

Fødevarer		Glutamat	Nukleotider	Samlet umami smagsindtryk
Shiitake svampe, tørrede		●●●●○	●●●●○	★ ★ ★ ★ ★
Tang (Nori)		●●●●○	●○○○○	★ ★ ★ ★ ★
Tomater, tørrede		●●●●○	●○○○○	★ ★ ★ ★ ★
Katsuobushi (tørret, røget bonito fisk)		○○○○○	●●●●●	★ ★ ★ ★ ★
Kylling		○○○○○	●●○○○	★ ★ ★ ★ ★
Østershatte, tørrede		●●●○○	●○○○○	★ ★ ★ ★
Kammusling		●●●○○	●○○○○	★ ★ ★ ★
Østers (Stillehavsøsters)		●●○○○	●○○○○	★ ★ ★ ★
Makrel		●○○○○	●●●○○	★ ★ ★ ★
Svinekød		●○○○○	●●●○○	★ ★ ★ ★
Oksekød		○○○○○	●○○○○	★ ★ ★ ★
Laks		○○○○○	●●●○○	★ ★ ★ ★
Blæksprutte		●●○○○	●○○○○	★ ★ ★ ★
Tang (Kombu)		●●●●●	○○○○○	★ ★ ★ ★
Tun		○○○○○	●●●○○	★ ★ ★ ★
Ost, Parmesan		●●●●●	○○○○○	★ ★ ★ ★
Tomater, friske solmodne		●●●○○	●○○○○	★ ★ ★ ★
Soya sauce		●●●●○	○○○○○	★ ★ ★ ★
Østers sauce		●●●●○	○○○○○	★ ★ ★
Ansjoser		●●●○○	○○○○○	★ ★ ★
Fiskesauce		●●●○○	○○○○○	★ ★ ★
Te (Grøn)		●●●○○	○○○○○	★ ★ ★
Miso sauce		●●●○○	○○○○○	★ ★ ★
Rejer		○○○○○	●○○○○	★ ★
Bacon		●●●○○	○○○○○	★ ★
Lufttørret skinke		●●●○○	○○○○○	★ ★
Ost, Emmentaler		●●●○○	○○○○○	★ ★
Ketchup		●●●○○	○○○○○	★ ★
Ærter, grønne		●●○○○	●○○○○	★ ★
Kimchi (fermenteret kål)		●●○○○	○○○○○	★ ★
Kartofler		●●○○○	○○○○○	★ ★
Ost, Cheddar		●●○○○	○○○○○	★ ★
Lakserogn		●○○○○	●○○○○	★ ★
Honning melon		●●○○○	○○○○○	★ ★
Tomat sauce		●●○○○	○○○○○	★ ★
Barbecue sauce		●●○○○	○○○○○	★ ★
Bønner		●●○○○	○○○○○	★ ★
Asparges, grønne		●○○○○	●○○○○	★ ★
Hvidløg		●●○○○	○○○○○	★
Enoki svampe		●○○○○	○○○○○	★
Majs		●○○○○	○○○○○	★
Kaviar		●○○○○	○○○○○	★
Kinaradise		●○○○○	○○○○○	★
Shiitake svampe, friske		●○○○○	○○○○○	★
Kartofler, søde		●○○○○	○○○○○	★
HP sauce		●○○○○	○○○○○	★
Løg		●○○○○	○○○○○	★
Spinat		●○○○○	○○○○○	★
Blomkål		●○○○○	○○○○○	★
Salat		●○○○○	○○○○○	★
Champignon		●○○○○	○○○○○	★
Kål		●○○○○	○○○○○	★
Asparges, hvide		●○○○○	○○○○○	★
Broccoli		●○○○○	○○○○○	★
Selleri		●○○○○	○○○○○	★
Avocado		●○○○○	○○○○○	★
Gulerod		●○○○○	○○○○○	★
Pære		●○○○○	○○○○○	★
Æg		●○○○○	○○○○○	★
Fersken		●○○○○	○○○○○	★
Græskar		●○○○○	○○○○○	★
Peberfrugt, grøn		●○○○○	○○○○○	★
Tang (Wakame)		●○○○○	○○○○○	★
Citron		●○○○○	○○○○○	★
Aubergine		●○○○○	○○○○○	★
Vindruer		●○○○○	○○○○○	★
Æble		●○○○○	○○○○○	★
Smør		●○○○○	○○○○○	★
Agurk		●○○○○	○○○○○	★