

## Gemüse

Ackerbohne	Artischocke	Aubergine	Avocado	Blumenkohl	Bok Choy
Brokkoli	Champignon	Eichelkürbis	Eisbergsalat	Endiviensalat	Erbse
Fenchel	grüne Bohne	Grünkohl	Gurke	Karotte	Kartoffel
Kichererbse	Kidneybohne	Kuhbohne	Kürbis (gelb)	Kürbis (orange)	Lauch
Limabohne	Linse	Mangold	Mungbohne	Okra	Olive
Paprika (grün)	Pastinake	Pintobohne	Radieschen	Romanasalat	Rosenkohl
Rote Beete	Rübe	Sellerie	Spargel	Spinat	Süßkartoffel
Tapioka	Tomate	Weißer Bohne	Weißkohl	Zucchini	Zwiebel

## Obst

Ananas	Apfel	Aprikose	Banane	Birne	Brombeere
Cantaloupe	Cranberry	Dattel	Erdbeere	Feige	Granatapfel
Grapefruit	Heidelbeere	Himbeere	Honigmelone	Johannisbeere	Kirsche
Kiwi	Limette	Mango	Melone	Nektarine	Orange
Papaya	Pfirsich	Pflaume	Rhabarber	Wassermelone	Weintraube
Zitrone					

## Fisch / Meeresfrüchte

Auster	Barsch	Dorsch	Flunder	Flusskrebs	Forelle
Garnele	Heilbutt	Hering	Hummer	Jakobsmuschel	Krabbe
Lachs	Makrele	Miesmuschel	Red Snapper	Sardelle	Sardine
Schellfisch	Schwertfisch	Seezunge	Thunfisch	Tilapia	Tintenfisch
Venusmuschel	Wels				

## Fleisch

Ente  
Lamm  
Schweinefleisch

Fasan  
Rinderleber  
Truthahn

Hähnchen  
Rindfleisch  
Wachtel

Kalbfleisch  
Rotwild

## Nüsse

Cashewnuss  
Kokosnuss  
Pekannuss

Erdnuss  
Macadamianuss  
Pinienkern

Haselnuss  
Mandel  
Pistazie

Kakao  
Paranuss  
Walnuss

## Gewürze / Kräuter / Sonstige

Anis  
Curry  
Jalapeno  
Kreuzkümmel/Cumin  
Nelke  
Safran  
Süßholz/Lakritz

Basilikum  
Dill  
Kaffee  
Kümmel  
Oregano  
Salbei  
Tee (schwarz)

Baumwollsaamen  
Distel  
Kamille  
Kurkuma/Gelbwurz  
Paprikapulver  
Schwarzer Pfeffer  
Thymian

Brunnenkresse  
Estragon  
Kardamom  
Lorbeer  
Petersilie  
Seetang  
Vanille

Cayenne-Pfeffer  
Flohsamen  
Knoblauch  
Minze  
Pfeffer  
Senf  
Zimt

Chilischote  
Ingwer  
Koriander  
Muskatnuss  
Rosmarin  
Sonnenblume

## Candida albicans / Zucker

Ahornsirup  
Fructose  
Malz

Backhefe  
Honig  
Rohrzucker

Bierhefe  
Hopfen  
Rübenzucker

Candida albicans  
Johannisbrot

## Getreide

Buchweizen  
Hafer  
Reis

Dinkel  
Hirse  
Roggen

Gerste  
Leinsamen  
Sesam

Gliadin  
Mais  
Soja

Gluten  
Quinoa  
Weizen

## Milch / Ei

Eigelb  
Molke

Eiweiß  
Schafsmilch

Kasein  
Ziegenmilch

Kuhmilch

## Farbstoffe

Allurarot AC (E129)  
Fast Green FCF (E142)  
Ponceaurot (E126)

Brilliantblau FCF (E133)  
Gelborange S (E110)  
Tartrazingelb (E102)

Brilliant schwarz (E151)  
Indigotin I (E132)

Erythrosin (E127)  
Methylorange (E223)

## Konservierungsstoffe

Aspartam (E951)  
Mononatriumglutamat (E621)  
Saccharin (E954)

Benzoessäure (E210)  
Natriumdisulfit (E223)  
Sorbinsäure (E200)

Kaliumnitrat (E252)  
Natriumsulfit (E221)

Kaliumnitrit (E249)  
Polysorbat 80 (E433)

