

CALAMARES FRITOS

Ingredientes: Calamar, Sal, Harina de trigo,

ESTE PLATO CONTIENE O PUEDE CONTENER LOS SIGUIENTES ALERGENOS

- **A MOLUSCOS Y PRODUCTOS A BASE DE MOLUSCOS** La normativa europea actual obliga al etiquetado de todos los alimentos que contengan moluscos. La principal proteína responsable de las reacciones alérgicas a los moluscos es la tropomiosina, una proteína muscular termoestable (resistente al calor). La tropomiosina es también el alérgeno mayoritario de los mariscos y pertenece a una familia de proteínas muy conservadas que están presentes en especies filogenéticamente muy distantes. La tropomiosina, como alérgeno común a todos estos animales, es la base de las asociaciones entre la alergia a los crustáceos y moluscos entre sí, y con la alergia respiratoria a los ácaros. Como particularidad de los moluscos destacar que sobre todo se han relacionado con patología respiratoria (manifestada con clínica de rinitis y asma).
- **A CALAMAR** Se ha descrito que el calamar puede producir dermatitis de contacto por proteínas. Es importante remarcar que los calamares tienen un elevado contenido de lípidos en los pacientes con dislipidemias, deberían consumir este cefalópodo con precaución.
- **REACTIVIDAD CRUZADA:** (el pulpo, la jibia, el calamar, los chipirones, la canana, pulpo almizclero, el pulpo blanco, la sepia y sepia exótica pelada entre otros). **ANISAKIS** - Es importante remarcar que a veces el pescado y los cefalópodos se pueden encontrar parasitados por un nemátodo llamado Anisakis simplex. En este caso se trataría de una alergia al anisakis y el paciente puede ingerir pescado no parasitado por este nemátodo sin problemas. La sintomatología que puede ocasionar este parásito es muy variada (desde urticaria anafilaxia e incluso asma) y este tipo de reacción se conoce con el nombre de anisakiosi gastroalérgica. Tenemos dos maneras de matar las larvas: la primera es congelar el pescado a -20 grados un mínimo de 24 horas; y la segunda es cocinar el alimento a más de 60 grados durante al menos 10 minutos. El 1 de diciembre de 2006 se publicó el decreto 1460/2006 que obliga a congelar aquellos pescados destinados al consumo crudo o semicrudo. Por lo tanto, aunque usted no sea alérgico al pescado en caso de que sea alérgico al anisakis se recomienda que pregunte si el pescado que está ingiriendo ha sido ultracongelado previamente a su cocción o en caso de no haber sido congelado es importante que le especifiquen cómo ha sido su cocción. En caso de que no haya sido ultracongelado o si su cocción ha sido a menos de 60 grados y menos de 10 minutos y si usted sabe que es alérgico al anisakis recomendamos que evite comer este plato ya que podría contener anisakis.
- **SAL**
- **CEREALES** La mayoría de los cereales pertenecen a la familia Poaceae. Los cereales son gramíneas cultivadas y su polen puede dar alergia, sobre todo rinoconjuntivitis y asma. Por otra parte, también pueden dar alergia cuando se comen. Estas dos alergias, sin embargo, son independientes de manera que los alérgicos al polen de gramíneas pueden comer cereales. Las prolaminas son los alérgenos más importantes en la alergia ocasionada por la ingesta de cereales.

- **G HARINA DE TRIGO**

ESTE PLATO NO ES APTO PARA PERSONAS CON INTOLERANCIA A:

- **G - GLUTEN**

ESTOS ALIMENTOS PUEDEN CONTENER TRAZAS DE:

MOLUSCO