



## Rotes Fleisch (Red Meats)

Bear	Bär
Beef	Rindfleisch
Beef, Heart	Rind, Herz
Beef, Liver	Rind, Leber
Beef, Tongue	Rind, Zunge
Bone Soup (allowable meats)	Knochensuppe (von erlaubtem Fleisch)
Buffalo, Bison	Büffel, Bison
Calf, Liver	Kalbsleber
Caribou	Rentier
Goat	Ziege
Ham	Schweineschinken
Horse	Pferd
Kangaroo	Känguru
Lamb	Lamm
Marrow Soup	Knochenmarksuppe
Moose	Elch
Mutton	Hammel (männliches Schaf)
Opossum	Opossum, Beutelratte
Pork, Bacon	Schwein, Speck
Rabbit	Hase, Kaninchen
Squirrel	Eichhörnchen
Sweetbreads	Kalbs-Bries (Thymus vom Kalb)
Veal	Kalbfleisch
Venison	Wildfleisch



## Geflügel (Poultry)

Chicken	Hähnchen
Chicken, Liver	Hähnchen, Leber
Cornish Hen	Junghuhn
Duck	Ente
Duck Liver	Ente, Leber
Emu	Emu
Goose	Gans
Goose Liver	Gans, Leber
Grouse	Moorhuhn, Raufußhuhn
Guinea Hen	Perlhuhn

Ostrich  
Partridge  
Pheasant  
Quail  
Squab  
Turkey

Strauss  
Rebhuhn, Feldhuhn  
Fasan  
Wachtel  
Täubchen  
Truthahn



## Fisch und Meeresfrüchte (Fish and Seafood)

Abalone  
Anchovy  
Barracuda  
Bass, Blue Gill  
Bass, Sea,  
Bass Lake  
Bass, Striped  
Bluefish  
Bullhechubad  
Butterfish  
Carp  
Catfish  
Chub  
Clam  
Cod  
Conch  
Crab  
Croaker  
Cusk  
Drum  
Eel  
Flounder  
Frog  
Gray Sole  
Grouper  
Haddock  
Hake  
Half-moons Fish  
Halibut  
Harvest Fish  
Herring  
Jellyfish, dried, salted  
Lobster  
Mackerel, Atlantic  
Mackerel, Spanish  
Mahi-mahi

Abalone, Seeohr  
Anchovis, Sardelle  
Barrakuda (Pfeilhecht)  
Felsenbarsch  
Wolfsbarsch,  
Weißbarsch  
Streifenbarsch  
Blaubarsch  
Katzen-, Zwergwels  
Butterfisch  
Karpfen  
Blauer Katzenwels  
Döbel  
Sandklaff-/ Venusmuschel  
Kabeljau, Dorsch  
Meeresschnecke  
Krebs, Krabbe  
Flossenfleck-Umber  
Lumb, Brosme  
Roter Trommler  
Aal  
Flunder  
Froschschenkel  
Pazifische Rotzunge  
Zackenbarsch  
Schellfisch  
Seehecht (Hechtdorsch)  
Halfmoon Fish „Halbmond Fisch“  
Heilbutt  
Erntefisch  
Hering  
Qualle, getrocknet, gesalzen  
Hummer  
Makrele, Atlantische  
Makrele, Spanische  
Goldmakrele

