



Information om hantering av allergener

Allergener

Allergener är ämnen som kan ge en allergisk reaktion, exempelvis klåda, magont och andningssvårigheter. Matallergi uppstår när kroppens immunsystem reagerar onormalt på ett protein i maten.

Vilken information ska ges till gästen?

Det är viktigt att ni ger rätt information till era gäster för att personer som är allergiska eller intoleranta mot dessa ämnen inte ska bli sjuka.

Detta innebär att personal som arbetar med livsmedel måste ha kunskap om allergener och om vad maten innehåller. Era gäster ska få information - muntligt, skriftligt eller på annat tydligt sätt - om vilka allergener som ingår i en rätt eller ett livsmedel som serveras hos er.

För att arbeta förebyggande måste rutiner och arbetssätt finnas genomförda, så att kunskapen och informationen om allergener **alltid finns på plats**. Det gäller även om kocken som tillagat maten inte är där. Gästerna måste även upplysas om *hur* de kan få tillgång till denna information om allergener (t.ex. genom en skylt med "Fråga personalen om allergener", eller skriftlig information om allergener på menyn, osv).

Undvik kontaminering

Det finns saker du ska tänka på för att undvika att maten kontamineras av en allergen. Med kontaminering menas att maten "smittas" av en förorening som inte ska vara i maten.

Tänk på att:

- Hålla utrustning och ytor rena
- Vara noga med handhygien
- Förvara råvaror separerat och skyddat.
- Kontrollera att utrustning som används vid hantering av mat till allergiska gäster är rena.

Allergener som gästen alltid måste informeras om

Enligt EU-förordning 1169/2011 måste alla som serverar oförpackade maträtter redovisa, eller kunna svara på, om de innehåller någon eller några av följande allergener:

- Spannmål som innehåller **gluten** (som vete, korn, råg och havre)
- **Kräftdjur** inkluderar krabbor, hummer, räkor och scampi. Kräftdjur återfinns ofta i räkpasta som används i thailändska curryrätter eller sallader
- **Ägg** återfinns i kakor, majonnäs, pasta, såser och livsmedel glaserade med ägg som vissa bröd
- **Fisk** i fisksåser, buljongtärningar och salladsdressing
- **Baljväxter** som inkluderar **jordnötter**, lupin, soja och lecitin
- **Mjölk**, laktos och mjölkprotein
- **Nötter** och **mandel** som hasselnötter, valnötter, cashewnötter, pekannötter, paranötter, pistagenötter, macadamianötter och Queensland nötter
- **Selleri** inkluderar selleristjälkar, -blad, -frön och rotselleri. Återfinns i sellerisalt, buljongtärningar, sallader och vissa köttprodukter
- **Senap** omfattar flytande senap, senapspulver och senapsfrön
- **Sesamfrön** återfinns i bröd, hummus, sesamolja och tahini (sesampasta)
- **Svaveldioxid** och **sulfit** används som konserveringsmedel i torkad frukt, köttprodukter, grönsaker samt vin och öl
- **Lupin** inkluderar lupinfrön och mjöl och kan ibland hittas i vissa typer av bakverk och pasta
- **Blötdjur** inkluderar musslor, sniglar, bläckfisk och valthornssnäckor. Blötdjur används ofta i ostronsås eller fiskgrytor.

Vad gör livsmedelskontrollen?

Vid livsmedelskontroller kontrolleras det att ni har fungerade rutiner och ett arbetssätt för att kunna informera era gäster om vilka allergener maten ni serverar innehåller.

Vid frågor: kontakta livsmedelsinspektörer på sektorn för samhällsbyggnad, livsmedel@sundbyberg.se