

MITTAGSGERICHTE MO.-FR. VON 11:30 - 14:30 UHR (AUSSER FEIERTAGS)

Wir servieren mit bestem Basmati Reis

M1. Alu Channa L Kichererbsen mit Kartoffeln und Zwiebeln in Currysoße Chick peas with potatoes and onions in curry sauce	9,90 €
M2. Sabji Koftas L Gemüseklößchen in würziger Currysoße Vegetable dumplings in spicy curry sauce	10,90 €
M3. Mango Sabji G, H Frisches Gemüse in Mandel-Mango-Sahnesoße Fresh vegetables in almond mango cream sauce	10,90 €
M4. Palak Paneer G, H Häusgemachte Käse mit frischem Spinat und Ingwer in Masala-Soße Homemade cheese with fresh spinach and ginger in masala sauce	11,50 €
M5. Dal Tarka G Indische Linsen mit Kräutern Indian lentils with herbs	10,90 €
M6. Chili Chicken Frisches Hähnchenbrustfilet nach berühmter Nordindischer Art Fresh Chicken breast fillet according to famous North Indian art	11,50 €
M7. Mango Chicken G, H Frisches Hähnchenbrustfilet in Mandelsahne-Soße mit Mango Fresh Chicken breast fillet in almond cream sauce with mango	11,50 €
M8. Chicken Sabji G, H Frisches Hähnchenbrustfilet mit frischem Gemüse, Kokosnussmilch und Ingwer Fresh Chicken breast fillet with fresh vegetables, coconut milk and ginger	11,50 €
M9. Murg Tikka Masala G, H Frisches Hähnchenbrustfilet mariniert und gegrillt in einer Tomaten Mandel-Sahnesoße Fresh Chicken breast fillet marinated and grilled in an almond cream sauce	11,50 €
M10. Chicken Jhalfrezi L → Frisches Hähnchenbrustfilet mit Tomaten, Paprika, Zwiebeln und Ingwer Fresh Chicken breast fillet with tomatoes, peppers, onions and ginger	11,50 €
M11. Mango Chicken Sabji G, H Frisches Hähnchenbrustfilet mit frischem Gemüse, Kokosnussmilch und Ingwer Fresh Chicken breast fillet with fresh vegetables, coconut milk and ginger	11,50 €
M12. Chicken Madras G, H Frisches Hähnchenbrustfilet mit Kokosnussflocken in sehr scharfen Currysoße Fresh Chicken breast fillet with coconut flakes in very sharp curry sauce	11,50 €







MITTAGSGERICHTE MO.-FR. VON 11:30 - 14:30 UHR (AUSSER FEIERTAGS)



Wir servieren mit bestem Basmati Reis

M13. Murg Tikka G Frisches Hähnchenbrustfilet mariniert in Joghurt und Gewürzen Fresh Chicken breast fillet marinated in yogurt and spices	12,50 €
M14. Lamm Korma G, H Frisches Lammfleisch in Mandel-Sahnesoße Fresh Lamb in nuts sauce	13,50 €
M15. Lamm Achari L Zartes Lammfleisch mit frischem Gemüse in Sauer-Scharf-Soße Tender lamb meat with fresh vegetables in sour-sharp sauce	13,50 €
M16. Beef Sabji G, H Frisches Rindfleisch und frisches Gemüse, Kokosnussmilch und Ingwer Fresh Beef and fresh vegetables, coconut milk and ginger	13,50 €
M17. Beef Korma G, H Frisches Rindfleisch in Mandel-Sahnesoße Fresh Beef in walnut sauce	13,50 €
M18. Ente Bombay L Entenbrustfilet mariniert und gegrillt, frisches Gemüse, Kokosnussmilch und Ingwer, ohne Haut Duck breast fillet marinated and grilled, fresh vegetables, coconut milk and ginger, without skin	13,50 €
M19. Ente Mango G, H Entenbrustfilet mariniert und gegrillt in Mandel-Mango-Sahnesoße, ohne Haut Duck breast fillet marinated and grilled in almond mango cream sauce, without skin	13,50 €
M20. Beef Niligri Frisches Rindfleisch mit Minze, frischem Koriander und Spinat in Kokosnussmilchsoße Fresh Beef with mint, fresh coriander and spinach in coconut milk sauce	13,50 €
M21. Shimla Ente Entenbrustfilet mariniert und gegrillt in einer Tomaten-Mandeln-Sahne-Soße Duck breast fillet marinated and grilled in a tomato and almond cream sauce	13,50 €
M22. Lamm Vindalo Frisches Lammfleisch mit Kartoffeln in einer sehr Scharfe Currysoße Fresh Lamb with potatoes in a very hot curry sauce	13,50 €
M23. Hiryali Tikka G Frisches Hähnchenbrustfilet mariniert in Joghurt, Minze, frischen Koriander und grönen chili Fresh Chicken breast fillet marinated in yogurt, mint, fresh coriander and green chili	12,50 €
M24. Malai Tikka G Frisches Hähnchenbrust mariniert in Joghurt, Käse und Gewürzen Fresh Chicken breast marinated in yogurt, cheese, and spices	12,50 €