Monkfish	Seeteufel, Angelfisch
Mullet	Meeräsche
Muskellunge	Muskellunge
Mussels	Miesmuschel
Ocean Pout	Meeres-Dickkopf
Octopus	Octopus, Krake
Opaleye Fish	Nagebarsch
Orange Roughy	Granat-, Kaiserbarsch
Oyster	Auster
Parrotfish	Papageiefisch
Perch	Flussbarsch
Perch, Ocean	Pazifischer Rotbarsch,
Pickrel,	Goldbarsch
Walleye	Hechtbarsch
Pike	Hecht
Pilchards	Pilchard (Sardine)
Pollock, Atlantic	Seelachs, Köhler, Kohlfisch
Pompano	Pompano, Stachelmakrele
Porgy	Rotbrasse (Meerbrasse)
Red Snapper	Roter Schnapper
Rosefish	Rotbarsch
Salmon, Atlantic, wild	Lachs, Atlantischer, wild
Salmon, Chinook	Lachs, Königslachs
Salmon, Sockeye	Lachs, Rotlachs
Sardine	Sardine
Scallops	Jacobsmuschel
Scrod	junger Kabeljau
Scup	Sommerflunder
Sea Bream	Seebrasse, Meerbrasse
Shad	Alse (Maifisch)
Shark	Haifisch
sheepshead Fish	Sträflings-Meerbrasse
Shrimp	Shrimp, Garnele
Skate	Rochen
Smelt	Stint
Snail, Escargot	Weinbergschnecke
Sole	Seezunge
Squid, Calamari	Tintenfisch, Kalamar
Sturgeon	Stör
Sucker	Wimpel-, Saugkarpfen
Sunfish, Pumpkinseed	Grasbarsch (Sonnenbarsch)
Swordfish	Schwertfisch
Tilapia	Tilapia, Buntbarsch
Tilefish	Torpedobarsch
Trout, Rainbow, wild	Forelle, Regenbogenforelle, wild
Trout, Sea	Forelle, Meerforelle
Trout, Steelhead, Wild	Forelle, Stahlkopfforelle
Tuna, Bluefin	Thunfisch, Blauflossen-Thun
Tuna, Skipjack	Thunfisch, Bonito

Tuna, Yellowfin  
Turbot, European  
Turtle  
Weakfish  
Whitefish  
Whiting  
Wolffish, Atlantic  
Yellowtail

Thunfisch, Gelbflossen-Thun  
Steinbutt  
Schildkröte  
Weakfish, Delaware  
Ziegelbarsch  
Wittling, Merlan  
Seewolf, getreifter  
Gelbschwanz-Makrele



### **Eier und Fischrogen (Eggs and Roes)**

Carp Roe  
Caviar  
Egg White, Chicken  
Egg Whole, Chicken  
Egg White, Duck  
Egg Whole, Duck  
Egg Yolk, Chicken  
Goose Egg  
Herring Roe  
Quail Egg  
Sailfish Roe  
Salmon Roe

Karpfenrogen  
Kaviar  
Hühnerei, Eiweiss  
Hühnerei  
Entenei, Eiweiss  
Entenei  
Hühnerei, Eigelb  
Gänseei  
Heringsrogen  
Wachtelei  
Fächerfischrogen  
Lachsrogen



### **Milchprodukte (Dairy)**

American Cheese  
Blue Cheese  
Brie Cheese  
Butter  
Camembert Cheese  
Casein  
Cheddar Cheese  
Cheshire Cheese  
Colby Cheese  
Cottage Cheese  
Cream Cheese  
Edam Cheese  
Emmenthal, Swiss Cheese

Scheibletten-Käse  
Blauschimmelkäse  
Brie  
Butter  
Camembert  
Kasein  
Cheddar  
Chesterkäse  
Colby Cheese  
Hüttenkäse  
Frisch-, Rahmkäse  
Edamer  
Emmentaler

