

## 96 livsmedelsom ingår i matintoleranstest

### Mjölksprodukter

Kasein, ostämne  
Ost  
Keso  
Mozzarella ost  
Vassleprotein  
Mjölk och andra mjölkprodukter  
Getmjölk  
Yoghurt, creme fraiche, alla typer syrad mjölk.

### Kött / Fågel / Ägg

Nötkött  
Kyckling  
Äggvita  
Äggula  
Lamm och fårkött  
Fläskkött

### Diverse

Kakaoböna  
Kaffeböna  
Honung  
Socker (råsocker)  
Bakjäst  
Öljäst

### Frukt

Äpple  
Aprikos  
Banan  
Blåbär  
Tranebär  
Röda druvor  
Grapefrukt  
Citron  
Apelsin  
Papaya  
Persika  
Päron  
Ananas  
Plommon  
Hallon  
Jordgubbar

### Fisk/Skaldjur

Musslor  
Torsk  
Krabba  
Flundra  
Hummer  
Ostron  
Red Snapper =  
Lax  
Räkor  
Sjötunga  
Tonfisk

### Säd, bönor, nötter

Mandlar  
Amarant  
Korn  
Kidneyböno  
Limabönor  
Bruna bönor  
Sojabönor  
Snitt-, vax-, brytbönor  
Bovete  
Kokosnöt  
Majs  
Hasselnöt  
Gliadin Veteprotein  
Gluten Protein ämne i säd  
Linser  
Havre  
Gröna ärtor  
Jordnötter  
Pecannötter  
Vitt ris  
Råg  
Sesam  
Spelt / dinkel  
Solros frö  
Valnöt  
Helt vete

### Grönsaker

Sparris  
Avocado  
Rödbeta och andratyper betor  
Broccoli  
Kål  
Morot  
Blomkål  
Selleri  
Gurka  
Vitløk  
Sallad  
Svamp  
Svarta oliver  
Lök  
Grön paprika  
Söt potatis (Yams rot)  
Potatis  
Pumpa  
Pepparrot  
Spenat  
Squash  
Tomat  
Svarta oliver  
Lök  
Grön paprika  
Söt potatis (Yams rot)  
Potatis  
Pumpa  
Pepparrot  
Spenat  
Squash  
Tomat

