

Vilka födoämnen som ingår i respektive test



## Kött

Anka  
Get  
Gås  
Hare  
Hjort  
Kalv  
Kanin  
Rådjur  
Struts  
Vaktel  
Vildsvin  
Fläsk  
Kalkon  
Kyckling  
Lamm  
Nötkött

## Glutenhaltiga sädeslag

Kamutvete  
Gluten  
Havre  
Korn  
Råg  
Speltvete / Dinkel  
Vete

## Glutenfria alternativ

Amarant  
Arrowrot  
Cassava  
Fonio  
Johannesbröd  
Jordärtskocka  
Kastanj  
Lupin  
Quinoa  
Sötpotatis / Batat  
Tapioka / Manioka  
Teff  
Bovete  
Hirs  
Majs  
Ris

## Mejeriprodukter

Halloumi  
Hästmjök  
Kamelmjök  
Kefir  
Kokt komjök  
Ricotta  
Fårmjök och -ost  
Getmjök och -ost  
Komjök  
Komjök + löpe  
Komjök + surkultur

## Fisk & skaldjur

Blåmussla  
Bläckfisk 8-armad  
Hajmal / Havskatt  
Havsabborre  
Hummer  
Marulk  
Ostron  
Pilgrimsmussla  
Räka  
Röd snapper  
Ål  
Ansjovis  
Bläckfisk 10-armad  
Braxen  
Gös  
Haj  
Hälleflundra  
Karp  
Kolja  
Kummel  
Makrill  
Rödspätta  
Sardin  
Sill  
Sjötunga  
Svärdfisk  
Torsk  
Öring  
Gråsej  
Kräfta  
Kungsfisk  
Lax  
Tonfisk

## Grönsaker

Bambuskott  
Chili Habanero  
Chili Jalapeno  
Fänkål  
Moluchia / Juteblad  
Ockra  
Blomkål  
Brysselkål  
Grönkål  
Kinakål / Salladskål  
Kronärtskocka  
Kålrot  
Mangold  
Palsternacka  
Pumpa  
Rädisa röd / vit  
Savoykål  
Sparris  
Spenat  
Stjälk-/Blek-/Bladselleri  
Vitkål  
Aubergine  
Broccoli  
Chili Cayenne  
Gurka  
Kålrappi  
Lök  
Morot  
Oliv  
Paprika  
Potatis  
Purjolök  
Rödbeta  
Rödkål  
Selleri  
Squash / Zucchini  
Tomat

## Baljväxter

Bondböner / Favaböner  
Kikärter  
Linser  
Mungböner  
Gröna böner / Haricots verts  
Gröna ärtor  
Sojaböner

## Nötter & frön

Kokos  
Macadamianöt  
Paranöt / Brasilnöt  
Pinjenöt  
Cashewnöt  
Hasselnöt  
Jordnöt  
Kakao  
Linfrö  
Mandel  
Pistaschnöt  
Pumpakärna  
Sesamfrö  
Solrosfrö  
Vallmofrö  
Valnöt

## Ägg

Hönsäggula  
Hönsäggvita  
Gåsägg  
Vaktelägg  
Hönsägg

## Jäst

Jäst (bageri, bryggeri)

## Sallat

Maskros  
Cikoria  
Endiv  
Isbergsallat  
Lollo rosso  
Radicchio  
Ruccola  
Romansallat  
Huvudsallat  
Machesallat / Vårklynne

Vilka födoämnen som ingår i respektive test



## Frukt

Björnbär  
Blåbär  
Granatäpple  
Grapefrukt  
Guava  
Hallon  
Havtorn  
Honungsmelon  
Kaktusfikon  
Krusbär  
Kvittenfrukt  
Lime  
Lingon  
Mandarin  
Rabarber  
Tranbär  
Vinbär svart / röd  
Avokado  
Dadel  
Fikon  
Gula plommon  
Litchi  
Mango  
Papaja  
Persika  
Plommon/Krikon  
Päron  
Ananas  
Apelsin  
Aprikos  
Banan  
Citron  
Druvor  
Jordgubbar  
Kiwi  
Körsbär  
Nektarin  
Vattenmelon  
Äpple

## Kryddor & örter

Alfalfa  
Anis  
Citronmeliss  
Dill  
Enbär  
Ingefära  
Kapris  
Kardemumma  
Koriander  
Krasse  
Kryddnejlika  
Kryddpeppar  
Kummin  
Kyndel  
Körvel  
Lagerblad  
Lavendel  
Mejram  
Ramslök  
Saffran  
Salvia  
Selleriört / Libbsticka  
Spiskummin  
Vitpeppar  
Gräslök  
Basilika  
Kanel  
Kryddpaprika  
Muskot  
Oregano  
Pepparrot  
Persilja  
Rosmarin  
Senapsfrö  
Svartpeppar  
Timjan  
Vanilj  
Vitlök

## Svamp

Brunssopp  
Kantarell  
Karljohan / Stensopp  
Ostronskivling  
Shiitake  
Champinjon

## Te, kaffe & vin

Garvsyra  
Kaffe  
Kamomill  
Nypon  
Nässla  
Rooibus  
Te grönt  
Te svart  
Pepparmynta

## Sött

Agavesirap  
Lönnsirap  
Honung  
Socker

## Alger

Röda alger (Nori)  
Blå-gröna alger (Spirulina)

## Konserveringsmedel

Bensoesyra (E211)  
Sorbinsyra (E200)

## Förtjockningsmedel

Agar-Agar (E406)  
Karragenan (E407)  
Pektin (E440)  
Dragant (E413)  
Xantangummi  
Guarkärnmjöl (E412)

## Färgämnen

Kurkumin (E100)

## Övrigt

Aloe Vera  
Aspergillus Niger  
Suckatcitron  
Vinblad

## Special

Candida Albicans  
*(ja/nej svar om det finns IgG mot Candida, finns i fotnoten på sida 3 på resultatlistan)*