Farmer Cheese	Farmers Käse, Quarkkäse/“Mutschli“
Feta Cheese	Feta-Käse (Schaf/Ziegenmilch)
Ghee, Clarified Butter	Ghee, geklärte Butter
Gorgonzola Cheese	Gorgonzola Käse (norditalienischer Blauschimmelkäse)
Gouda Cheese	Gouda Käse (holländischer, gelb/oranger Kuhmilchkäse)
Gruyere Cheese	Gruyere Käse (schweizer Kuhmilch-Hartkäse)
Half & Half	Rahmmilch
Havarti Cheese	Havarti Käse (pikanter dänischer Kuhmilchkäse)
Jarlsberg Cheese	Jarlsberg Käse (milder norwegischer Schnittkäse aus Kuhmilch)
Kefalotyri Cheese	Kefalotyri (griechischer Hatkäse aus Schaf- und oder Ziegenmilch)
Kefir	Kefir (Sauermilchprodukt)
Limburger Cheese	Limburger Käse
Manchego Cheese	Manchego Käse (spanischer Schafkäse)
Milk, Buttermilk	Milch, Buttermilch
Milk, Cow-Skim or 2%	Milch, fettarm
Milk, Cow-Whole	Milch, Vollmilch
Milk, Goat	Milch, Ziegenmilch
Milk, Indian buffalo	Milch, Büffelmilch
Monterey Jack Cheese	Monterey Jack-Käse
Mozzarella Cheese, all types	Mozzarella
Muenster Cheese	Münsterkäse
Neufchatel Cheese	Neufchatel-Käse
Paneer Cheese	Paneer (indischer Frischkäse)
Parmesan Cheese	Parmesan-Käse
Pecorino Cheese	Pecorino (Schafmilchkäse)
Port de Salut Cheese	Port Salut-Käse
Provolone Cheese	Provolone-Käse (meist Kuhmilch)
Quark Cheese	Quark
Ricotta Cheese	Ricotta Käse
Romanian Urda	Romanian Urdac
Romano Cheese	Romanokäse (Schafmilch)
Roquefort Cheese	Roquefort-Käse (Blauschimmelkäse)
Sour Cream	Sauerrahm
Stilton Cheese	Stiltonkäse (engl. Blauschimmelkäse)
String Cheese	String Käse (Schafmilch)
Whey Protein Powder	Molkenproteinpulver
Yogurt	Natur-Jogurt (mit Bifidus-Bakterien)



## Pflanzliche Protein-Quellen (Vegetable Proteins)

Adzuki Beans	Adzuki Bohnen
Almond Butter	Mandelmouse
Almond Cheese	Mandel-Käse
Almonds	Mandeln
Beechnuts	Buchenkerne
Black Beans	Schwarze Bohnen
Black Eyes Peas	Augenbohnen
Brazil Nuts	Paranuss
Broad Beans, Fava	Saubohne, Ackerbohne, Fava
Butter Beans	Limabohnen
Butternuts	Butternuss
Cannellini Beans	Cannellini Bohne
Carob	Johannisbrot
Cashew Butter	Cashew-Mouse
Chestnuts, Chinese	Maroni, Esskastanie, chinesisch
Chestnuts, European	Maroni, Esskastanie, europäisch
Chias Seeds	Chiasamen
Copper Beans	Kupferbohne
Filberts, Hazelnuts	Haselnuss
Flax Seeds	Leinsamen
Garbanzo Beans, Chickpeas	Kichererbsen
Great Northern Beans	Great Northern Bohnen
Haricots Beans	Gartenbohnen
Hemp Seeds	Hanfsamen
Hickory Nuts	Hikorynuss
Kidney Beans	Kidneybohnen
Lentils, Sprouted	Linsen-Sprossen
Lentils, all types	Linsen, alle Arten
Lima Bean Flour	Limabohnenmehl
Lima Beans	Limabohnen
Litchi Nuts	Litschi/Chinesische Haselnuss
Lotus Sees	Lotussamen
Lotus root	Lotuswurzel
Lupin Seeds	Lupinen
Macadamia Nuts	Macadamia Nuss
Mothbeans	Mattenbohne
Mung Beans	Mungbohnen
Natto	Natto (Sojabohnengericht)
Navy Beans	Weisse Bohne
Peanutbutter	Erdnussbutter
Peanutflower	Erdnussmehl

Peanuts	Erdnüsse
Peas	Erbsen (grüne)
Pecans	Pekannuss
Pine Nuts, Pignola	Pinienkerne
Pinto Beans	Pintobohnen
Pistachio Nuts	Pistazien
Poppy Seeds	Mohn-Samen
Pumpkin Seeds	Kürbiskerne
Safflower Seeds	Distelsamen
Sapodilla	Breiapfelbaum (Sapote)
Sesame Butter, Tahini	Sesammouse, Tahini
Sesame Flour	Sesammehl
Sesame Seeds	Sesam
Snap, String, Beans	Grüne Gartenbohne
Soybeans	Sojabohnen
Soybean granules, Lecitin	Sojagranulat, Lecitin
Soybean, „Cheese“	Tofu
Soybean, Sprouds	Sojasprossen
Soybean, Tempeh	Tempeh aus Sojabohnen
Soybean, Tofu	Tofu
Sunflower Seeds	Sonnenblumenkerne
Tamarind Beans	Tamarinde
Walnuts	Walnüsse, Baumnüsse
Watermelon Seeds	Wassermelonen-Samen
White Beans	Weisse Bohnen
Winged Beans	Goa Bohne
Yardlong Beans	Spaargelbohne



