



<u>CARNES</u>	<u>EDULCORANTES</u>	<u>SETAS Y CHAMPIÑONES</u>
vaca	azúcar de caña	champiñón
pollo	miel	<u>PLANTAS-ESPECIAS</u>
pavo	<u>ENSALADAS</u>	vainilla
cordero	lechuga francesa	tomillo
cerdo	canónigo	romero
<u>ALTERNATIVAS A CEREALES Y ALMIDONES</u>	<u>LEGUMBRES</u>	rábano picante
trigo sarraceno	soja	pimienta negra
mijo	judía verde	pimentón
maíz	guisante	perejil
arroz	<u>PESCADOS-MARISCOS</u>	orégano
<u>CEREALES (con gluten)</u>	salmón	nuez moscada
trigo	gallineta	mostaza
gluten	carbonero	canela
espelta	cangrejo de río	albahaca
centeno	atún	ajo
cebada	<u>HUEVOS</u>	<u>TÉ, CAFÉ Y VINO</u>
avena	huevo de gallina	menta
<u>VEGETALES</u>	<u>FRUTAS</u>	<u>FRUTOS SECOS</u>
zanahoria	uva	sésamo
tomate	sandía	semilla de lino
remolacha	piña	semilla de amapola
rábano picante	nectarina	pistacho
puerro	naranja	pipas girasol
pimiento	manzana	pipas calabaza
pepino	limón	nuez
patata	kiwi	cacao
nabo	fresa	cacahuete
lombarda	cereza	avellana
guindilla	banana	anacardo
cebolla	albaricoque	almendra
calabacín	<u>LEVADURAS</u>	<u>LÁCTEOS</u>
brócoli	levaduras (cerveza, pan)	yogur, suero, mantequilla
berenjena	<u>ESPESANTES</u>	leche vaca
apio	harina de guar (E412)	leche-queso oveja
aceituna		leche-queso cabra
repollo		queso vaca