

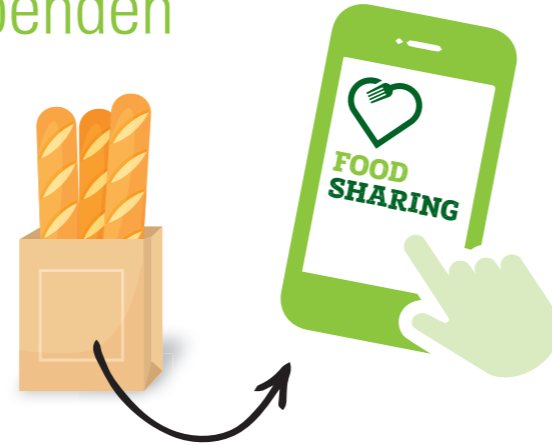
Nimm krummes Obst und Gemüse

Eine krumme Gurke oder eine verzweigte Möhre schmeckt genauso gut wie die ideal geformten Sorten. Also: gib nicht perfektem Obst und Gemüse eine Chance und rette sie vor der Tonne!

Nobody is perfect
Nicht perfekte Lebensmittel schmecken genauso gut!



Lebensmittel spenden



Lebensmittel, die noch bedenkenlos verzehrt werden können, aber im Supermarkt nicht mehr verkauft werden, können an andere Organisationen weitergegeben werden. Hierfür eignen sich besonders Obst und Gemüse mit optischen Makeln oder kühlpflichtige Produkte, deren Mindesthaltbarkeitsdatum kurz vor Ablauf ist. Mögliche Partner sind die Tafeln, Sozialverbände (z.B. Caritas, Diakonie, Rotes Kreuz), Foodsharing, To Good To Go oder gastronomische Betriebe. Aber auch Gnaden- und Tierschutzhöfe sind dankbar für eine Spende der Lebensmittel.

Teilen statt Tonne
Nicht mehr benötigte Lebensmittel teilen!

Bündnis

Wir retten Lebensmittel!



Bayerisches Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten



HERAUSGEBER

Kompetenzentrum für Ernährung – KErn
an der Bayerischen Landesanstalt für Landwirtschaft
Hofer Straße 20, 95326 Kulmbach
Am Gereuth 4, 85354 Freising
poststelle@kern.bayern.de | www.kern.bayern.de

Stand: Juli 2021

Redaktion: KErn – Bereich Wissenschaft
Bildnachweis: istock.com (SeNata (Titelfoto)),
Querfeld GmbH (S. 6)
Gestaltung: zweiblick // design, St. Blasien
Druckerei: Hausdruckerei Staatsministeriums
für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Das Kompetenzzentrum für Ernährung – KErn ist eine Einrichtung im Geschäftsbereich des Bayerischen Staatsministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (StMELF).

Die Handreichung ist eine Maßnahme im Rahmen des bayerischen Bündnisses „Wir retten Lebensmittel!“ zur Vermeidung von Lebensmittelverschwendung und wurde mit Unterstützung des Handelsverbands Bayern erstellt.



Handzettel

Gemeinsam handeln – wir retten Lebensmittel!

Tipps für mehr Lebensmittelwertschätzung im Handel und Konsum

Haltbarkeit und Genießbarkeit von Lebensmitteln erkennen

Sinnestest
Abgelaufene Lebensmittel nicht gleich entsorgen



Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist kein Wegwerfdatum! Auch nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums sind die Lebensmittel oft noch genießbar. Vertraue einfach auf deine eigenen Sinne und teste, ob das abgelaufene Lebensmittel noch gut ist. Also: sehen, riechen, probieren und Lebensmittel vor der Tonne retten.

Mit allen Sinnen testen!



Was besagt eigentlich ...

... Das Mindesthaltbarkeitsdatum:

Datum, bis zu dem ein Lebensmittel bei richtiger Aufbewahrung mindestens seine spezifischen Eigenschaften (z.B. Farbe, Geschmack, Konsistenz) behält. Die Lebensmittel sind i.d.R. auch nach Ablauf des Datums noch genießbar.

... Das Verbrauchsdatum:

Datum, bis zu dem leicht verderbliche Lebensmittel wie Hackfleisch spätestens verzehrt werden sollten. Nach Ablauf des Datums sollte das Lebensmittel nicht mehr verzehrt werden, da es gesundheitsschädigend sein kann.

... Die Reife:

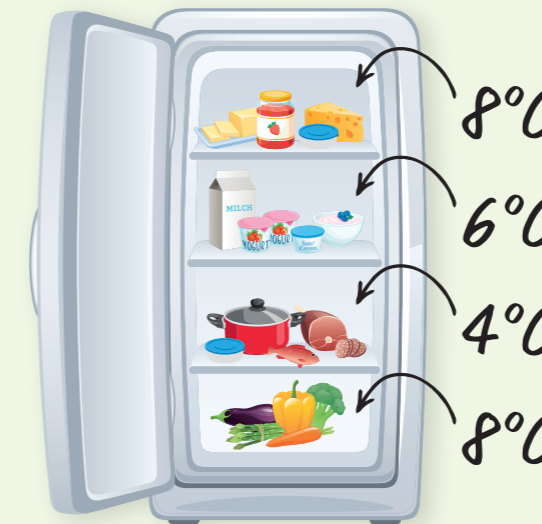
beschreibt den Reifegrad bei Obst und Gemüse. Einige Früchte, wie z. B. Äpfel, Bananen... reifen nach der Ernte noch nach. Das dadurch freigesetzte Reifegas lässt daneben liegendes Obst und Gemüse ebenfalls weiter reifen und kann dadurch schneller verderben. Deshalb empfindliche Obstarten wie z.B. Kirschen lieber getrennt von Äpfeln lagern.

... Der Verderb:

beschreibt Veränderungen in einem Lebensmittel, die Aussehen, Konsistenz, Geruch oder Geschmack so beeinträchtigen, dass das Lebensmittel nicht mehr für den Verzehr geeignet ist. Der Verderb kann durch verschiedene Faktoren ausgelöst werden, z.B. durch Bakterien, Schimmelpilze, Temperatur oder Luftfeuchtigkeit.

Lebensmittel richtig lagern

Um Lebensmittel länger haltbar zu machen, solltest du die Produkte entsprechend ihrer spezifischen Temperaturanforderungen lagern. Das gilt sowohl für die großen Lager und (Kühl-)Regale im Supermarkt als auch für den privaten Kühl- und Vorratsschrank.



Richtig lagern
Temperatur- und Lagerhinweise auf der Verpackung beachten!

Zuerst rein – zuerst raus Beim Aus- und Einräumen Haltbarkeiten beachten!

Beim Einräumen und Entnehmen der Lebensmittel aus dem Kühl- oder Vorratsschrank gilt das sog. „Zuerst rein – zuerst raus“-Prinzip: Produkte, die zuerst gekauft bzw. gelagert wurden, sollten auch zuerst wieder entnommen und verbraucht werden. Auch im Supermarkt gilt: Lebensmittel die im Regal vorne stehen sind kürzer haltbar. Kaufe diese bevorzugt, wenn du planst sie bald zu verbrauchen.