## Fette und Öle (Fats and Oils)

Almond Oil	Mandelöl
Avocado Oil	Avocadoöl
Apricot Kernel Oil	Aprikosenkernöl
Babassu Oil	Babassuöl
Black Currant Seed Oil	Schwarze-Johannisbeersamenöl
Borage Seed Oil	Borretschöl
Camelina Oil	Leindotteröl
Canola Oil	Rapsöl
Chia Seed Oil	Chiasamenöl
Coconut Oil	Kokosöl
Cod Liver Oil	Lebertran
Corn Oil	Maiskeimöl
Cottonseed Oil	Baumwollsamensamenöl
Evening Primrose Oil	Nachtkerzenöl
Flax Seed, Linseed Oil	Leinöl
Grape Seed Oil	Traubenkernöl
Hazelnut Nut Oil	Haselnussöl
Hemp Seed Oil	Hanfsamenöl
Herring Oil	Fischöl (Hering)
Lard	Schmalz
Macadamia Oil	Macadamiaöl
Margarine	Margarine
Oat Oil	Haferkeimöl
Olive Oil	Olivenöl
Palm Oil	Palmöl
Peanut Oil	Erdnussöl
Perilla Seed Oil	Perillasamenöl
Pumpkin Seed Oil	Kürbiskernöl
Quinoa Oil	Quinoaöl
Rice Bran Oil	Reiskleieöl
Safflower Oil	Distelöl
Salmon Oil	Lachsöl
Sesame Oil	Sesamöl
Shea Nut Oil	Sheanussöl
Soybean Oil	Sojaöl
Sunflower Oil	Sonnenblumenkernöl
Tea Seed Oil	Teesamenöl
Walnut Oil	Walnussöl
Wheat Germ Oil	Weizenkeimöl





## Kohlenhydrate (Carbohydrates)

Amaranth	Amaranth
Artichoke Flour/Pasta	Artischockenmehl
Barley	Gerste
Buckwheat, Kasha, Soba	Buchweizen
Carrageenan	Carrageen (Kohlenhydrate aus Rotalgen)
Cornmeal, Hominy, Polenta	Maisgrieß, Polenta
Essene, Manna Bread	Essener Brot
Flaxseed Bread (containing allowable grains)	Leinsamenbrot (mit erlaubten Getreiden)
Fonio	Foniohirse
Guar Gum	Guarkernmehl
Job's Tears, Coix spp.	Hiobstränengras
Kudzu	Kudzu (Ostasiatische Hülsenfrucht)
Larch Fiber	Arabinogalactan (Lärchenfaser)
Lentil Flour, Dahl	Linsenmehl, Dal
Malanga, Tannier, Xanthosoma Mastic Gum	Malanga, Tannia, Mastix, Gummiharz
Millet	Hirse
Oat Bran	Haferkleie
Oatmeal, Oat Flour, Oats	Hafermehl, -Flocken, Hafer
Papadam	Papadam (Fladen aus Linsenmehl)
Quinoa	Quinoa
Rice Bran	Reiskleie
Rice Flour, Brown, White	Reisflocken, braun, weiss
Rice, Basmati	Basmatireis
Rice, Brown	Reis, braun
Rice, Puffed or Rice Cakes	Puffreis, Reiswaffeln
Rice, White	Reis, weiß
Rice, Wild	Reis, Wildreis
Rye, Rye Flour	Roggen, -Roggenmehl
Sorghum	Sorghumhirse
Soybean Flour	Sojamehl
Tapioca, Manioc, Cassava, Yucca	Tapioka, Maniok, Cassava, Yucca
Taro, Tahitian, Poi, Dansheen	Taro, Poi, Danshen
Teff	Teff, Zwerghirse
Wheat, Bran, Germ	Weizenkleie, -keime
Wheat, Bulgur, Drum,	Weizen, Bulgur
Semolina, Couscous	Weizen, Couscous
Wheat, Puffed	Weizen, Puffweizen
Wheat, Sprouted	Weizen, gekeimt
Wheat, Whole Grain	Weizen, Vollkorn
Wheat, Whole Grain Emmer	Emmer, Vollkorn
Wheat, Whole Grain Kamut	Kamut, Vollkorn
Wheat, Whole Grain Spelt	Dinkel, Vollkorn



