

# histamine-intolerantie.nl

Lisa Goudzwaard

## Histamine in wijn

Koop biologisch, kijk of de wijn sulfietvrij is, vraag als je bij een cave komt of de wijn in RVS tanks is gerijpt, en of er gebruik is gemaakt van BZA voor de MLF.

| DRANK                                 | MG/L               | DRANK                          | MG/L        |
|---------------------------------------|--------------------|--------------------------------|-------------|
| Moezel                                | 0.004-0.11         | Canadese rode wijn             | 0.184-0.37  |
| Port                                  | 0.006-0.01         | Pinot noir, rood, droog, 2017  | 0,2<br>0.21 |
| Sauvignon Blanc, half droog, 2017     | 0,010              | Rode Duitse wijn               | 0.21-0.55   |
| Bier                                  | 0.015-30           | Spaanse witte wijn             | 0.233       |
| Chardonnay Blanc, droog, 2018         | 0.019              | Sauternes                      | 0.25-0.68   |
| Rode Italiaanse wijn                  | 0.019-0.41         | Rode Spaanse wijn              | 0.294       |
| Italiaanse witte wijn                 | 0.026-0.09         | Medium dry sherry              | 0.32        |
| Pinot gris, half droog, 2017          | 0,036              | Hongaarse tokaj                | 0.33-0.38   |
| Pinot Blanc, droog, 2018              | 0.046              | Rode Zwitserse wijn            | 0.34-0.49   |
| Vruchtenwijn                          | 0.056              | Witte wijn algemeen            | 0.35        |
| Muscadet                              | 0.05               | Canadese port                  | 0.36        |
| Fuchs classic, rood, half droog, 2017 | 0,059              | Amerikaanse witte wijn         | 0.4-0.74    |
| Pinot noir, rosé, droog, 2018         | 0,067              | Rode Oostenrijkse wijn         | 0.43-2.03   |
| Pinot noir, rood, Meunier droog, 2018 | 0,061              | Bordeaux                       | 0,045       |
| Pinot noir, rosé, zoet, 2018          | 0,079              | Merlot, rood, half droog, 2017 | 0.44        |
| Riesling, droog, 2017                 | 0.083              | Franse witte wijn              | 0.45        |
| Bourgogne                             | 0.05-0.97          | Rheinhessen                    | 0.49-0.66   |
| Extremadura                           | 0.064              | Rode Hongaarse wijn            | 0.51        |
| Mancha                                | 0.092              | Duitse sekt                    | 0.55        |
| Rode Marokkaanse wijn                 | 0.1                | Canadese sherry                | 0.56        |
| Californische champagne               | 0.1                | Duitse ahrwijn                 | 0.68        |
| Franse rode wijn                      | 0.11-0.81          | Moutbier                       | 0.73        |
| Zwitserse witte wijn                  | 0.11-0.12          | Amerikaanse rode wijn          | 0.75        |
| Rode Portugese wijn                   | 0.12               | Alcoholvrij bier               | 0.78-1.08   |
| Lambrusco                             | 0.137-0.22         | Champagne                      | 0.87        |
| Andalusische wijn                     | 9                  | Duits pils                     | 0,093       |
| Californische sherry                  | 0.137              | Pinot noir rood, zoet, 2018    | 1.12        |
| Graves                                | 0.14               | Duits bier                     | 1.5         |
| Rioja                                 | 0.147              | Witte Zwitserse wijn           | (1.5        |
| Californische rose                    | 0.158              | Hongaarse sekt                 |             |
| Rheinau                               | 0.17               |                                |             |
| Californische witte wijn              | 0.17<br>0.178-0.23 |                                |             |