

LABORATORIO DI ANALISI CLINICHE "DE SANCTIS"

VIA MERULANA, 13

00185 ROMA

PROVE TOSSICHE ALIMENTARI

Grano

Se siete intolleranti al grano evitate i seguenti alimenti:

- Farina bianca o farina integrale
- pasta
- pane
- pizza
- crusca di grano - germe di grano- fibre di grano
- biscotti - crackers - fette biscottate
- torte - dolci - pasticcini
- crema pasticcera
- pastelle per carne - pesce - altre frittture
- alcolici come whisky - gin - birra – vodka (eccetto quella di patate)

Controllate la lista dei vari ingredienti nei seguenti prodotti:

- cioccolato
- dadi da brodo
- dolci in genere
- salse
- ragu'
- ripieni di alimenti surgelati
- salsa di soia
- minestre già pronte

Come farine alternative si possono provare:

- riso - farro - kamut - magnochia - tapioca - quinoa - soia - amaranto