## Gemüse (Live Foods)

Alfalfa Sprouts	Alfalfasprossen
Aloe Vera	Aloe Vera
Artichoke	Artischocke
Arugula	Rucola
Avocado	Avocado
Asparagus	Spargel
Asparagus Peas	Spargelerbse
Balsam Pear, Bitter Gourd	Bittermelone, Bittergurke
Bamboo Shoot	Bambussprossen
Beet Greens ◇	Rote Beete, Blätter
Beets	Rote Beete
Bok Choy, Pak Choi	Pak Choi, Senfkohl
Borage	Borretsch
Broccoflower	Romanesco (grüner Blumenkohl)
Broccoli	Broccoli
Broccoli Leaves	Broccoli, Blätter
Broccoli Raab, Rapini	Broccoli Raab, Rübstiel, Chin. Rosenkohl
Brussels Sprout	Weiß/Rotkraut
Cabbage	Kabis
Canistel	Canistel
Caper	Kapern
Carrots	Karotten
Cassava	Cassava
Cauliflower	Blumenkohl
Celeriac	Knollensellerie
Celery	Staudensellerie
Celtuce	Spargelsalat
Chayote, Pipinella, Vegetable Pear	Chayote, Gemüsebirne
Chicory	Chicoree
Chicory Root	Chicoree, Wurzel
Chinese Kale, Kai-lan	Chin. Kohl, Kai-Lan
Collard Greens	Blattkohl
Corn, Popcorn	Mais, Popcorn
Cucumber	Gurke
Daikon Radish	Daikon-Rettich
Dandelion Greens	Löwenzahn, Blätter
Endive	Endivie
Eggplant	Aubergine
Escarole	Escarole, glatter Endivie
Fennel	Fenchel

Fenugreek	Bockshornklee
Jerusalem Artichoke	Farnspitzen
Garlic	Knoblauch
Grape Leaves	Weinblätter
Palmhearts	Palmenherzen
Horseradish	Meerrettich
Sunchoke	Topinambur
Jew's Ear, Pepeao	Judasohr, Mu-Err (Pilz)
Jicama	Jicama, Yambohne
Jute, Potherb	Samtpappel, Schönmalve, Potherb
Kale	Grünkohl (Federkohl)
Kanpyo, Dried Gourd Strips	Kanpyo, Flaschenkürbis
Kohlrabi	Kohlrabi
Leeks	Lauch, Porree
Lettuce, Green Leaf, Iceberg	Salat, Kopfsalat, Eisbergsalat
Lettuce, Romaine	Salat, Romanasalat
Mamey Sapote,	Mamey Sapote, Große Sapote
Mammea Apple	Mammiapfel (karibische Frucht)
Mountain Yam	Yams-Wurzel (japanisch)
Mushrooms, BlackTrumpet	Pilze, Totentrompete
Mushrooms, Brown,Crimini	Pilze, Brauner Champignon
Mushrooms, Enoki	Pilze, Enoki, Samtfußrübling
Mushrooms, Maitake	Pilze, Maitake, Klapperschwamm
Mushrooms, Oyster	Pilze, Austern-Seitling
Mushrooms, Portobella	Pilze, Portobello, Zucht-Champignon
Mushrooms, Shiitake	Pilze, Shiitake
Mushrooms, Straw	Pilze, Scheidling
Mushrooms, White (Silver Dollar)	Pilze, Weißer Champignon
Mustard Greens	Senf, chin. Senf
Okra	Okra-Schote („Lady-Fingers“)
Olives, Black	Oliven, schwarz
Olives, Green	Oliven, grün
Onion, all types	Zwiebel, alle Arten
Oyster Plant, Salsify	Haferwurzel
Parsnips	Pastinake
Peppers, Bell	Peperoni Glockenform
Peppers, Chili, Jalapeno	Paprika, Chili, Jalapeno
Pickle, Brine	Pickles, eingel.Gemüse in Salzl.
Pickle, Vinegar	Pickles, eingel.Gemüse in Essig
Pimento	Piment, Blätter
Potato, White with Skin	Kartoffel, mit weißer Schale
Pumpkin	Kürbis
Pumpkin Flowers	Kürbisblüte
Purslane	Portulak
Quorn	Quorn (eiweissreicher Zucht-Pilz)
Radicchio	Radicchio
Radish Sprouts	Rettichkeimlinge