APERITIFS

1. Hauscocktail alkoholfrei	0.2 l	6,50 €
2. Glas Prosecco / mit mango	0.2	4,50 €
3 Cranberry Spritz Cranberry saft Prosecco, Aperol Cranberry juice Prosecco, Aperol	0.2	6,50 €
4. Hugo	0.2 l	6,50 €
5. Shimla Spritz Prosecco, Mango-Fruchtsaftgetrank, Aperol Prosecco, mango fruit juice drink, Aperol	0.2	6,50 €
6. Aperol-Sprizz	0.2	6,50 €
7. Mango-Sprizz Prosecco, Mango-Fruchtsaftgetrank, Campari Prosecco, Mango fruit juice drink, Campari	0.2	6,50 €
8. Maracuja Sprizz Prosecco, Maracuja -Fruchtsaftgetrank, Campari Prosecco, Maracuja fruit juice drink, sparkling water, Campari	0.2	6,50 €
9. Cranberry - Guava Spritz Cranberry - Guava, Saft Prosecco Campari Cranberry - Guava, juice Prosecco Campari	0.2	6,50 €
10. Lychee Sprizz Prosecco, Lychee -Fruchtsaftgetrank, Campari Prosecco, Lychee fruit juice drink, sparkling water, Campari	0.2	6,50 €
11. Cuba Libre	4 cl	7,90 €
12. Gin Tonic	4 cl	8,90 €
13. Whisky Cola/Soda	4 cl	9,90 €





SUPPEN	
14. Dal Suppe Linsensuppe	5,50 €
15. Tomaten Suppe Tomatensuppe	5,50 €
16. Chicken Creme Suppe Hühnercremesuppe	5,90 €
17. Mulligatawny Suppe Linsen, Reis und Hühnerfleisch	5,90 €
18. Shrimps Suppe (Scharf) — Shirmps Suppe Nach Indisches Art	7,90 €
19. Gemüse Ingwer Suppe Frisches Gemüse und Ingwer	5,90 €
20. Kartofel Ingwer Suppe Kartofel und Ingwer KALTE VORSPEISEN	5,90 €
21. Kichererbsen Salat	5,50 €
Fein gewürzten, Kichererbsen, Tomaten Gurken 22. Hari Salat Kraut Salat mit Fein gewürzten Rucola, Tomaten Gurken	6,50 €
geriebene havsgemacte käse WARME VORSPEISEN	
23. Vegetable Samosa (2 Stück) Pastetchen mit frischem Gemüse gefüllt	7,50 €
24. Chili Chicken Dry Nordindische Hühnchenspezialität	7,50 €
25. Gobi Manchurian (Veg) — Nord Indische Blumenkohl spezialitäten	7,50 €
26. Paneer Tikka Achar Marimerte und gegrillte käse verschicahe geworzen	8,50 €
27. Gemüse Pakora Gebackne Gemüse in Kichererbsenmehl	7,50 €
28. Onions Bhaji Zwiebeln in Kichererbsenmehl gebacken	7,50 €
29. Gemischte Vorspeiße (Für 2) Von allen Etwas	17,50 €
Klein Beilage Salat 2.10 €	



