

Cibi consentiti agli intolleranti al lievito

- Riso, pasta di riso, torte di riso e cereali di riso (ma anche latte ed altri derivati)
- Mais e derivati
- Tutti i prodotti senza glutine
- Pane azimo
- Cereali freschi o secchi
- Tutte le carni (pollo, manzo, tacchino, maiale, agnello)
- Pesce (e frutti di mare)
- Uova Verdure Olio e Burro
- Legumi secchi o freschi (non in scatola)
- Formaggi freschi non fermentati
- Frutta (con molta moderazione ed evitando quella più zuccherina)
- Caffè, tisane e té
- Dolcificanti naturali (come la stevia, ma non lo zucchero ed altri dolcificanti)
- Aceto di mele
- Crakers, grissini, fette biscottate, snack e piadine senza lievito (in commercio esistono anche linee specifiche per gli intolleranti al lievito)



TULLIO TARTAGLIA

SPECIALISTA IN OTORINOLARINGOIATRIA

ISCRITTO ALLA SOCIETÀ DI ENDOCRINOCHIRURGIA