

Tipps & Tricks

Lebensmittel richtig lagern

Food-Waste vermeiden

Nicht alles muss in den Kühlschrank: Wie sollen trockene Lebensmittel gelagert werden? Was ist bei Obst und Gemüse zu beachten? Und wohin gehören Backwaren? LAND-LEBEN gibt zukünftig Tipps und Anregungen zum richtigen Umgang mit den kostbaren Gütern.

Wir geben Infos, was es bei der Lagerung von trockenen Lebensmitteln, zu denen ganz klar unsere Produkte zählen, zu beachten gilt.

Lebensmittel bei Raumtemperatur lagern

Das Österreichische Lebensmittelbuch unterscheidet drei temperaturabhängige Formen der Aufbewahrung von Lebensmitteln: bei Raumtemperatur lagern, gekühlt lagern und tiefgekühlt lagern. Für die Lagerung bei Raumtemperatur sollte das Lebensmittel unter den in unseren Breiten üblichen Bedingungen der Temperatur, Luftfeuchtigkeit und Lichtverhältnisse gelagert werden. Die Temperatur des Zimmers sollte **zwischen 18 und 22 Grad Celsius** betragen. Das gilt für viele Obst- und Gemüsesorten, aber beispielsweise auch für Brot, Kaffee, Konserven oder Öle.

Einflüsse: Luftfeuchtigkeit, Wärme, Licht

Bei der Lagerung bei Raumtemperatur wirken verschiedene physikalische Einflüsse auf das Lebensmittel ein. Sie können die Lagerfähigkeit beeinflussen. Daher gilt es, folgende

Regeln zu beachten:

- **Vor Wärme schützen:** Das Lebensmittel darf nicht in unmittelbarer Nähe einer Wärmequelle – wie nahe einer Heizung oder unter dem Einfluss direkter Sonneneinstrahlung – gelagert werden.
- **Trocken lagern:** Das Lebensmittel soll an einem trockenen Ort bei einer maximalen relativen Luftfeuchtigkeit von 70 Prozent aufbewahrt werden.
- **Lichtgeschützt lagern:** Das Lebensmittel soll vor direktem Lichteinfall geschützt gelagert werden.

Lagerung trockener Lebensmittel

Für trockene Lebensmittel wie unsere Backerbsen, Croutons, Knödelbrot oder Gewürzen, Salz, Reis, Nudeln, Mehl, Zucker oder Kaffee eignet sich der **Vorratsschrank als Lagerungsort**. Hier empfiehlt sich die Aufbewahrung in der **Originalverpackung**, solange diese luftdicht wiederverschließbar ist. So verkeben die Lebensmittel nicht durch Luftfeuchtigkeit und nehmen keine Gerüche aus der Umgebung auf. Werden sie aus der Originalverpackung genommen, sollten die Lebensmittel in **luftdichte Behältnisse aus Glas oder Kunststoff** umgefüllt und die Vorräte darin gelagert werden.

Lebensmittellagerung richtig organisieren

Beim Anlegen von Lebensmittelvorräten spielt die Organisation eine wesentliche Rolle. Eine geordnete Lagerung hilft, die Übersicht zu bewahren. Lebensmittel sollten einen bestimmten Lagerort haben und nicht auf zu viele Küchenschränke verteilt werden. Es bietet sich an, neue Lebensmittel hinten einzuschlichten und somit zuerst die älteren vorne zu verbrauchen. Auf diese Weise bleibt das Mindesthaltbarkeitsdatum besser im Blick und das Wegwerfen nicht mehr genießbarer Lebensmittel kann reduziert werden. Häufig verwendete Produkte sollten sich immer in Griffnähe befinden. Bei der Aufbewahrung in Boxen empfiehlt sich außerdem eine Beschriftung der Behälter.

© LAND-LEBEN Nahrungsmittel GmbH