BROT SPEZIALITÄTE



30. Nan oder Roti Hefebrot oder Vollkron brot Yeast bread or wholemeal bread	2,00 €
31. Lassan oder Butter Nan A, C, G Hefebrot mit Knoblauch oder Butter Yeast bread with garlic or butter	3,00 €
32. Peschawari Nan A, C, G Hefebrot gefüllt mit Nüssen und indischem Käse Yeast bread stuffed with nuts and Indian cheese	4,90 €
33. Paneer Nan A, C, G Hefebrot gefüllt mit Hausgemacht Käse Yeast bread stuffed with homemade cheese	4,90 €
34. Keema Nan A, C, G Hefebrot gefüllt mit Lammhack Yeast bread stuffed with lamb chop	4,90 €
35. Chicken Nan A, C, G Hefebrot gefüllt mit Hänchenhack Yeast bread filled with minced chicken	4,90 €
36. Shimla Spezial Nan Hefebrot gefüllt mit kartoffel, Ingwer und grüne chilli Yeast bread stuffed with potato, ginger and green chilli	4,90 €
37. Chilli Paneer Lassan Kulcha A, C, G Hefebrot gefüllt mit Käse Chilli und Knoblauch Yeast bread stuffed with cheese chilli and garlic	4,90 €
38. Raita G Gurken Joghurt mit Gurken und Kümmel Cucumber yogurt with cucumbers and caraway	4,50 €
39. Paped Linsen waffeln (6 Stück)	4,90 €







TANDOORI-SPEZIALITÄTEN



		•			
40	Δch	arı	Lamm	LIKKS	3
TV.	\neg	ull	_411111	IIINI	4

Lamm filet mariniert mit Joghurt, Scharf, Pikante Gewürzen Lamb fillet marinated with yogurt, hot, piquant spices 21,90 €

41. Ente Tikka

Ente filet mariniert mit Joghurt und Gewürzen Duck fillet marinated with yogurt and spices

21,90 €

42. Murgh Tikka

Frisches Hähnchenbrustfilet mariniert in Joghurt und Gewürzen Fresh chicken breast fillet marinated in yogurt and spices 18,50 €

43. Haryali Tikka

Frisches Hähnchenbrustfilet mariniert in Joghurt, Minze, und frischen Koriander

Fresh chicken breast fillet marinated in yogurt, mint, and fresh Coriander

18,50 €

44. Punjabi Tikka

Fresche Hänchenbrust mariniert in Joghurt , Scharfe gewürzen und geröstet Kircherbsen Mehl.

Fresh chicken breast marinated in yogurt, hot spices and roasted cherry peas flour.

18,50 €

45. Malai Tikka G

Frisches Hähnchenbrust mariniert in Joghurt, Käse und Gewürzen Fresh chicken breast marinated in yogurt, cheese and spices

18,50 €

46. Achari Chicken Tikka

Frisches Hähnchen brustfilet mariniert Joghurt, Scharfe und Pikant Gewürzen

Fresh chicken breast marinated yogurt, hot and spicy spices

18,50 €

47. Shimla Grill Platte

Von allen Etwas. Something of everything. 19,50 €







GEFLÜGEL GERICHTE



48. Mango Chicken G, H

Frisches Hähnchenbrustfilet zubereitet in einer Mandel, Mango-Sahne-Soße Fresh Chicken breast fillet prepared in an almond, mango cream sauce

16,50 €

49. Chicken Curry L

Frisches Hähnchen brustfilet in einer würzigen Currysoße Fresh Chicken breast fillet in a spicy curry sauce 15,50 €

