

# Zöliakie in der Gastronomie

## Tipps und Tricks für ein sicheres glutenfreies Angebot.



the best  
for your  
guests

### WAS IST ZÖLIAKIE?



Autoimmunkrankheit  
gegen Gluten  
ein Leben lang



Betrifft 1%  
der Bevölkerung  
in Europa



Gluten ist enthalten in  
z.B. Weizen, Gerste,  
Roggen, u.v.m.



Folge sind Entzündungen  
im Dünndarm &  
Mangelscheinungen



Einzigste Therapie:  
Lebenslange strikt  
glutenfreie Diät

### GLUTENFREIE ZUBEREITUNG



- **Nur erlaubte Nahrungsmittel verwenden**, also solche, die von Natur aus glutenfrei sind (siehe Rückseite) oder aus glutenfreien Zutaten hergestellt wurden (z. B. Produkte von Schär Foodservice).
- **Speisen und Zutaten getrennt lagern** und grundsätzlich in eigens dafür vorgesehenen, gekennzeichneten und verschlossenen Behältern aufbewahren.
- **Gesonderte Zubereitungsflächen einrichten** und diese Flächen ausschließlich für die Zubereitung von glutenfreien Speisen verwenden. Wenn dies nicht möglich ist: auf jeden Fall **glutenfrei vor glutenhaltig** zubereiten und den Arbeitsplatz penibel reinigen.
- **Saubere und spezielle Arbeitskleidung für die Mitarbeiter/-innen**, die für die Zubereitung von glutenfreien Speisen zuständig sind, ist wichtig. Diese sollten nur für diesen Zweck verwendet oder nach einmaligem Tragen gereinigt werden.
- **Gründliche Handhygiene einhalten**, vor jedem Kontakt mit glutenfreien Nahrungsmitteln.
- **Eigens dafür vorgesehene Kochutensilien & -geschirr nutzen**, die nur für die Zubereitung von glutenfreien Speisen verwendet werden und nicht mit glutenhaltigen Nahrungsmitteln in Berührung kommen dürfen (Bsp.: Maschinen, Kochutensilien, Behälter und Kleingeräte).
- **Niemals dasselbe Öl zum Frittieren** glutenhaltiger und glutenfreier Speisen verwenden. Dasselbe gilt für das Wasser bei der Zubereitung von Pasta.
- **Niemals glutenhaltig und glutenfrei zusammen im Ofen backen**, vorzugsweise einen eigenen Ofen nur für glutenfreie Gerichte verwenden. Wenn ein solcher nicht zur Verfügung steht, **nacheinander backen** und die glutenfreien Speisen auf Blechen mit hohem Rand in den Ofen schieben und keine Umluft verwenden.

### WICHTIG FÜR DEN SERVICE



1. **Glutenfreie Speisen sollten getrennt von glutenhaltigen serviert werden.** Falls dies nicht möglich, glutenfreie Speisen nicht in der selben Hand wie glutenhaltige tragen.
2. **Handhygiene einhalten** - Servicemitarbeiter müssen ihre Hände vor jedem Kontakt mit glutenfreien Nahrungsmitteln gründlich waschen.
3. **Achtung auf Brotkrümel und Brot:** Glutenhaltiges Brot darf nicht in der Nähe von zöliakie betroffenen Gästen abgestellt werden. Sowohl Tische wie auch Kleidung müssen penibel frei von glutenhaltigen Brotkrümeln sein.

### PIZZA - SPEZIAL



1. **Strikte Trennung beim Backen:** Getrennte Öfen bieten den Vorteil der 100% Kontaminationsfreiheit und dass kein Backen unterbrochen werden muss.
2. **Falls nur ein Ofen zur Verfügung steht:** Das Backen glutenhaltiger Pizzen unterbrechen und die glutenfreien Pizzen nicht direkt, sondern **auf Blechen mit hohem Rand in den Ofen schieben. Keine Umluft!**
3. **Nicht die gleichen Zutaten/-behälter verwenden** wie für glutenhaltige Pizzen (Sauce, Mozzarella, Oregano usw.), wenn diese mit bemehlten Händen oder Kochutensilien in Berührung gekommen sind.
4. **Nur glutenfreie Grundzutaten und Saucen verwenden** und diese in entsprechend gekennzeichneten **speziellen Behältern** aufbewahren.

