Продукты, содержащие **тирамин**

* Молочные продукты
  + Все сыры, кроме свежего домашнего сыра (творога), особенно острые и выдержанные
  + Молоко, сливки
  + Кефир
  + Сметана
* Мясо
  + Куриная печень, куриный паштет
  + Говяжья и свиная печень
  + Жареная домашняя птица или дичь
  + Мясные бульоны
  + Колбаса для длительного хранения, сардельки
  + Ветчина, салями
  + Другие копчёные мясопродукты (заготовленные без использования заморозки)
* Рыба и морепродукты
  + Икра
  + Копчёная (заготовленная без использования заморозки), вяленая, маринованная рыба
  + Сельдь (сушёная либо солёная)
  + Паштет из креветок
  + Устрицы
* Овощи
  + Бобовые, в частности горох, фасоль, соевый сок, соевый соус, соевые добавки
  + Квашеная капуста
  + Красная свёкла
* Фрукты
  + Бананы, авокадо, маслины, финики
  + Перезрелые фрукты
  + Консервированный инжир, изюм
* Прочие продукты
  + Яйца
  + Грибы
  + Дрожжи, дрожжевые экстракты (выпечка, содержащая дрожжи, например, хлеб, разрешается)
  + Мороженое с сиропом
  + Все виды печенья
* Напитки
  + Красное вино и некоторые другие вина
  + Пиво, содержащее дрожжи (неочищенное)