16,50 €

50. Murg Tikka Masala G, H

Frisches Hähnchenbrustfilet mariniert und gegrillt in einer Tomaten Mandel-Sahnesoße

Fresh Chicken breast fillet marinated and grilled in an almond cream sauce

51. Butter Chicken G, H

Frisches Hähnchenbrustfilet mariniert, gegrillt, in einer Tomaten-Buttercremesoße

Fresh Chicken breast fillet marinated, grilled, in tomato buttercream sauce

16,50 €

52. Chicken Jhalfrezi L, G 🛥

Frisches Hähnchenbrustfilet mariniert und gegrillt mit Zwiebeln, Paprika und Ingwer in Currysoße

16,50 €

Fresh Chicken breast fillet marinated and grilled with onions, peppers and Ginger in curry sauce

53. Chicken Korma G, H

Frisches Hähnchenbrustfilet in Nusssahnesoße Fresh Chicken breast fillet in nuts sauce 16,50 €

54. Chicken Sabji G, H

Frisches Hähnchenbrustfilet und frisches Gemüse, Kokosnussmilch und Ingwer

Fresh Chicken breast fillet and fresh vegetables, coconut milk and ginger

17,50 €

55. Chicken Vindaloo L 🛥 🛥

Frisches Hähnchenbrustfilet mit Kartoffeln in einer sehr scharfen Currysoße Fresh Chicken breast fillet with potatoes in a very sharp curry sauce 16,50 €

56. Murgh Bharta G, L 🛩

Frisches Hähnchenbrustfilet in gegrillte Auberginen, gehackt, gebraten mit Zwiebeln, Tomaten, grünem Chili, Ingwer und frischem Koriander Fresh Chicken breast fillet in grilled aubergines, chopped, roasted with onions, tomatoes, green chili, ginger and fresh coriander

18,50 €

57. Murgh Hyderabadi G 🛥

Frisches Hänchen Brust Filet gegrillt mit frische Minze und Spinat. Fresh Grilled chicken breast with fresh mint and spinach. 16,50 €





LAMM GERICHTE



58. Lamm Rogan Josh G, H Frisches Lammfleisch mit gewürzen in Rogen gelegt Fresh Lamb meat with spices laid in fish eggs (roe)	18,50 €
59. Shimla Lamm G, H Frisches Lammfleisch in einer Tomaten-Mandel-Sahnesoße Fresh Lamb and almond cream sauce	18,50 €
60. Lamm Mango G, H Frisches Lammfleisch in Mandel-Mango-Sahnesoße Fresh Lamb in almond mango cream sauce	18,50 €
61. Lamm Sabji G, H Frisches Lammfleisch und frisches Gemüse, Kokosnussmilch und Ingwer Fresh Lamb and fresh vegetables, coconut milk and ginger	19,50 €
62. Lamm Korma G, H Frisches Lammfleisch zubereitet in Nusssahnesauce Fresh Lamb meat cooked in nuts sauce	18,50 €
63. Lamm Nilgiri G, H Frisches Lammfleisch mit Minze, frischem Koriander und Spinat in Kokosnussmilch soße Fresh Lamb with mint, fresh coriander and spinach in coconut milk sauce	18,50 €
64. Lamm Vindaloo L Frisches Lammfleisch mit Kartoffeln in einer sehr Scharfe Currysoße Fresh Lamb with potatoes in a very hot curry sauce	18,50 €
65. Lamm Palak G, H Lammfleisch mit Spinat Creation Lamb with Spinach Creation	18,50 €
66. Lamm Jhalfrezi L Frisches Lamm Fleisch zubereitet mit Paprika, Zwiebeln und Ingwer in Currysoße Fresh lamb meat with peppers, onions and ginger in curry sauce	18,50 €







ENTEN-SPEZIALITÄTEN



67. Reshmi Batak L

Entenfilet an Kokosraspeln und in einer roten südindischen Currysoße gegart, ohne Haut

Duck fillet on coconut chips and cooked in a red south Indian curry sauce, without skin

