

## Erdnüsse

Die Erdnuss ist keine Nuss, sondern gehört botanisch zu den Leguminosen. Sie ist eine wichtige Fett- und Eiweißquelle und wird in der Nahrungsmittelindustrie als Mehl, Paste oder Öl vielseitig eingesetzt.



Als Hauptallergene konnten **Ara h1, h2, h3** und **h6** identifiziert werden, die z. T. schon Reaktionen ab einer Schwellendosis unter 1 mg auslösen können. Auch nach geringem Kontakt über die unversehrte Haut oder durch Einatmen kleinster Partikel sind allergische Symptome möglich.

Eine Erdnussallergie beginnt schon in frühester Kindheit und kann sehr heftige und lebensbedrohliche Reaktionen auslösen.

Verarbeitungsprozesse, wie z.B. Erhitzen oder Rösten erhöhen das allergene Potential.

**Kreuzallergien** sind mit Hasel- oder Walnüssen, aber auch mit Hülsenfrüchten, Äpfeln, Birken- und Beifußpollen, Guarkern-, Johannisbrotkernmehl, Kokosnuss, Lakritz, Mandeln, Pfirsich, Platanenpollen, Reis, Pistazien, Tomaten, Latex, Süßlupinen- und Weizenmehl möglich.

**Folgende Produkte können Erdnuss enthalten:** Backwaren, Milchprodukte mit Nusszubereitung, Brotaufstriche, Müsli, Frühstücksflocken, Süßwaren wie Schokolade und Kekse, Soßen, frittierte Produkte, Eis und Cremespeisen, Knabberartikel, Getränke wie Sport,- Diätgetränke, Instantpulver, Kakao, aromatisierter Kaffee, Likör.

**Achtung bei** Gerichten asiatischer, mexikanischer, afrikanischer und amerikanischer Küche. Auch kaltgepresste Öle anderer Pflanzen, wie Oliven- oder Nussöle, die in kleineren Ölmöhlen hergestellt wurden, können mit Erdnussbestandteilen kontaminiert sein.

Die meisten tödlichen, anaphylaktischen Reaktionen auf Nahrungsmittel werden auf Erdnüsse zurückgeführt. Daher müssen die eingesetzten Lebensmittel sorgsam auf mögliche Spuren und Kontaminationen überprüft werden.