Radishes	Radieschen
Rhubarb	Rhabarber
Rowal	Rowal, Keluak, Gewürz indonesische/ malaiischen Küche
Rutabaga	Steckrübe, Kohlrübe
Sauerkraut	Sauerkraut
Scallion	Frühlingszwiebel
Sea Cucumber	Seegurke
Sea Vegetables, Irish Moss	Algen, Irish Moss
Sea Vegetables, Kelp, Kombu, Nori, Bladderwrack	Algen, Kelp, Kombu, Nori, Blasentang
Sea Vegetables, Spirulina	Algen, Spirulina
Sea Vegetables, Wakame	Algen, Wakame
Spinach	Spinat
Squash,	Squash, Speisekürbis
Swamp Cabbage, Skunk Cabbage	Nordamerikanischer Stinkkohl Chabis weiss und rot (Weiss-und Rotkohl)
Sweet Potato	Süßkartoffel
Sweet Potato Leaves	Süßkartoffel, Blätter
Swiss Chard	Mangold/Krautstiel
Taro Leaves, Shoots	Taro, Blätter, Sprössling
Tomatillo	Tomatillo, wie Physalis „Blasenkirsche“ Nachtschattengewächs
Tomato	Tomate
Turnip Greens	Stielmus, Rübstiel
Turnips	Speiserübe
Water Chestnut, Matai	Wasserkastanie
Watercress	Brunnenkresse
Wax Gourd (Chinese Preserving Melon)	Wachskürbis, (Wintermelone)
Yam	Yams-Wurzel
Zucchini	Zucchini



## Früchte (Fruits)

Acai Berries	Acai Beeren
Apple	Apfel
Apricots	Aprikose
Asian Pear	Nashi-Birne
Banana	Banane
Bitter Melon	Bittermelone
Blackberries	Brombeere
Blueberries	Heidelbeere
Boysenberries	Boysenbeere
Breadfruit	Brotfrucht
Canang Melon	Canang Melone
Cantaloupe Melon	Cantaloupe-Melone
Carissa, Natal Plum	Karanda-Pflaume
Casaba Melon	Casaba Melone
Cherimoya	Cherimoya
Cherries	Kirschen
Christmas Melon	Grüne Zuckermelone
Cloudberries	Moltebeere
Coconut Meat	Kokosnuss, Fruchtfleisch
Cranberries	Cranberry, Preiselbeere
Crenshaw Melon	Crenshaw Melone US
Currants	Johannisbeere
Dates	Datteln
Dewberries	Kratzbeere
Durian	Durian
Elderberries	Holunderbeere
Feijoa	Feijoa, Brasilianische Guave
Figs	Feigen
Goji, Wolfberry	Gojibeere
Gooseberry	Stachelbeere
Grapefruit	Grapefruit
Groundcherries, Cape	Kapstachelbeere,
Gooseberry, Poha	Physalis
Grapes	Trauben
Guava	Guave
Honeydew Melon	Honigmelone
Huckleberries	Huckleberries (US. Heidelb-)
Jack Fruit	Jackfrucht
Java-plum, Jambolan	Jambolanapflaume, Jujube
Kiwi	Kiwi
Kumquat	Kumquat
Lemon	Zitrone

