

Genuss ohne Risiko

Wie lange können Lebensmittel nach Ablauf des Datums noch bedenkenlos genossen werden?



Datierung

Lebensmittel sind entweder mit einem Verbrauchs- oder einem Mindesthaltbarkeitsdatum versehen.

Zu verbrauchen bis:

Leicht verderbliche Lebensmittel sind mit einem Verbrauchsdatum gekennzeichnet und sollten immer gekühlt gelagert werden. Bewahrt man diese Produkte tiefgekühlt auf, sind sie sogar weitere 90 Tage problemlos geniessbar. Dazu eignen sich Lebensmittel, die sich durch das Tiefkühlen sensorisch nicht verändern, etwa Frischfleisch, Reibkäse oder Erzeugnisse aus Fisch und Meeresfrüchten. Eignet sich ein Produkt nicht zum Tiefkühlen (zum Beispiel Patisserie oder unverpacktes Frischfleisch), sollte es nach dem Verbrauchsdatum entsorgt werden.

Mindestens haltbar bis:

Lebensmittel mit Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) sind über das angegebene Datum hinaus haltbar. Das MHD gibt lediglich an, bis zu welchem Zeitpunkt ein Produkt in Bezug auf Geruch, Farbe oder Konsistenz qualitativ einwandfrei ist, beurteilt aber nicht die Lebensmittelsicherheit. Bei korrekter Lagerung lassen sich diese Lebensmittel auch nach überschrittenem MHD bedenkenlos geniessen. Um ganz sicherzugehen, empfehlen wir, vor dem Genuss das Aussehen, den Geschmack und den Geruch zu testen.

Auf der Rückseite informieren die grünen Kästchen, wie viele Tage über das MHD hinaus man einzelne Produktgruppen aufbewahren kann. Dazu gibt es Tipps zur optimalen Lagerung der Lebensmittel. Die Angaben basieren auf einem wissenschaftlichen Grundlagenbericht der ZHAW.

Bei Produkten mit Mindesthaltbarkeitsdatum: Vertraue deinen Sinnen

So beurteilst du, ob ein Lebensmittel noch geniessbar ist:



sehen

Schau dein Produkt an, um zu überprüfen, ob es sich optisch verändert hat: auffällig veränderte Farbe, Schimmel, schleimig, Fäden ziehend, matt, flockig, Insekten, Maden, Gespinste etc.



riechen

Riech am Produkt, um herauszufinden, ob es keinen Fehlgeruch aufweist, wie z. B. muffig, faulig, ranzig, schwefelig, streng, stechend, alkoholig, etc.



schmecken

sofern keine optischen oder geruchlichen Veränderungen vorliegen, iss ein wenig vom Produkt, um zu prüfen, ob der Geschmack nicht verändert ist. Bei Geschmacksabweichungen, z. B. sauer, bitter, prickelnd oder anderen ungewohnten (vom üblichen Geschmack abweichenden) Geschmacksnoten, sollte das Lebensmittel nicht mehr gegessen werden.

Kontakt



Tischlein deck dich
Rudolf-Diesel-Strasse 25
8404 Winterthur
T 052 224 44 88
info@tischlein.ch
www.tischlein.ch



foodwaste.ch
Wylerringstrasse 36
3014 Bern
T 031 306 17 60
info@foodwaste.ch
www.foodwaste.ch

Mehr Infos:



Mehr Infos:



Produkte mit Mindesthaltbarkeitsdatum **+360 Tage**



Mehl

Dunkel, trocken bei Zimmertemperatur lagern. Gut verschlossene Behälter verwenden.



Teigwaren und Reis

Ungekocht: dunkel, trocken, luftdicht verschlossen lagern. Gekocht und verschlossen im Kühlschrank ca. 1 bis 2 Tage haltbar. Gekocht portionsweise einfrieren.



Salz, Gewürze, Essig

Dunkel, trocken und verschlossen lagern.



Tee & Kaffee

Kühl oder bei Zimmertemperatur lagern. Trocken, licht- und luftgeschützt aufbewahren.



