



Pressemitteilung

Bonn/Berlin, 16.11.2017 / Seite 1 von 3

Kann man das noch essen?

Haltbarkeit von Lebensmitteln wird von Verbraucherinnen und Verbrauchern sehr unterschiedlich beurteilt. Die Initiative *Zu gut für die Tonne!* des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft klärt über das Thema auf.

Haltbar oder nicht? Was Menschen darauf antworten, hängt oft mit ihren Geschmacksgehnheiten zusammen: So essen die Deutschen Käse wesentlich weniger „reif“ als die Franzosen. In Spanien und Ungarn wird Salami länger gereift als bei uns und auch beim Öl spielt der gewohnte Geschmack eine Rolle: Leinöl zum Beispiel schmeckt schnell bitter und ranzig. Viele Menschen empfinden eine gewisse Bitternote aber sogar als typisch für Leinöl – und haben kein Problem damit.

Änderung von Geschmack, Geruch und Konsistenz sind noch kein Verderb

Für die allermeisten Lebensmittel gilt: Was gut aussieht, gut riecht und schmeckt ist meistens auch nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums noch genießbar. Denn das Mindesthaltbarkeitsdatum informiert darüber, wie lange ein Lebensmittel mindestens seine Qualität behält. Wichtig zu wissen ist, dass sich bei den meisten Lebensmitteln Geruch, Geschmack und Konsistenz verändern, schon bevor sie verdorben sind. Was duftete, riecht fad, was intensiv schmeckte, wird langweilig, was knackig war, wird weicher. Essbar können die Lebensmittel aber trotzdem noch sein und mit einem würzigen Resterezept werden sie auch lecker. Am besten, man kauft Lebensmittel dann, wenn man sie braucht – oder weiß, dass man sie essen wird, solange sie noch schmackhaft sind.

Ausnahme Verbrauchsdatum

Es gibt aber auch Lebensmittel, die schnell verderben, ohne dass dies mit den eigenen Sinnen wahrgenommen werden kann. Dazu gehören zum Beispiel Hackfleisch oder verpacktes frisches Fleisch oder Fleischstücke. Diese tragen ein Verbrauchsdatum auf der Packung (Aufdruck: zu verbrauchen bis). Das ist unbedingt ernst zu nehmen: Diese Lebensmittel sollten nach Ablauf des Datums entsorgt werden.

Lebensmittel mit längerer Haltbarkeit

- Joghurt

Joghurt trägt ein Mindesthaltbarkeitsdatum. Er kann also noch essbar sein, wenn er abgelaufen ist. Joghurtsorten mit der Aufschrift „mild“ schmecken noch lange gut. Diese Sorte beherrscht inzwischen die Supermarktregale. Auch weit nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums kann sie noch genießbar sein, wie Forschungsergebnisse des Max Rubner-Instituts bestätigen: In einem Test war bei Joghurts der Sorte „mild“ noch rund sechs Wochen nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums alles in Ordnung. Das hat mit dem niedrigen pH-Wert zu tun, der den Joghurt schützt. Etwas Flüssigkeit oben auf dem Joghurt ist übrigens kein Zeichen für zu lange Lagerung und auch kein Wegwerfgrund: Es hat sich nur ein wenig Molke abgesetzt. Ist hingegen Schimmel im Becher, muss der Joghurt leider in den Abfall.

- Salami

Auch Salami gehört zu den besonders lang haltbaren Lebensmitteln. Sie sollte kühl und trocken gelagert werden. Ihr Geschmack kann sich mit der Zeit verändern, und wenn sie lange liegt, kann sie ausbleichen oder sich verfärben. Das macht aber nichts, sie ist trotzdem noch essbar. Wenn sie sehr hart ist, lässt sie sich in sehr kleine Stückchen geschnitten zum Würzen verwenden: zum Beispiel in Suppen, Eintöpfen oder Aufläufen.

- TK-Gemüse

Tiefkühlgemüse hält lange, aber irgendwann ist es weniger knackig, saftig und zart – oder es verliert an Farbe. Das ist zum Beispiel bei Erbsen der Fall, die dann weniger aromatisch schmecken und an Süße verlieren. In den Abfall muss das TK-Gemüse dann aber nicht. Am besten, man isst es mit einer aromatischen Soße und vielen Gewürzen.

- Öl

Kühl und dunkel gelagert hält ungeöffnetes Öl besonders lange. Verschluss gelagertes, kalt gepresstes Rapsöl beginnt zum Beispiel etwa 17 bis 18 Monate nach der Abfüllung ranzig zu werden. Geöffnetes Speiseöl kann allerdings je nach Sorte und Lagerung schon nach ein bis zwei Monaten ranzig werden. Wenn Öl ranzig wird, können ungesunde Stoffe entstehen und es werden gleichzeitig wertvolle Inhaltsstoffe abgebaut. Darum sollte man Öl möglichst in kleinen Mengen kaufen, die in absehbarer Zeit aufgebraucht werden können. Kalt gepresste Öle können bei zu kühler Lagerung ausflocken, aber das tut der Qualität keinen Abbruch. Das Öl wird am besten eine Stunde vor Gebrauch aus dem Kühlschrank genommen: Bei Zimmertemperatur lösen sich die Flocken schnell auf.

Weiterführende Fachinformationen zur Haltbarkeit finden Sie beim Max Rubner-Institut, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel:

https://www.mri.bund.de/fileadmin/MRI/Verbrauchermedien/MRI-Flyer_MHD-IGW17-8s-web.pdf

Initiative *Zu gut für die Tonne!*

Jedes achte Lebensmittel, das wir kaufen, werfen wir weg. Pro Person und Jahr sind das rund 82 Kilogramm Lebensmittelabfall. Rund zwei Drittel davon wären vermeidbar. Wie sich Lebensmittelabfälle reduzieren lassen, zeigt die Initiative *Zu gut für die Tonne!* des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). Akteure aus Industrie, Handel, Gastronomie und Landwirtschaft sowie Verbraucherverbänden, Kirchen und NGOs unterstützen die Initiative. Unter www.zugut fuer dietonne.de finden sich Tipps zu Lebensmittellagerung und -haltbarkeit, Fakten zur Lebensmittelverschwendung sowie Rezepte für beste Reste.

Pressekontakt

Zu gut für die Tonne!

Eine Initiative des BMEL

Sarah Hermges

Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) in der
Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung

Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn

Telefon: +49 (0)228 996845-7340

E-Mail: **kontakt@zugutfuerdietonne.de**

Weitere Presseinformationen und Bildmaterial unter:

www.zugutfuerdietonne.de