Lime	Limette
Lingonberries	Preiselbeere
Loganberries	Loganbeere
Loquat	Loquat, jap. Wollmispel
Mango	Mango
Mangosteen	Mangosteen
Mulberries	Maulbeere
Musk Melon	Musk Melone (Zuckermelone)
Nectarine	Nektarine
Noni	Noni
Orange	Orange
Papaya	Papaya
Passion Fruit	Passionsfrucht
Paw Paw	Pawpaw (Nordamerikanische Wildfrucht) "Dreilappige Papau" (Asimina triloba)
Peach	Pfirsich
Pear	Birne
Persian Melon	Persian Melone (Zuckermelone)
Persimmon	Kaki
Pineapple	Ananas
Plantain	Kochbanane
Plums	Pflaumen
Pomegranate	Granatapfel
Prickly Pear	Kaktusfeige (Opuntien)
Prunes	Trockenpflaume
Pummelo	Pampelmuse, Pomelo
Quince	Quitte
Raisins	Rosinen
Raspberries	Himbeeren
Rowanberries	Vogelbeere
Sago Palm	Sago-Palme
Sapotes, Marmalade Plum	Sapote (ursprünglich aus Mexiko, Guatemala)
Spanish Melon	Spanish Melone (Zuckermelone)
Starfruit, Carambola	Sternfrucht
Strawberries	Erdbeeren
Tamarillos	Tamarillo, Baumtomate
Tangerine	Mandarine
Watermelon	Wassermelone
Youngberry	Young-Beere (Mischung von Himbeere und Brombeere)



## Gewürze (Spices)

Acacia (Arabic Gum)	Gummi Arabicum
Allspice	Piment, Nelkenpfeffer
Anise	Anis
Arrowroot	Arrow Root, Pfeilwurzmehl
Basil	Basilikum
Bay Leaf	Lorbeer
Bergamont	Bergamotte
Caraway	Kümmel
Cardamom	Kardamom
Celery Seed	Selleriesamen
Chervil	Kerbel
Chili Powder	Chili-Pulver
Chives	Schnittlauch
Chocolate	Schokolade >70% Kakao-Anteil
Cilantro	Koriander Blätter
Cinnamon	Zimt
Clove	Gewürznelke
Coriander	Koriander
Cornstarch	Maisstärke
Cream of Tartar	Weinstein-Backpulver, natürliches Backtriebmittel
Cumin	Cumin, Kreuzkümmel
Curry	Curry
Dill	Dill
Dulse	Dulse, Rotalge
Fennel (spice)	Fenchel (Gewürz)
Ginger (spice)	Ingwer (Gewürz)
Guarana	Guarana, südamerikanische, koffeinhaltige Pflanze
Lemon Grass, Citronella	Zitronengras
Licorice Root	Lakritze/Süßholz
Mace	Macis, Muskatblüte
Marjoram	Majoran
Mustard, Dry	Senf, trocken (Samen)
Nutmeg	Muskatnuss
Oregano	Oregano
Paprika	Paprika
Parsley	Petersilie
Pepper, Black	Pfeffer, schwarz
Pepper, Red Flakes	Paprika, rote Flocken
Peppermint	Pfefferminze
Rosemary	Rosmarin
Saffron	Safran
Sage	Salbei

Savory  
Senna  
Spearmint  
Tarragon  
Thyme  
Turmeric  
Vanilla  
Wintergreen

Bohnenkraut  
Sennesblätter  
Grüne, Krause Minze  
Estragon  
Thymian  
Kurkuma  
Vanille  
Wintergrün (Niedere Scheinbeere)



## Getränke (Beverages)

Apple Juice  
Beet Juice  
Beer  
Black Tea, all forms  
Blackberry Juice  
Blueberry Juice  
Cabbage Juice  
Carrot Juice  
Celery Juice  
Chamomile Tea  
Cherry Juice  
Coconut Milk  
Coffee  
Cranberry Juice  
Cucumber Juice  
Elderberry Juice  
Ginger Root Tea  
Ginseng Tea  
Goji Berry juice  
Grapefruit Juice  
Grape Juice  
Green Tea, Kukicha,  
Bancha  
Kombucha Tea