Schokolade und Süßigkeiten

Dunkel, trocken und verschlossen bei Zimmertemperatur lagern. Weniger aromatisch, aber nicht verdorben. Bei Aromaverlust z. B. noch zum Backen verwenden. **Wichtig:** Der weiße Belag ist kein Schimmel.



Zucker

Süsstoffe, Sirup, Honig, Konfitüre Dunkel und trocken lagern. Immer saubere Löffel und Messer zum Portionieren verwenden. Für Flüssiges: Ungeöffnet bei Zimmertemperatur; geöffnet: im Kühlschrank lagern.

Produkte mit Mindesthaltbarkeitsdatum **+90 Tage**



Tiefkühlprodukte

Wenn zu blass und fad, für Suppen und Saucen verwenden. Verschlossen lagern. Nach dem Auftauen sind Reste der Produkte unbedingt im Kühlschrank zu lagern und müssen innert 1 bis 2 Tagen gegessen werden.

Produkte mit Mindesthaltbarkeitsdatum **+120 Tage**



Frühstückscerealien, Knäckebrot, Zwieback

Trocken und luftdicht verschlossen lagern.



Dosenkonserven (Gemüse, Fleisch, Früchte) Gläser (in Öl eingelegte Produkte) Trockensuppen & -saucen

Kühl oder bei Zimmertemperatur, verschlossen, trocken und lichtgeschützt lagern. Dosenkonserven bzw. Gläser müssen nach dem Öffnen unbedingt im Kühlschrank gelagert und innert weniger Tagen gegessen werden.



Ungekühlt lagerbare Getränke

Softdrinks, Mineralwasser Kühl oder bei Zimmertemperatur, verschlossen, trocken und lichtgeschützt lagern. Geöffnet: im Kühlschrank lagern und innert wenigen Tagen zu verbrauchen.



Fett, Öl

Dunkel, bei Zimmertemperatur lagern.

Produkte mit Mindesthaltbarkeitsdatum **+6 Tage**



Kleingebäck

Blätterteiggebäck, Konfekt, Kuchen Lichtgeschützt und trocken bei Zimmertemperatur lagern.



Pastmilch

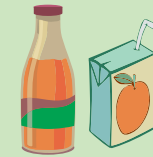
Ungeöffnet und kühl lagern. Nach dem Öffnen innert 2 bis 3 Tagen verbrauchen.



Eier, roh

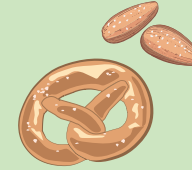
Kühl lagern.

Produkte mit Mindesthaltbarkeitsdatum **+30 Tage**



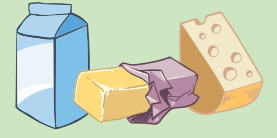
Getränke gekühlt

Fruchtsaft, Gemüsesaft Immer gekühlt lagern.



Salzige Snacks

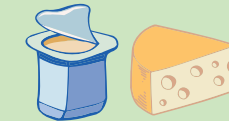
gebackene Snacks, Kekse, Biskuits, Samen, Nüsse Trocken und dunkel lagern. In geschlossenem Behälter aufbewahren.



UHT-Milch, Butter, Hartkäse

Verschlossen im Kühlschrank lagern. UHT-Milch kann vor dem Öffnen bei Zimmertemperatur gelagert werden; muss aber nach dem Öffnen unbedingt kühl gelagert und innert wenigen Tagen gegessen werden.

Produkte mit Mindesthaltbarkeitsdatum **+14 Tage**



Quark, Joghurts, Frisch- & Weichkäse

Käse hält am Stück länger als in Scheiben.



Pökelwaren zum Rohessen

Rohschinken, Salami, Salsiz Salami und geräucherter Schinken am Stück mehrere Wochen haltbar. Im Ganzen länger haltbar als in Scheiben geschnitten.



Vorverpackte Backwaren

Lichtgeschützt und trocken bei Zimmertemperatur im Brotkasten lagern (Schutz vor Austrocknung). Luftdicht verpacktes Brot (d.h. in Plastikbeutel) wird weich und kann so leicht verschimmeln.



Eier, gekocht

Kühl lagern.