## Umweltchemikalien

Ammoniumchlorid  
Fluorid  
Toluol

Benzol  
Formaldehyd  
Veilchenwurzel

Chlor  
Nickelsulfat

Ethylenglykol  
Phenol

## Medikamentenstoffe

Acetylsalicylsäure (ASS)  
Clinoril  
Ibuprofen  
Nystatin  
Piroxicam

Amoxicillin  
Diclofenac (Voltaren)  
Indometacin  
Paracetamol  
Streptomycin

Ampicillin  
Diflunisal  
Naproxen (Dolormin)  
Penicillamin  
Sulfamethoxazol

Cephalosporin C  
Gentamicin  
Neomycin  
Penicillin  
Tetracyclin

## Schimmelpilze z.B. in Lebensmitteln (Getreide) Haus Garten Natur

Alternaria  
Clado herbarum  
Hormodendrum  
Pullularia

Aspergillus  
Curvularia  
Monilia sitophila  
Rhizopus nigricans

Botrytis  
Epicoccum nigrum  
Mucor racemosus  
Rhodotorula rubra

Candida albicans  
Fusarium oxysporium  
Penicillium  
Spondylocladium

Cephalosporium  
Helminthosporium  
Phoma herbarum  
Trichoderma

## Pharmakoaktive Substanzen

(Biogene Amine & sekundäre Pflanzenstoffe z.B. in Schokolade Käse Rotwein)

Acetaldehyd  
Gallensäure  
Octopamin  
Rutin

Aflatoxin  
Histamin  
Phenylalanin  
Serotonin

Chlorogensäure  
Kaffeensäure  
Phenylethylamin  
Solanin

Cumarin  
Malvin  
Piperonal  
Tryptophan

Dopamin  
Nikotin  
Pyridin  
Tyramin

## Heilkräuter & Functional Foods

Acai Beere  
Baldrian  
Echinacea  
Goji Beere  
Johanniskraut  
Lapachorinde  
Mariendistel  
Resveratrol  
Schisandra  
Vinpocetine

Agave  
Bienenpollen  
Erythritol  
Guarana  
Kanad. Gelbwurzel  
Löwenzahn  
Mutterkraut  
Rooibos  
Schwarznuss  
Weißdornbeere

Aloe vera  
biloba  
Essiac  
Gymnema sylvestre  
Kava kava  
Lutein  
Nonibeere  
Rosenwurz  
Sennesblätter  
Weizengras

Ashwagandha  
Cascara  
Gerstengras  
Heidelbeere  
Königskerze  
Maitake Pilze  
Pinienrinde  
Rot fermentierter Reis  
Spirulina Stevia  
Wormwood

Astragalus  
Chlorella  
Ginko  
Huperzine  
Krauser Ampfer  
Mangosteen  
Reishi Pilze  
Rotkleesamen  
Traubenkernextrakt  
Xylitol

## 50 Substanzen für die Frau

Alfalfa	Amerik. Rotulme	Arnika	Benediktinerkraut	Besenginster
Blauer Hahnenfuß	Brennnesselblatt	Buccoblätter	Bupleurum	Damania
Dong Quai	Eibischwurzel	Einhornwurzel	Falsche	Fo-Ti Wurzel
Gotu kola	Große Klette	Helmkraut	Herzgespann	Himbeerblatt
Irish Moos	Korean. Ginseng	Krallendorn	Kreosotbusch	Lavendel
Lobelia	Macawurzel	Mate	Mistelzweig	Mönchspfeffer
Myrrhe	Pfingstrose	Polei Minze	Rebhuhnbeere	Rehmannia
Ringelblume	Roskastanie	Rotkleeblüte	Schachtelhalm	Schafgarbe
Schneeball	Sibirischer Ginseng	Silberweidenrinde	Stechwinde	Tee
Traubensilberkerze	Uva ursi	Wacholderbeere	Weihrauch	Yamswurzel
Zitronenmelisse				

## 40 zusätzliche Substanzen

Alfalfa	Amerik. Ginseng	Besenginster	Brennnesselblatt	Brennnesselwurzel
Catuaba Tee	Chondroitinsulfat	Cnidium monnier	Damiana	Dong Quai
Fo-Ti Wurzel	Korean. Ginseng	Krallendorn	Kreosotbusch	Kürbiskern
Lobelia	Lycopine	Macawurzel	Mate-Tee	Mistelzweig
Mucuna pruriens	Muria puama	Myrrhe	Prunus afrikanus	Rehmannia
Ringelblume	Sägepalme	Sarsaparilla	Schafgarbe	Sibirischer Ginseng
Tribulus terrest.	Uva ursi	Wacholderbeere	Yohimbe	Ziegenkraut