



5 nachhaltiger Spaziergang durch die Welt der Lebensmittel

Mindesthaltbarkeit Lagerung Einkauf Kochen



# Kachkiste



## Die richtige Lagerung von Lebensmitteln im Kühlschrank:

Im Prinzip gilt für den klassischen Kühlschrank: Unten ist kälter als oben. Die kalte Luft sinkt ab und sammelt sich so über dem Gemüsefach. Zwischen den oberen und unteren Fächern kann so ein Temperaturunterschied von sechs Grad herrschen. So sieht die richtige **Lagerung von Lebensmitteln im Kühlschrank** aus:

Fach	Lebensmittel
Das oberste Fach	Hier herrschen Temperaturen von 8 bis 10 Grad. Hier können lang haltbare Lebensmittel gelagert werden, zubereitete Speisen, angebrochene Lebensmittel oder Käse.
Das mittlere Fach	Die Temperatur liegt hier bei etwa fünf Grad. Ein guter Ort für Milchprodukte, wie Joghurt, Milch, Sahne oder Quark.
Das untere	Mit circa zwei bis drei Grad die kälteste Stelle im Kühlschrank.

---

Fach über dem Gemüsefach	Mögliche Bakterien werden hier „kalt gestellt“. Sie können sich also nicht vermehren. Ins untere Fach gehören Lebensmittel, die leicht verderblich sind, zum Beispiel Hackfleisch, Wurst, Steaks, Fisch oder Fischerzeugnisse. Generell sollten diese Lebensmittel abgedeckt werden, damit sich mögliche Erreger nicht auf andere Speisen übertragen.
Die Tür	Hier liegt die Temperatur bei etwa 8 Grad. Ein guter Lagerort für Butter, Getränke, Ketchup, Eier und Saucen.
Das Tiefkühlfach	Der richtige Lagerort für Tiefkühlprodukte. Prüfen Sie vorher, wie lange sich das Lebensmittel im Fach hält.
Das Gemüsefach	Ganz unten befinden sich die Gemüseschublade. Der richtige Ort für Obst- und Gemüsesorten. Kälteempfindliche Südfrüchte, wie zum Beispiel Bananen oder Ananas gehören aber nicht hierhin. Tomaten sollten ebenfalls nicht im Kühlschrank gelagert werden.

---