

Avec cette information, vous pouvez informer le personnel de cuisine et de service :

Je suis cœliaque ! Pour des raisons médicales, je ne peux pas manger de gluten. Même des traces infimes peuvent provoquer des problèmes de santé chez moi.

Il est interdit de consommer du gluten : Le blé, l'épeautre, le seigle, l'orge et les produits qui en sont issus comme la pâte, les pâtes alimentaires, le pain, les gâteaux, la chapelure. Les sauces ou soupes liées avec de la farine. Pour les produits finis et les épices, il faut absolument vérifier la déclaration des ingrédients pour savoir s'ils contiennent du gluten.

Autorisés : riz, maïs, millet, pommes de terre, avoine sous licence sans gluten, légumes, fruits, viande et poisson ; œufs, lait et produits laitiers. Féculé de maïs et de pomme de terre.

Attention !

Lors de la préparation, il faut veiller à ce qu'il n'y ait pas de contamination. Utiliser des poêles, des louches et des cuillères séparées et soigneusement nettoyées.

Merci de respecter ces indications pour ma santé.

