

POLLEN	NAHRUNGSMITTEL (HÄUFIG)	NAHRUNGSMITTEL (SELTEN)
Birke	Haselnuss, Mandel, Apfel, Birne, Kirsche, Pfirsich, Nektarine, Aprikose, Pflaume, Erdbeere, Kiwi, Sellerie, Karotte, rohe Kartoffel, Sojabohne, Erdnuss, Mungobohne	Kokosnuss, Walnuss, Banane, Ananas, Papaya, Mango, Orange, Avocado, Tomate, Paprika, Petersilie, Basilikum, Zwiebel, Knoblauch, Hopfen
Birke / Beifuß	Sellerie, Karotte, Kartoffel, Gewürze	Tomate, Paprika, Gurke, Spinat, Lauch, Kohl, Kresse, Senf, Soja, Erdnuss, Kiwi, Mango, Apfel
Gräser		Melone, Orange, Tomate, Kartoffel, Mangold, Erdnuss, Soja, Erbse, Getreide
Traubenkraut (Ambrosia)		Wassermelone und andere Melonenarten, Banane, Zucchini, Gurke
Nurlatex	Esskastanie, Avocado, Feige, Kiwi, Melone, Papaya, Paprika, Tomate, Karotte, Kartoffel, Sellerie, Zucchini	