

# Advies voor een kippeneivrije voeding

Kippenei speelt geen belangrijke rol bij de volwaardigheid van onze voeding. Het wordt echter veel gebruikt bij de bereiding van (kant-en-klaar) producten. Meestal levert het geen problemen op om een recept of gerecht aan te passen zonder kippenei. Soms is dit echter niet mogelijk zoals bij het bakken van een cake of taart.

Vervangen van kippenei door ganzen-, eenden- of kwartelei kan alleen in overleg met de behandelend diëtist of arts in verband met een mogelijke kruisreactie. Dat wil zeggen dat het lichaam op een ganzen-, eenden- of kwartelei net zo kan reageren als op een kippenei.

## Ingrediëntendeclaratie

De ingrediëntendeclaratie op het etiket van een verpakt product biedt informatie over de ingrediënten die zijn gebruikt bij de productie van het betreffende voedingsmiddel.

Eieren worden in veel producten verwerkt, bijvoorbeeld als bindmiddel in sauzen of ovenschotels, als glansmiddel op brood(jes), om bouillon helder te maken en voor het luchtig maken van desserts. In broodverbetermiddel kan ook kippenei voorkomen dat als hulpstof dient om het bakproces, het uiterlijk, de structuur of de houdbaarheid van het brood te verbeteren. Soms wordt alleen het wit van ei of alleen het eigeel toegevoegd. Aan het product zelf kan men lang niet altijd zien of er kippenei in voorkomt.

Een product bevat kippenei wanneer één van de volgende ingrediënten in de ingrediëntendeclaratie wordt genoemd:

- ei, eigeel, eiwit, kippenei-eiwit
- mayonaise ovalbumine, albumine, conalbumine
- ovomucoïd, lysozyme (E1105), levitin, vitellin, ovo-vitellin, globulin
- avidine, ovotransferrine, fosfatidylserine

## Allergeeninformatie

Volgens de Warenwetregeling Etikettering van Allergenen is het wettelijk verplicht om 14 stoffen en de stoffen die daarvan afgeleid zijn op het etiket te plaatsen als deze in het product als ingrediënt aanwezig zijn (kippenei behoort tot één van de 14 stoffen die verplicht vermeld moet worden). Ook als een deel van een ingrediënt één of meer van de 14 stoffen bevat, moet dit op het etiket staan. Bevat een product bijvoorbeeld een samengesteld ingrediënt (zoals kippenei bevattende mayonaise in een salade), dan moet op het etiket van de salade staan dat het product kippenei bevat.

Het is mogelijk dat heel kleine hoeveelheden van één of meer van de 14 stoffen in een product aanwezig zijn zonder dat dit op het etiket staat. Dit kan door onbedoelde vermenging (contaminatie) tijdens opslag, productie, verpakking en distributie van een product. Onbedoelde contaminatie kan zich bijvoorbeeld voordoen als bevattende producten over dezelfde

productielijnen gaan als de vrije producten. Deze onbedoelde contaminatie hoeft volgens de wet niet op het etiket te staan.

De kans op contaminatie is altijd aanwezig geweest en zal ook altijd blijven bestaan. Het is niet wettelijk verplicht om de kans op contaminatie op het etiket te plaatsen. Desondanks kiezen sommige fabrikanten er toch voor om op het etiket te vermelden dat een product sporen van een allergeen kan bevatten of dat het is geproduceerd in een omgeving waar het allergeen voedingsmiddel voorkomt. Op die manier waarschuwen zij voor mogelijke contaminatie, ook al hoeft daarvan geen sprake te zijn.

## **Overige informatie**

Soms staat er op de verpakking 'eiwit .... g' of 'proteïne .... g'. Met dit eiwit wordt de voedingsstof 'eiwit' bedoeld en niet speciaal eiwit afkomstig van kippenei. In een product kunnen verschillende soorten eiwit voorkomen, zoals eiwit afkomstig van tarwe, noten, ei, melk. Het totaal van al die eiwitten wordt hiermee aangegeven. Om te weten of er ook eiwit afkomstig van kippenei aanwezig is, moet de ingrediëntendeclaratie en/of allergeeninformatie gelezen worden.

Wees alert op teksten die aanduiden dat een product vernieuwd is. De samenstelling van dit product is mogelijk zodanig veranderd dat het in tegenstelling tot daarvoor, wel kippenei bevat en daardoor niet meer te gebruiken is.

## **Heeft u nog vragen?**

Mocht iets niet duidelijk zijn of heeft u nog vragen, dan kunt u contact opnemen met uw eigen diëtist of één van de collega's van het Expertisecentrum Voeding en Leefstijl.

Rivas  
Postbus 90  
4200 AB Gorinchem  
Tel: 0900 - 8440 (Zorglijn)  
E-mailadres: [eet-mail@rivas.nl](mailto:eet-mail@rivas.nl)