

## verboten

Vorsicht bei frisch-Produkten und Körnern



Gluten

Weizen / Weizenstärke <sup>1</sup>

Gerste / Gerstenmalz <sup>1</sup> / -extrakt <sup>1</sup>

Hafer <sup>1</sup>

Roggen

Dinkel

Emmer

Grünkern

Triticale

Einkorn

Weizeneiweiß

Kamut

Weißenkleber

Bulgur

Seitan

(<sup>1</sup> bei gf Kennzeichnung u.U. erlaubt)

Schär, Hammermühle, Back Mühle, Alnavit  
Rewe: Rewe frei von  
Netto: Viva vital / Penny: Naturgut  
Kaufland: K-free / Lidl: free from  
DM: Bio Glutenfrei / Edeka: edeka glutenfrei  
Aldi: enjoy free / Coop: Free from

(bei vorrätiger Verfügbarkeit)

Mais  
Reis  
Hirse  
Buchweizen  
Quinoa  
Amaranth  
gf Hafer  
Kastanien  
Johannisbrotkernmehl  
Tapioka (Maniok)  
Guarkernmehl  
Kartoffeln



erlaubt (Auswahl)