

myfoodprofile mediterranean advanced 1

 Glutenhaltige Getreide	 Nüsse & Samen	 Obst
Couscous	Mohn	Rote Johannisbeere
Dinkelmehl	Paranuss	Schwarze Johannisbeere
Gerstenmehl	Pinienkerne	Wassermelone
Gluten	Pistazie	Weintraube (hell, blau)
Haferkleie	Sesam	Zitrone
Hartweizenmehl	Sonnenblumenkerne	 Gemüse
Malz	Walnuss	Artischocke
Roggenmehl	 Obst	Aubergine
Weizenkleie	Ananas	Blattsalat-Mix (Kopfsalat, Eisbergsalat)
Weizenmehl	Apfel	Blumenkohl
 Glutenfreie Getreide & alternative Nahrungsmittel	Aprikose	Brokkoli
Amaranth	Avocado	Chicorée
Buchweizenmehl	Banane	Feldsalat
Hirse	Birne	Fenchel
Mais	Blaubeere	Grünkohl
Quinoa	Brombeere	Hokkaido-Kürbis
Reis	Cranberry	Karotte
 Hülsenfrüchte	Dattel	Kartoffel
Erbse	Erdbeere	Kohlrabi
Grüne Bohne	Feige	Lauch
Kichererbse	Goji-Beere	Mangold
Kidneybohne	Granatapfel	Maniokwurzel
Linse	Grapefruit	Olive
Saubohne	Himbeere	Paprika
Sojabohne	Kirsche	Pilz-Mix 1 (Austernpilz, Champignon, Shiitake-Pilz, Pfifferling)
Weißer Bohne	Kiwi	Pilz-Mix 2 (Maronenröhrling, Gemeiner Steinpilz)
 Nüsse & Samen	Limette	Rosenkohl
Cashewkern	Litschi	Rote Beete
Chiasamen	Mandarine	Rotkohl
Erdnuss	Mango	Rucola
Esskastanie	Maulbeere	Salatgurke
Hanfsamen	Melonen-Mix (Honigmelone, Cantaloupe-Melone)	Schalotte
Haselnuss	Nektarine	Sellerie
Kokosnuss	Orange	Spargel
Kolanuss	Papaya	Spinat
Leinsamen	Pfirsich	Süßkartoffel
Macadamianuss	Pflaume	Tomate
Mandel	Rhabarber	
	Rosine	

myfoodprofile mediterranean advanced 1

 Gemüse	 Fisch & Meeresfrüchte	 Kräuter & Gewürze
Weinblatt	Hechtdorsch	Knoblauch
Weißkohl	Hering	Koriander
Zucchini	Herkuleskeule	Kreuzkümmel
Zwiebel	Himanthalia elongata	Lorbeerblätter
 Milchprodukte & Ei	Hummer	Majoran
Beta-Laktoglobulin	Kabeljau	Meerrettich
Eigelb (Huhn)	Kalmar	Minze
Eiweiß (Huhn)	Karpfen	Muskatnuss
Kasein	Kaviar	Oregano
Kuhmilch	Krabbe	Petersilie
Mozzarella	Krake	Pfeffer (schwarz, weiß)
Schafsmilch	Lachs	Rosmarin
Ziegenmilch	Makrele	Safran
 Fleisch	Miesmuschel	Salbei
Ente	Rote Fleckbrasse	Senfsamen
Huhn	Sardelle	Süßholzwurzel
Kaninchen	Sardine	Thymian
Lamm	Schwertfisch	Vanille
Pferd	Seeteufel	Zimt
Reh	Seezunge	 Verschiedenes
Rind	Sepia	Agar-Agar
Rothuhn	<i>Spirulina</i> spp.	Aloe vera
Schwein	Steinbutt	Bäckerhefe
Strauß	Thunfisch	Bierhefe
Truthahn	Venusmuschel	Distelöl
Wachtel	Wolfsbarsch	Grüner Tee
Ziege	Zackenbarsch	Honig
 Fisch & Meeresfrüchte	 Kräuter & Gewürze	Johannisbrotkernmehl
Aal	Anis	Kaffee
Auster	Basilikum	Kakaobohne
Dorade	Cayennepfeffer	Rapssamen
Felsen-Entenmuschel	Chili	Schwarzer Tee
Flunder	Curry	Zuckerrohr
Forelle	Dill	
Garnele	Estragon	
Gemeine Herzmuschel	Gewürznelke	
Gerade Scheidenmuschel	Hopfen	
Große Pilgermuschel	Ingwer	
Hecht	Kamille	
	Kapern	