68. Ente Jalfrezi L 🛥 🛥

18,50 €

Entenbrustfilet mariniert und gegrillt mit Tomaten, Paprika, Zwiebeln und Ingwer, ohne Haut

Duck breast fillet marinated and grilled with tomatoes, peppers, onions and ginger, without skin

69. Ente Nilgiri G, H

18,50 €

Entenbrustfilet mariniert und gegrillt, mit Minze & Spinat in Kokosnussmilch Soße, ohne Haut

Duck breast fillet marinated and grilled, with mint & spinach in coconut milk sauce, without skin

70. Mango Ente G, H

18.50 €

Entenbrustfilet mariniert und gegrillt zubereitet in einer Mandel-Mango-Sahnesoße, ohne Haut

Duck breast fillet marinated and grilled prepared in an almond mango cream sauce, without skin

71. Shimla Ente G, H

18,50 €

Entenbrustfilet mariniert und gegrillt in einer Tomaten-Mandeln-Sahne-Soße Duck breast fillet marinated and grilled in a tomato and almond cream sauce

FISCH-SPEZIALITÄTEN

72. Fisch Masala

18,50 €

Zanderfilet mit frischen Tomaten und Koriander in Masalasoße Pike-perch fillet with fresh tomatoes and coriander in masala sauce

73. Fisch Jalfrezi L 🛩

18,50 €

Zanderfilet mariniert mit Tomaten, Paprika, Zwiebeln und Ingwer Pike-perch fillet marinated with tomatoes, peppers, onions and ginger

74. Mango Fisch

18,50 €

Zanderfilet in Mandel Mango Sahnesoße Pike-perch fillet in almond mango cream sauce

75. Shimla Jheenga B, G, H

23,90 €

Gegrillte, ausgelöste Riesengarnelen in einer Tomaten-Mandeln-Sahnesoße Grilled, roasted king prawns in a tomato and almond cream sauce

76. Jheenga Goa B, G, H 🛥 🐱

23,90 €

Gegrillte, ausgelöste Riesengarnelen in Kokossoße mit ausgewählten Gewürzen nach Goa-Ar

Grilled, stewed prawns in coconut sauce with selected Goa-style spices

77. Jheenga Mango B, G, H

23,90 €

Gegrillte, ausgelöste Riesengarnelen in einer Mangosoße Grilled, roasted king prawns in a mango sauce







RIND-SPEZIALITÄTE





Verschiedene mariniert Hähnchen brust Filet



Lamm Filet, Ente Filet und Garnelen, Aus Lehmoffen. Inklusiv Mango Creme für 2



VEGETARISCHE SPEZIALITÄTEN



89. Paneer Goa Hausgemacht Käse mit Kokosnussmilch, koriander und Ingwer Homemade cheese with coconut milk, coriander and ginger	14,90 €
90. Malai Koftas G, H Klößchen aus Gemüse, gefüllt mit Nüssen und Gemüse in einer Mandel- Sahnesoße Dumplings of vegetables stuffed with nuts and vegetables in an almond cream sauce	14,90 €
91. Shahi Beiigen Auberginen mit Häusgemachte Käse und Ingwer in Mandel-Cashew-Soße Aubergines with homemade cheese and ginger in almond-cashew sauce	14,90 €
92. Dal Makhni G, L Indische Linsen mit Ingwer, Gewürzen und Butter Indian lentils with ginger, spices and butter	14,90 €
93. Palak Paneer G Häusgemachte indischer Käse mit Spinat und Ingwer Homemade Indian cheese with spinach and ginger	14,90 €
94. Shahi Paneer G, H Häusgemachte indischer Käse mit Nüssen in Tomaten-Mandel-Sahnec Homemade Indian cheese with nuts in tomato and almond cream sauce	14,90 €
95. Channa Masala L Kichererbsencurry mit Kartoffeln, Tomaten und Ingwer Chick pea curry with potatoes, tomatoes and ginger	14,50 €
96. Sabji Koftas Klößchen aus frischem Gemüse in einer Curry Soße Dumplings of fresh vegetables in a curry sauce	14,90 €
97. Karahi Paneer G, H Häusgemachte Käse mit Tomaten, Paprika und Zwiebeln Homemade cheese with tomatoes, peppers and onions	14,90 €
98. Mixed Vegetable Frisches Gemüse mit Kokosnussmilch, Koriander und Ingwer Fresh vegetables with coconut milk, coriander and ginger	14,90 €
99. Mango Paneer Hausgemacht Käse mit mango mandel Sahnesoße Homemade cheese with mango almond cream sauce	14,90 €
100. Bengan Bhartha — Auberginen gegrillt und gehackte mit Ingwer, Tomaten, Zwiebeln und Koriander Aubergines grilled and chopped with ginger, tomatoes, onions and coriander	16,50 €
101. Vegetable Jalfrezi Frische gemischte Gemüse in ein Scharfe Söße Fresh mixed vegetables in a hot sauce	14,90 €
102. Paneer Lababdar Gehackte mix Paprika, Tomaten sahne Soße, Söß und Scharfe Chopped mixed peppers, tomato cream sauce, sauce and hot sauce	16,50 €



