

## BEBIDAS ALCOHÓLICAS

En principio todas las bebidas alcohólicas destiladas están libres de gluten por el proceso de elaboración que sufren, incluyendo los vinagres destilados. No obstante siempre que haya mezclas hay que revisar los ingredientes.

Las siguientes bebidas no tienen gluten, aunque siempre debe comprobar la etiqueta por posibles cambios de composición:

- Armagnac – derivado de uva.
- Bourbon
- Brandy
- Champagne
- Cognac – derivado de uva
- Ginebra
- Grappa
- Kahlua
- Kirschwasser (licor de cereza)
- Martini:
  - *Club Extra Dry Martini* (maiz & uva).
  - *Club Vodka Martini* (maiz & uva).
- Oporto (Port)
- Ouzo – uva y anís.
- Ron
- Sake – fermento de arroz y encimas de Koji. Las encimas de Koji normalmente salen del Miso, que se suele hacer con cebada. La separación de los dos productos de la cebada y el proceso de elaboración debería hacerlo seguro para su consumo.
- Sidra – Fermento de manzana u otras frutas. Algunas son seguras, sin embargo muchas añaden encimas y potenciadores del sabor que pueden estar contaminados con gluten. Leer atentamente la composición.
- Tequila
- Vermouth – destilado de uva.
- Vino: todos los vinos son seguros para celíacos, incluyendo Jerez y Oporto
- Vino de Jerez y Manzanilla
- Vodka
- Whisky Escocés y similares

Fuente: celiac.com

La Cerveza es una bebida alcohólica no destilada, elaborada con granos de cebada u otros cereales. Lo habitual es que se use la cebada, por ello su consumo no es apto para celíacos, aunque algunas marcas han lanzado al mercado cerveza sin gluten (Damm, Hacendado).