



Ich vertrage kein Gluten und muss streng glutenfrei essen. Schon kleine Mengen schaden mir, auch Krümel und Mehlstaub.

- Bitte kein Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste und kein normaler Hafer, auch nichts daraus: Brot, Nudeln, Paniermehl, Soßen mit Mehl.
- Bitte auch prüfen: Sojasoße, Brühe, Gewürzmischungen, Bier und Frittierfett, in dem Paniertes gebacken wurde.
- Bitte saubere Töpfe, Pfannen, Bretter und Utensilien verwenden.
- Gut geeignet: Reis, Kartoffeln, Mais, Fleisch, Fisch, Eier, Gemüse und Obst, ohne Soße oder Panade.

Vielen Dank für Ihre Hilfe!



pinnry.com



I cannot tolerate gluten and must eat strictly gluten-free. Even small amounts harm me, including crumbs and flour dust.

- Please no wheat, spelt, rye, barley or regular oats, and nothing made from them: bread, pasta, breadcrumbs, sauces thickened with flour.
- Please also check: soy sauce, stock, spice mixes, beer and frying oil used for breaded food.
- Please use clean pots, pans, boards and utensils.
- Suitable: rice, potatoes, corn, meat, fish, eggs, vegetables and fruit, without sauce or breading.

Thank you very much for your help!



pinnry.com