Ingrédients contenant du gluten

A...

- Ale
- Agents anti agglomérant
- Acides aminés végétaux
- All bran
- Amidon
- Amidon modifié ou transformé si source inconnue
- Amidon de blé
- Anchois
- Amarante (contamination possible)
- Arrow roots (contamination possible)
- Ail en poudre (contamination possible)
- Arômes
- Arômes malt
- Assaisonnements sans précisions
- Avoine
- Alcool de grain
- Aneth en poudre (contamination possible)

B...

- Blé
- Blé durum
- Bière
- Bouillons
- Boulgour ou bulghur
- Blé entier ou germé
- Base de soupe à l'oignon
- Beurre arachide contenant sucre glace

C...

- Capsules ou gélules glutinisées
- Chapati
- Chapelure
- Couscous
- Croutons
- Colorant caramel
- Concentré de poivre (contamination possible)
- Café soluble ou instantané (vérifier la composition)
-

D...

- Dextrine
- Dextrose (sucre et non protéine donc ne contiendrait pas de blé mais je n'en prends pas)
- Durum
- Dérivés de protéines végétales hydrolysées
- Dextri maltose

E...

- Epices en poudres (sauf si pures)
- Epaississants
- Epeautre
- Extrait de malt
- Extrait d'orge malté
- Extrait soluble de blé
- Extrait soluble de blé grillé
- Epices mélangées (vérifier l'amidon)
- Essences
- Essences artificielles
- Essences caramel

- Essences fromages
- Essences quillaja
- Extrait
- Extrait de bette
- Extrait de bœuf
- Extrait de gousse de vanille
- Extrait de levure/levure autolysée
- Extrait de malt
- Extrait de pancréas
- Extrait de protéines végétales hydrolysées
- Extrait de paprika
- Extrait de quillaja
- Extrait de rocou
- Extrait de vanille
- Extrait d'épices
- Extrait d'orge maltée
- Extrait naturel de vanille
- Extrait sec de beurre
- Extrait sec de palourdes
- Extrait sec de sirop de maïs
- Extrait solubles de blé grillé
- E14... sont des amidons modifiés
- E411. E1411. E1412. E1400. E1401. E1402. E1403. E1404. E1405. E1410. E1413. E1414. E1420. E1421. E1422. E1423.
- E1440. E1442. E1443. E160B.

F...

- Farina
- Farine blanche
- Farine d'amidon de blé
- Farine de blé

- Farine d'avoine
- Farine de gluten
- Farine de malt
- Farine de moutarde (possible contamination)
- Farine d'orge
- Farine enrichie
- Farine de Graham
- Farine d'épeautre
- Farine de seigle
- Farine de kamut
- Fécule sans précisions
- Fécule de blé
- Fécule alimentaire modifiée
- Fécule gélifiée
- Fécule modifiée
- Figues (sauf si l'enrobage ne contient pas de farine)
- Flocons d'avoine ou gruau
- Fromage bleu (interdit si les moisissures sont obtenues à partir de mie de pain)
- Fromage fondu (peu contenir farine ou amidon)
- Froment

G...

- Germe de blé
- Gluten
- Glutenine
- gliadine
- Glaçage à confiseur (contient souvent amidon)
- Gruau
- Graisses végétales
- Gras hydrogéné

- Glutamate mono sodique (à vérifier)
- Grand marnier (peut contenir des traces de gluten)

H...

- Harissa (si contient amidon de source inconnue)
- Hostie
- Huile de germe de blé

K...

- Kamut
- Kirsch

L...

- Lactosérum
- Lager
- Lait malté
- Lécithine (de source inconnue ou provenant d'une céréale à éviter)
- Lécithine végétale (si source inconnue ou provenant d'une céréale à éviter)
- Levure artificielle
- Levure autolusée
- Levure chimique
- Levure de bière
- Levure rapide
- Levure sèche

Pour toutes les levures, toujours vérifier l'amidon et privilégier les levures bio et/ou certifiées.

- Liqueur de malt
- Liant protéinique végétal

M...

- Malt
- Matzoh
- Matières amylacées
- Matières grasses allégées
- Maltodextrine (
- Malto
- Miso
- Margarine (vérifier compo)
- Mélanges d'herbes (peuvent contenir de l'amidon)
- Maltitol
- Maltose
- Moutarde (vérifier compo car peuvent contenir amidon)

N...

- Nouilles de blé

O...

- Orge
- Oignon en poudre (peut contenir amidon)

P...

- Pain azyne
- Pate à modeler (si ça compte, les enfants y goutent volontiers lol)
- Poudre de malt
- Poudre de lait malté
- Pipil
- Porter
- Protéines végétales
- Protéines végétales hydrolysées

- Protéines végétales texturisées
- Protéines de plantes hydrolysées
- Polenta (sauf certifiées ou ne contenant pas de traces de gluten)
- Polyol
- polypeptides
- Pate d'anchois (vérifier compo)

R...

- Roquefort (moisissures de mie de pain)
- Rhum (pour ce qui est de l'alcool, la distillation enlève le gluten parait-il, demandez conseils aux fabricants)

S...

- Sauce soja (sauf certifiée sans gluten)
- Seigle
- Seitan
- Semoule
- Sirop de malt
- Sirop de glucose
- Sirop de riz
- Sirop inversé
- Son
- Shoyo
- Stout
- Soupane
- Scotch (fabriquer à partir de malt)
- Sirop de raffinerie
- Sirop doré
- Saveur artificielle (excipient peut contenir farine ou amidon)
- Sucre glace (vérifier toujours la compo)
- Surimi (sauf sans gluten)

T...

- Tempeh
- Tamari
- Triticale

V...

- Vermicelle de blé
- Vinaigre de malt
- Vitamines (toujours vérifier l'excipient)
- Vodka (sauf celle provenant de pomme de terre)
- Vinaigre blanc
- Vinaigre blanc distillé