

CHURROS DE PESCADO

Ingredientes: Gallo, Harina de trigo, Huevo de gallina, Pan de trigo, Levadura de cerveza, Agua, Aceite de girasol,

ESTE PLATO CONTIENE O PUEDE CONTENER LOS SIGUIENTES ALERGENOS

- **A PESCADO O PRODUCTOS A BASE DE PESCADO** La alergia al pescado es una reacción de hipersensibilidad de mecanismo inmunológico, generalmente mediada por anticuerpos IgE, que se desarrolla después de su ingesta. Sin embargo, la alergia al pescado también se puede producir sólo por la inhalación de sus vapores o bien por contacto sin necesidad de haberlo consumido. Los alérgenos principales del pescado son unas proteínas que pertenecen al grupo de las parvalbúmines. Son proteínas altamente termoestables, es decir, resistentes al calor y que no se modifican al cocinarlas y son también proteínas altamente resistentes tanto al ácido como la acción o digestión enzimática intestinal. Las parvalbúminas de las diferentes especies de pescado son similares, pero no son idénticas. Esta similitud explica que la mayoría de los pacientes alérgicos al pescado. 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.
- **A GALLO**
- **REACTIVIDAD CRUZADA:** Scophtalmidae (el gallo y el rodaballo bruja y turbot, gallo y rémol entre otros).
- **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**
- **A HUEVO Y PRODUCTOS A BASE DE HUEVO** El huevo es un alimento de declaración obligatoria según la normativa europea. La clara de huevo es más alergénica que la yema. El principal alérgeno de la yema es la alfa-livetina o vitelina o albúmina sérica. Los principales alérgenos de la clara de huevo son el ovomucoide (Gal d 1), la ovoalbúmina (Gal d 2), la conalbúmina o ovotransferrina (Gal d 3) y la lisozima (Gal d 4).
- **A HUEVO DE GALLINA**

- REACTIVIDAD CRUZADA: La reactividad cruzada entre proteínas de huevo de diferentes aves es muy alta aunque no hay estudios sistemáticos. Si usted es alérgico a algún tipo de huevo, se recomienda que evite el contacto o ingesta de cualquier variedad de huevo a no ser que su médico especialista alergólogo le especifique lo contrario.

- G PAN DE TRIGO

- HONGOS O PRODUCTOS A BASE DE HONGOS La alergia a los hongos comestibles es muy poco frecuente si bien es cierto que se han descrito casos de alergia por estos alimentos.

- LEVADURA DE CERVEZA

- AGUA

- ACEITE DE GIRASOL Si usted es alérgico a los girasoles, se aconseja que evite el consumo de este aceite por la posibilidad de contaminaciones con alguna proteína alergénica del girasol sobre todo como menos refinado sea el aceite durante el proceso de fabricación de este aceite. Si es alérgico a otros frutos secos y desconoce si tolera las semillas de girasol recomendamos que se ponga en contacto con su médico especialista alergólogo antes de consumir este aceite.

ESTE PLATO NO ES APTO PARA PERSONAS CON INTOLERANCIA A:

- G - GLUTEN

ESTOS ALIMENTOS PUEDEN CONTENER TRAZAS DE:

PESCADO