animaux
<b>Insekten</b>	Biene	bee	abeja	abeille
	Mücke	mosquito	mosquito	moustique
	Wespe	wasp	avispa	guêpe
<b>Wichtige Ausdrücke</b>	Ich habe eine Allergie gegen ...	I am allergic to ...	Tengo una alergia a ...	J'ai une allergie à ...
	Ich darf nicht essen ...	I am not allowed to eat ...	No debo comer ...	Je ne dois pas manger ...
	Bitte rufen Sie einen Arzt!	Please call a doctor!	Llame al médico por favor!	Appelez un médecin, s'il vous plait!
	Wo ist der nächste Arzt?	Where is the next doctor?	¿ Donde está el médico más cercano?	Où est le médecin le plus proche?
<b>Bei Allergien gegen Medikamente:</b>	Lassen Sie bitte von Ihrem Arzt die Medikamente und Wirkstoffe eintragen (möglichst in Latein), gegen die Sie allergisch sind. Tragen Sie weitere Stoffe ein, gegen die Sie allergisch sind und führen Sie dieses Dokument und Ihren Allergiepass immer bei sich.			