Praxis für Ganzheitliche Gesundheit
Elisabeth Detky-Sauermann

Histaminreiche Nahrungsmittel

Ananas

Bananen

Erdbeeren

Orangen

Walnüsse

Sauerkraut

Tomaten

Käse

Getreidekeimlinge

Schokolade

Kakao

Tee

Kaffee

Rotwein

Sekt

Bier

Wurst

Thunfisch in Dosen

Kinesiologin • Dipl. Sozialarbeiterin • Lebens- und Sozialberaterin
Grinzingerstraße 149a/9 • A-1190 Wien • +43 650 25 00 264 • elisabeth@detky-sauermann.at • www.detky-sauermann.at