

INFORMACIÓN SOBRE ALÉRGENOS EN LOS ESTABLECIMIENTOS DE RESTAURACIÓN

En una persona con alergias o intolerancias alimenticias el consumo de un alimento con ingredientes alérgicos puede provocarle daños graves. La sintomatología puede ir desde una reacción cutánea hasta causarle un choque anafiláctico y la muerte.

Los establecimientos de restauración tienen que **proporcionar información a los consumidores** sobre las sustancias o los alimentos que pueden provocar alergias o intolerancias con el fin de prevenir cualquier reacción adversa. Por eso, el personal de restauración tiene que conocer y saber identificar los ingredientes de los platos que se sirven en sus establecimientos.

1/¿De qué alérgenos se tiene que informar?

El Reglamento (UE) 1169/2011 sobre información al consumidor establece la obligatoriedad de informar sobre la presencia de los 14 grupos de alimentos siguientes:



2/¿Cómo se tienen que identificar los alérgenos de cada uno de los platos elaborados?

Cuando se elabora un plato, hay que tener en cuenta los ingredientes que se han utilizado para elaborarlo porque tienen que constar por escrito en la **ficha de elaboración técnica o receta**, donde también se tienen que **identificar e indicar los alérgenos**.

En caso de que utilicemos productos envasados, en la lista de ingredientes de la etiqueta, encontraremos resaltados los ingredientes que causan alergias o intolerancias —en **negrita**, *cursiva*, **MAYÚSCULAS**, subrayados o con **color de fondo**. Esta información también se tiene que incorporar a la receta.

Podéis solicitar también a vuestro proveedor la ficha técnica del producto envasado, donde hay información sobre los alérgenos.

Burguer meat vacuno

Ingredientes: Carne de vacuno (95%), **soja**, almidón, sal, agua, dextrosa, conservador: E-224 (**sulfitos**)

Pastel de manzana

Ingredientes: manzanas, harina de **soja**, *mantequilla*, azúcar, agua, dextrosa, levadura, **huevos**, **leche** desnatada



Haremos la **ficha de elaboración o receta** de cada plato.

Ficha de elaboración / Crema catalana

INGREDIENTES

- Yema de huevo pasteurizada
- Azúcar
- Almidón de trigo
- Piel de limón
- Leche UHT entera
- Canela

PREPARACIÓN

- 1** Mezclad la leche con la piel del limón y la canela.
- 2** Mezclad los huevos con el azúcar y el almidón.
- 3** Templad la leche y añadidla a la mezcla de huevos, azúcar y almidón sin dejar de remover.
- 4** Ponedlo a cocer a fuego suave hasta que quede espeso (¡Vigilad que no hierva!).
- 5** Ponedlo en el plato y enfriadlo inmediatamente.



ALÉRGENOS

Para poder informar mejor de los alérgenos al consumidor hay que hacer una tabla resumen de los que contiene cada plato.

Tabla resumen de los alérgenos de cada plato

PLATO	GLUTEN	CRUSTÁCEOS	HUEVOS	PESCADO	CACAHUTES	SOJA	LECHE	MOSTAZA	SÉSAMO	SULFITOS	APIO	MOLUSCOS	FRUTA SECA	ALTRAMUCES
Canelones	X						X							
Crema catalana	X		X				X							
Hamburguesa						X				X				
Pastel de manzana			X			X	X							

3/¿Cómo se tiene que informar a los consumidores sobre los alérgenos?

La información sobre los alérgenos se puede proporcionar **oralmente**,  pero el **establecimiento** siempre la tiene que tener de **manera escrita** o en **soporte electrónico**.



La información tiene que estar a disposición del personal del establecimiento, de los consumidores que la soliciten y también de las autoridades de control.

Si se opta por la información oral, el establecimiento también la tiene que tener expuesta mediante un **letrero en un lugar visible**



En la carta se tienen que indicar los ingredientes que contienen alérgenos. Hay que tener en cuenta que cualquier cambio de ingredientes de un plato, en caso de que contengan alérgenos, se tiene que hacer constar en la carta.