



LABSOLUTE ESSENTIAL TEST

OVERGEVOELIGHEIDSREACTIES OP 40 VOEDINGSMIDDELEN

VLEES

rundvlees
varkensvlees
gevogeltemix (kip, kalkoen)
vleesmix (gans, eend, konijn)

GRANEN

gluten
mais
rijst
spelt
tarwe

GROENTEN

aardappel
courgette
olijf
sla
sojaboon
spinazie
tomaat
wortel
koolmix (kool, savoykool en
broccoli)
bonenmix (linzen, erwten,
witte boon)

DRANKEN

rode wijn
witte wijn
koffie

VIS & ZEEVRUCHTEN

geelvintonijn
zalm
schaaldierenmix (krab,
langoesten, kreeft)
vismix (schol, kabeljauw,
heek, heilbot)

EI

kippenei volledig

FRUIT

ananas
appel
banaan
kiwi
peer
perzik
citrusmix (grapefruit, limoen,
citroen, mandarijn,
sinaasappel)
fruitmix (kers, watermeloen,
aardbei)

NOTEN & ZADEN

notenmix (amandel,
cashewnoot, pinda,
hazelnoot, walnoot)

MELKPRODUCTEN

geitenmelk
koemelk

GISTEN

bakkersgist
biergist

