Sprachhilfe für das Ausland

Gerade, wenn Sie die Landessprache nicht oder nur lückenhaft beherrschen, ist es vorteilhaft, wichtige Sätze wie »Ich bin allergisch gegen Allergen X.«, »Ich vertrage Allergen Y auch in kleinsten Spuren nicht« etc. in Schriftform bei sich zu tragen. Diese und andere Hilfen finden Sie auf den folgenden Seiten. Wir haben ganz bewusst darauf verzichtet, die Sätze in Lautschrift aufzuführen. Hier stecken zu viele Fehlerquellen, wenn man die Landessprache nicht beherrscht. Kopieren Sie am besten die entsprechende Seite aus dem Ratgeber und zeigen Sie sie bei der Bestellung im Restaurant.

Ein kurzer Blick in die Speisekarte

Jedes Land hat seine Spezialitäten, die man als Urlauber gern probiert. Doch wie sieht es mit dem Allergenvorkommen in diesen Gerichten aus? Der kurze Blick in die Speisekarte soll Ihnen helfen, landestypische Gerichte nach ihrem Allergengehalt einzuordnen. Aber Vorsicht! Selbst wenn Sie bei Ihrem Allergen kein Kreuzchen finden, heißt das nicht, dass Sie dieses Gericht unbesorgt essen können. Sie sollten sich trotzdem immer noch mal vergewissern, dass Ihr Gericht der Wahl Ihren individuellen Auslöser definitiv nicht enthält.

Zeichenerklärung (gilt für alle Tabellen)
F = Fisch, EN = Erdnuss, KM = Kuhmilch, N = Nuss, Ses = Sesam, Sel = Sellerie, So = Soja, W = Weizen
Die Kreuzchen bei den Allergenen geben nur einen Hinweis auf ein wahrscheinliches Vorkommen. Ein fehlendes Kreuz bedeutet keine definitive Allergenfreiheit.

Reese u.a., Richtig einkaufen bei Nahrungsmittel-Allergien
(ISBN 9783830433514) © 2007 TRIAS Verlag

Dänisch

Wie heißt's auf Dänisch?

Erdnuss	Jordnødder	Sesam	Sesamfrø
Fisch	Fisk	Sellerie	Selleri
Hühnerei	Æg	Soja	Soja
Kuhmilch	Mælk	Weizen	Hvede
Nüsse	Nødder		

Hilfe für das Ausland

Enthält dieses Essen ...?	indeholder denne vare ...?
Sind auch Spuren von ... ausgeschlossen?	kan også spor af ... udelukkes?
Ich bin allergisch gegen ...	jeg er allergisk overfor

Reese u.a., Richtig einkaufen bei Nahrungsmittel-Allergien
(ISBN 9783830433514) © 2007 TRIAS Verlag

Ein kurzer Blick in die Speisekarte

Spezialitäten		Ei	F	EN	KM	N	Ses	Sel	So	W
Blødkogt æg	Weiches Ei	x								
Fiskeboller	Dänisches Nationalgericht mit gewürfeltem Fischfleisch		x							
Fiskefrikadekller	Fischpastetenteller		x							x
Krydder	Speziell gebackenes kleines Brötchenteil									x
Ladkage	Dicker Kuchen mit Creme				x	x				x
Ost	Käse				x					
Røræg	Rührei	x								
Speijlæg	Spiegelei	x								
Sol over Gudhjem	Hering mit rohem Eigelb	x	x							
Smørrebrød	Butterbrot mit Fisch, Ei, Käse, Wurst und Saucen belegt	x	x		x					x
Røget med Spinat	Räucherlachs in Rührei mit Spinat	x	x		x					x

Reese u.a., Richtig einkaufen bei Nahrungsmittel-Allergien (ISBN 9783830433514) © 2007 TRIAS Verlag

(Fortsetzung)

Spezialitäten		Ei	F	EN	KM	N	Ses	Sel	So	W
Grønlandkaal med brunede kartofler	Grünkohl mit glasierten Kartoffeln				(x)					(x)
Svinemørbrad med svedsker og æbler	Schweinebraten mit Backpflaumen				(x)					
Rødgrød med fløde	Rote Grütze mit Sahne				x					(x)
Bondepige med slør	»Verschleiertes Bauernmädchen« geröstetes Roggenbrot mit Apfelmus und Sahne				x					(x)
Ris a l'amande	Reis-Mandel-Pudding				x	(x)				
Citronfromage	Zitronencreme	x			x					(x)
Romfromage	Rumcreme	x			x					(x)

Reese u.a., Richtig einkaufen bei Nahrungsmittel-Allergien (ISBN 9783830433514) © 2007 TRIAS Verlag