Apfelsaft  
Rote-Beete-Saft  
Bier  
Schwarzer Tee, alle Arten  
Brombeersaft  
Heidelbeersaft  
Kohlsaft  
Karottensaft  
Selleriesaft  
Kamillentee  
Kirschsafft  
Kokosnussmilch  
Kaffee  
Cranberrysaft  
Gurkensaft  
Holunderbeersaft  
Ingwertee  
Ginsengtee  
Gojibeersaft  
Grapefruitsaft  
Traubensaft  
Grüner Tee, Kukicha,  
Bancha (grüner Tee)  
Kombucha = Gärgetränk, durch Fermentierung gesüsster Tees,  
z. B. Grünen Tees, mit einer Kombuchakultur (Pilz) hergestellt  
Wasser mit Zitrone  
Zitronenmelissetee  
Süßholzwurzel-, Lakritztee  
Spirituosen  
Milch, Mandelmilch  
Milch, Reismilch  
Milch, Sojamilch  
Nonisaft (indische Maulbeere)

Lemon and Water  
Lemon Balm Tea  
Licorice Root Tea  
Liquor, Distilled  
Milk, Almond  
Milk, Rice  
Milk, Soy  
Noni Juice



Orange Juice  
Pear Juice  
Peppermint Tea  
Pineapple Juice  
Pomegranite Juice  
Prune Juice  
Pomelo Juice  
Rooibos Tea  
Rosehip Tea  
Seltzer Water  
Tangerine Juice  
Tomato Juice  
Watermelon Juice  
Wine, Red  
Wine, White  
Yerba Mate Tea

Orangensaft  
Birnensaft  
Pfefferminztee  
Ananassaft  
Granatapfelsaft  
Pflaumengensaft  
Pampelmusensaft  
Rooibostee  
Hagebuttentee  
Mineralwasser (ideal ohne Gas)  
Mandarinenensaft  
Tomatensaft  
Wassermelonensaft  
Wein, rot  
Wein, weiß  
Yerba Mate Tee (Südamerikanischer Koffeinhaltiger Kräutertee)



## Aromen, Würzmittel (Condiments)

Agar  
Agave Syrup  
Aspartame  
Baking Soda  
Dextrose  
Epazote  
Fructose  
Fruit Pectin  
Gelatin, Plain  
High Fructose Corn Syrup  
High Maltose Corn Syrup,  
Maltodextrin  
Honey  
Ketchup  
Lecithin  
MSG  
Maple Syrup  
Mayonnaise  
Mayonnaise, Tofu, Soy  
Miso  
Molasses  
Molasses, Blackstrap  
Mustard, Wheat-free,  
Vinegar-free  
Mustard, with Vinegar and Wheat

Agar-Agar  
Agavensirup  
Aspartam  
Natron, Backnatron  
Dextrose, Traubenzucker  
Epazote  
Fructose  
Pektin  
Gelatine  
Maissirup  
Maltose-Sirup,  
Maltodextrin  
Honig  
Ketchup  
Lezithin  
Glutamat  
Ahornsirup  
Mayonnaise  
Mayonnaise aus Tofu  
Miso  
Melasse  
Melasse, Blackstrap  
Senf (ohne Weizen  
und Essig)  
Senf (mit Weizen und Essig)

Pickle Relish	Eingelegte Essiggurken
Rice Syrup	Reissirup
Roselle	Hibiskus Blüte
Sea Salt	Meersalz
Soybean Sauce, Tamari	Sojasosse, Tamari
Stevia	Stevia, natürliches Süßungsmittel
Sugar, Brown, White	Zucker, braun, weiß
Umeboshi Plum, Vinegar	Umeboshi-Essig
Vegetable Glycerine	Glyzerin
Vinegar, all types	Essig, alle Arten
Worcestershire Sauce	Worcestershiresauce
Yeast, Bakers	Hefe, Backhefe
Yeast Extract Spread, Marmite	Hefeextrakt, Marmite
Yeast, Nutritional	Hefe, Nährhefe