

Wie verhalten sich Allergiker optimal im Restaurant?

Hamburg, 28. Februar 2013. Chemikaliensensible und Nahrungsmittelallergiker haben oft bei einem Restaurant-Besuch schlechte Karten. Volle Restaurants und Bedienungen im Dauerstress lassen Allergiker gern verstummen und nehmen ihnen den Mut, um Änderungen der Speisen für sich zu bitten. Doch selbst mit schweren Nahrungsmittelallergien oder einer Chemikaliensensibilität kann er/sie in ein Restaurant essen gehen, wenn Folgendes beachtet wird:

- Klären Sie vor dem Restaurantbesuch telefonisch ihre Fragen, falls es die Planung ermöglicht.
- Ordern Sie einfache Gerichte separat, z. B. Gemüse, gekochte Kartoffeln, Reis, das erspart Überraschungen. Allergene verbergen sich in Dressings, Saucen, also auch gesondert bestellen.
- Verlassen Sie sich nie nur auf die Beschreibung der Speisen in der Speisekarte. Fragen Sie nach an höchster Stelle (Chefkoch), denn vielen Servicekräften ist die Tragweite von Nahrungsmittelallergien, -Intoleranzen fremd.
- Fragen sie den Küchenverantwortlichen konkret: "Warum können Sie garantieren, dass in diesem Gericht kein Glutamat ist?"
- Küchenchefs wünschen sich vom Gast eine Allergie-Karte, denn die Servicekraft kann sich nicht alles merken und oft kommt beim Koch der Sonderwunsch nicht an. Und ein unter Zeitdruck stehender Küchen-Chef kann die unpräzisen Kommentare seiner Servicecrew nicht umsetzen. Die Küchenchef-Allergiekarte kann das Format einer übergroßen Visitenkarte mit folgendem Text haben:

Ich habe folgende Lebensmittel-Allergie/n.

- -
- -
- -

Wenn ich eins oder alle dieser Inhaltsstoffe zu mir nehme, bekomme ich ernsthafte gesundheitliche Probleme.

Eventuell noch den Namen dazu notieren.

- Für manche Allergien oder für Intoleranzen von Gluten oder Laktose gibt es schon Restaurantführer. Wer viele oder sehr schwerwiegende Allergien hat, sollte nicht in den Hauptstoßzeiten in ein Restaurant (oder die Mensa) gehen. Das Personal ist in solchen Zeiten überfordert.



Etikette Trainer International

- Restaurants, die Allergiker meiden sollten: Lokale mit Buffet, weil Speisen sehr nahe beieinander stehen, Schöpflöffel, Vorlagegabel, etc. oft von einer Speise in die nächste gesteckt werden und die Allergene so auch leicht wandern können.
- Fischrestaurants, weil hier das Risiko einer Kontaminierung der bestellten Speisen durch Allergene viel zu groß ist.
- Bei Chemikaliensensibilität ist ein biologisches Restaurant mit Fliesenboden und geschlossener Küche optimal.
- Seien Sie auf eine Unachtsamkeit des Kochs vorbereitet, führen Sie Ihre Notfallmedikamente (Notfallarmband, -kapseln, -Telefonnummern) mit sich.

Natürlich dürfen Sie auch ein Restaurant verlassen, wenn Sie merken, dass vorgetragene Allergieprobleme nicht ernst genommen werden. Bei einer Einladung besprechen Sie dies im Vorwege mit dem Gastgeber.

Bei www.evz.de übersetzt ein Wörterbuch sämtliche Zusatzstoffe in alle Amtssprachen der Europäischen Union.

Redaktion Takt und Stil, Susanne Helbach-Grosser

Zeichen: 2.825 Zeichen inklusive Leerzeichen

ETI: Etikette Trainer International

ETI ist ein Zusammenschluss von internationalen Etikette Trainern, die gesellschaftliche Entwicklungen diskutieren, mit traditionellen Formen vergleichen und gegebenenfalls neue Standards setzen. Diese Empfehlungen werden in Seminaren, Pressegesprächen und Veröffentlichungen transportiert. Alle Mitglieder haben eine qualifizierte Ausbildung im Bereich Umgangsformen, Hotellerie, Gastronomie oder Protokoll und bilden sich ständig weiter. Dieses Netzwerk von Spezialisten steht für Aktualität, Kompetenz und Qualität.