NACHSPEISEN



103. Gulab Jamon G

Bällchen aus Milch, in Honig gebacken Milk balls baked in honey

104. Mangocreme mit Vanilleeis G, H

Häusgemachte Homemade

Esspresso

105. Gajer Halwa

Geriebene Karotten mit mandeln und Pistazien mit Hönig garniert Grated carrots with almonds and pistachios garnished with honey

4,50 €

5,50 €

5,50 €

3,00€

JOGURT GETRÄNKE

Mango Lassi 4,90 €

Lassi Salzig 4,90 €

WARME GETRÄNKE

•	·
Kaffe	3,50 €
Doppelt Esspresso	3,50 €
Chai (Tasse)	3,90 €

Jasmine Tee

3,90 €

Grüner Tee

3,90 €







ALKOHOLFREIE GETRÄNKE

Tafelwasser	0,4 I 1,0 I	4,50 € 8,00 €
Cola / Cola Zero / Sprite / Fanta	0,4	4,50 €
Lychee schorle	0,41	4,50 €
Apfelsaft Schorle	0,41	4,50 €
Rhabarber Schorle	0,41	4,50 €
Spezi	0,5	4,90 €
Maracuja-schorle	0,41	4,50 €
Mango-schorle	0,41	4,50 €
Johannisbeer-schorle	0,41	4,50 €
Guava Schorle	0,4	4,50 €
Cranberry Schorle	0,4	4,50 €

MINERALWASSER

Aqua Monaco perlend	0,33 l	3,00 €
Aqua Monaco perlend	0,75 l	6,50 €
Aqua Monaco naturell	0,33 l	3,00 €
Aqua Monaco naturell	0,75 l	6,50 €









Lugana Doc Cadei Frati	Trocken 0,2	7,50 €
	0,5	18,50 €
	0,75	29,00 €
	T	5.50.6
Trapiche Oak Cask Chardonnay	Trocken 0,2	6,50 €
	0,5	16,50 €
	0,75	24,00 €
Disaling Dial-	Trocken 0,2	6.50.6
Riesling Pfalz		
	0,5	16,50 €
	0,75	24,00 €

ROTEWEINE

	the same of the sa			
Primitivo Doppio		Trocken	0,2	6,50 €
			0,5	16,50 €
			0,751	24,00 €
Entrecöte Gourmet Përe Fils Marlot Cabernet		Trocken	0,2	6,50 €
			0,5 l	16,50 €
			0,751	24,00 €
Rioja Crianza		Trocken	0,2	6,50 €
			0,5 l	16,50 €
			0.751	2/,00 €







