



## Quinoa

Quinoa (*Chenopodium quinoa*) kann IgE-vermittelte Allergien auslösen, hauptsächlich durch Speicherproteine (z. B. 11S-Globuline). Symptome reichen von Urtikaria bis Anaphylaxie; selten, aber dokumentiert. Kreuzreaktivität mit Amaranth oder Gänsefußgewächsen möglich.

## Nährstoffe

## Rezept Zubereitungsschritte



Hautausschlag, Nesselsucht, Juckreiz, Schwellung, Verdauungsprobleme, Atemnot, Anaphylaxie



Vermeidung, Antihistaminika, Adrenalin-Autoinjektor, Ärztliche Beratung, Notfallversorgung, Ernährungsalternativen, Etiketten lesen

David Janitzek Diets  
Premium  
Krumbacher Straße 26  
86424 Dinkelscherben,  
Deutschland  
Umsatzsteuer-ID:  
DE453108867

Kontakt:  
E-Mail: [support@dietspremium.com](mailto:support@dietspremium.com)  
Tel.: 0 1520 744 5675

Web:  
[dietspremium.com](http://dietspremium.com)

Bankverbindung  
Bank: Deutsche Bank  
IBAN: DE26 7207 0024 0064 1910 00  
SWIFT (BIC): DEUTDEDB720

*pdf.export.disclaimer*