### BEI FRAGEN SPRECHEN SIE UNS GERNE AN!

VIELE TIPPS & GROSSE AUSWAHL  
GLUTENFREIE REZEPTE:

[www.schaer-foodservice.de](http://www.schaer-foodservice.de)



FOODSCHÄRVICE: KOSTENLOSE  
GLUTENFREI-SCHULUNG FÜR DAS GESAMTE TEAM:

[www.foodschaervice.com](http://www.foodschaervice.com)



# Was dürfen ihre Gäste essen?



the best  
for your  
guests

	UNBEDENKLICH glutenfrei	RISKANT Zutatenliste genau lesen!	NICHT ERLAUBT glutenhaltig
<b>Getreide</b>	<p>Mais, Reis, Hirse, Buchweizen, Quinoa, Amaranth, Johannisbrotkernmehl, Tapioka (Maniok), Kartoffeln, Kastanien</p> <p>glutenfreier Hafer (Studien zufolge wird glutenfreier Hafer von den meisten Zöliakiebetroffenen vertragen)</p> <p><i>Achte auf die Kontaminationsgefahr bei Getreide – zu bevorzugen sind Diätprodukte mit entsprechender Kennzeichnung</i></p>	Fertigprodukte (z. B. Kartoffelpüree), Kartoffelchips, Puffreis	<p>Weizen, Gerste, Roggen, Dinkel, Triticale, Emmer, Kamut, Grünkern, Bulgur, Couscous</p> <p>Alle Teigwaren, Backwaren, Flocken, Müsli usw., die aus diesen Getreidesorten hergestellt werden</p>
<b>Obst</b>	Alle Früchte und Nüsse	Kandierte Früchte, Smoothies	Bemehltes Trockenobst
<b>Gemüse</b>	Alle Gemüsesorten und Hülsenfrüchte	Gemüsefertiggerichte (Kartoffelpüree, Pommes)	Gerichte mit Gemüse und glutenhaltigem Getreide, paniertes oder bemehltes Gemüse
<b>Milchprodukte</b>	Milch, Naturjoghurt, Sahne, Frischkäse wie Ricotta, Mascarpone, Mozzarella, Parmesan	Cremes und Puddings, fertige Milchshakes, Fertiggerichte mit Milch oder Käse, Schmelzkäse	Joghurt mit Malz, glutenhaltigem Getreide oder Keksen
<b>Fleisch, Fisch und Ei</b>	Alle Fleisch- und Fischarten, Ei	Wurstwaren, Fertiggerichte und Fertigsoßen mit Fleisch oder Fisch	Fisch oder Fleisch paniert, bemehlt oder mit glutenhaltigen Soßen, Bratheringe, Bratrollempöse
<b>Fette, Gewürze, Soßen und Backzutaten</b>	Pflanzenöle, Butter, Margarine, Schmalz, Essig, reine Gewürze, Salz, Pfeffer	Fertigsoßen, Sojasoßen, Gewürzzubereitungen, Brühwürfel, Backzutaten (z.B. Backpulver)	Béchamel-Sauce
<b>Süßigkeiten und Süßungsmittel</b>	Honig, Zucker	Schokolade, Bonbons, Kakao, Eis, Kaugummi	Schokolade mit glutenhaltigen Cerealien
<b>Getränke</b>	Erfrischungsgetränke wie Cola und Limonaden, Bohnenkaffee, Tee, reine Fruchtsäfte und Nektar, Sekt, Prosecco, Wein, klare Schnäpse	Fertigmischungen für Frappé, Kakao, Säfte mit Zusatzstoffen, Braumeisters Limonade	Bier, gersten- oder malzhaltiger Kaffeeersatz, haferhaltige Getränke

Bitte beachten: diese Listen haben keinen Anspruch auf Vollständigkeit - mehr Infos gibt es z.B. bei den Zöliakiegesellschaften.