BIERE

Helles vom Fass	0,5	4,30 €			
Helles vom Fass (Augustiner)	0,5	4,90 €			
Radler	0,5	4,30 €			
Alkoholfreis Bier	0,5	4,50 €			
Dunkel Bier Bier	0,5	4,50 €			
Hefeweißbier	0,5	4,30 €			
Hefeweißbier dunkel	0,5	4,70 €			
Weißbier alkoholfrei	0,5	4,70 €			
Colaweißen	0,5	4,30 €			
Rüssen	0,5	4,30 €			
LIKÖRE & SCHNÄPSE					
Grappa 40%	2cl	3,50 €			



Old Monk Rum aus Indien 42,8%

Mango Schnaps 38%



3,50 €

3,50 €

2cl



HAUPTALLERGENE IM ÜBERBLICK



A= Glutenhaltiges Getreide Dazu gehören: Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut, Emmer, Einkorn, Grünkern Beispiele: Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Karmut, Emmer, Einkorn, Grünkern, Grieß, Kleie, Graupen, Bulgur, Couscous, Weizenkeimlinge, Weizenkeimöl

B= Krebstiere und Krebserzeugnisse Dazu gehören: Krebs, Shrimps, Garnelen, Langusten, Hummer, Scampi Beispiele: Shrimps-Paste u. a. Asiatische Würzpasten

C= Eier und Eiererzeugnisse Beispiele: Vollei, Volleipulver, Eigelb, Eiklar, Eiprotein, Flüssigei, Gefrierei, Lipovitellin, Trockenei, E 322 = Lecithin (El), E 1105 = Lysozym (Ei)

D= Fisch und Fischerzeugnisse Dazu gehören: Alle Fischarten Beispiele: Fischgelantine, Fischextrakt, Fischsauce, Anchovispaste

E= Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse Dazu gehören: Alle Erdnusssorten Beispiele: Erdnüsse geröstet, Erdnussöl, Erdnussflocken, Erdnussmehl, Erdnussbutter F = Soja Dazu gehören: Alle Sorten von Sojabohnen Beispiele: Edamame, Miso, Sojadrink, Sojaflocken, Sojamehl, Sojaöl, Sojapaste, Sojasauce, Sojasprossen, Tamari, Tofu, E 322 = Lecithin (Soja), E 426 Sojabohnen- Polyose, Yuba

G= Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose) Dazu gehören: Kuhmilch Beispiele: Butter, Buttermilch, Butterschmalz, Creme fraiche, Joghurt, Kasein(ate), Käse, Lactose, Magermilch, Milcheiweiß, Milchpulver, Molken, Quark, (saure) Sahne, Sauermilch

H= Schalenfrüchte Dazu gehören: Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Pistazien, Paranüsse, Pekannüsse, Makadamianüsse, Queenslandnüsse, Cashewnüsse Beispiele: gemahlene, gehobelte etc. Nüsse, Nusspasten, Nusscremes, Nussmus, geröstete Nüsse, entsprechende Öle

I= Sellerie Dazu gehören: Bleichsellerie, Knollensellerie, Staudensellerie Beispiele: Sellerieblatt, Selleriesamen, Selleriesamen, Selleriesamen-Oleoresin, Selleriepulver (auch in Gewürzen und Kräutermischungen), Selleriesalz = Senf Beispiele: Senfkörner, Senf pulver, Senf, Senföl, Senfsprossen

K= Sesam Beispiele: Sesamsamen, Sesammehl, Sesampaste (Tahin), Sesamsalz (Gomasio), Sesamöl

L= Schwefeldioxid und Sulfite ab 10 mg/l oder kg Dazu gehören: E 220 – E 228 Beispiele: Mit Schwefel behandelt: Trockenobst, getrocknetes Gemüse, Pilze, Tomatenpüree, Kartoffelprodukte, Wein

M= Lupine Beispiele: Lupinenmehl, Lupinenprotein, Lupinenkonzentrat, Lupinenisolat

N= Weichtiere Dazu gehören: Schnecken, Abalone, Oktopus, Tintenfisch, Calamares, alle Muscheln, Austern Beispiele: Austernsauce



