

den bisherigen Erfahrungen bleiben gesunde Personen bei der Aufnahme der empfohlenen Nahrungsmengen in gutem Ernährungszustand.

Da sich die Gerichte nur auf die Mittagsmahlzeit beziehen, sind die gewünschten Nährstoffmengen in der Höhe als richtungweisend anzusehen, die rund ein Drittel — je nach Berufsschwere 30—40 v. H. — des Tagesbedarfs decken. Zahlenmäßig bedeutet das, daß in einer Portion einer Mittagsmahlzeit 800 bis 1000 Kalorien enthalten sein sollen. Streuungen von 750 bis 1100 Kalorien sind unvermeidlich. Für Haushaltungen mit Schwer- oder Schwerstarbeitern werden daneben zusätzliche Speisen, wie Suppen usw. angezeigt.

Die je Mahlzeit enthaltenen **Eiweiß**mengen sollen dementsprechend zwischen 20 und 40 g liegen, desgleichen die **Fett**mengen, während die Kohlenhydratmenge je Mahlzeit bei rund 100 g liegen soll.

Weiterhin sollen sich die zu empfehlenden Gerichte an die jahreszeitlichen Marktgegebenheiten anpassen. Um dieser Bedingung gerecht zu werden, stützt sich die Rezeptvorbereitung auf einen **Ernährungswegweiser, der vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten herausgegeben wird. (Dieser Ernährungswegweiser wird alle 2 Monate im „Verbraucherdienst“ B des Bundesausschuß für volkswirtschaftliche Aufklärung e. V. veröffentlicht.)** Darüber hinaus werden von dem an den Ausschußsitzungen teilnehmenden Vertreter des Landes-Ernäh-

rungsministeriums Erläuterungen und Hinweise zu der allgemeinen Versorgungslage und der Preistendenz auf dem Nahrungsmittelsektor gegeben.

Im Ernährungswegweiser sind alle Nahrungsmittel aufgeführt, die auf Grund von Erntemittlungen und den zu erwartenden Marktbeschickungen ausreichend verfügbar sind. Natürlich können unvorhergesehene Ereignisse den Ernährungswegweiser stören. In solchen Fällen, die auch schon vorgekommen sind, verlassen sich die Verfasser der Rezepte auf die Anpassungsfähigkeit der Hausfrauen. Der Ernährungswegweiser empfiehlt vornehmlich solche Produkte, die der einheimischen Erzeugung entstammen, aber auch Einfuhrerzeugnisse.

Die Auflagenziffer des für jeden Interessenten kostenlosen Rezeptdienstes beweist, wie er sich bisher bewährt hat. Zu Beginn — im Jahre 1951 — wurden einige 1000 Exemplare angefordert. Heute beträgt die zur Verteilung gelangende Anzahl des alle zwei Monate erscheinenden Rezeptdienstes, der stets mindestens zehn Rezeptvorschläge enthält, über eine Million. Aktuelle hauswirtschaftliche Hinweise und küchentechnische Tips umrahmen die Rezepte. Die Rezepthefte gelangen über die verschiedenen Hausfrauenorganisationen zur Verteilung. Meist werden die im Farbendruck illustrierten Rezepthefte den Zeitschriften der Hausfrauenorganisationen beigelegt. Ein Teil der Hefte erreicht aber die Hausfrauen auch auf anderen Wegen.

Lagerung von Lebensmitteln - aber wie lange?

Eine Arbeit der Bundesforschungsanstalt für Hauswirtschaft, Stuttgart-Hohenheim

Die sachgemäße Aufbewahrung und Lagerung unserer Grundnahrungsmittel erfordert eine ziemlich umfangreiche Kenntnis ihrer Zusammensetzung sowie der möglichen Veränderungen unter dem Einfluß von Temperatur, Licht, Luft und Feuchtigkeit.

So verhalten sich die stark wasserhaltigen Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Gemüse und Obst ganz anders als trockene Güter wie Mehl, Hülsenfrüchte u. dgl. Außerdem spielt der Gehalt an

Fett, Eiweiß und Kohlenhydraten für die Lagerungsfähigkeit eine ausschlaggebende Rolle, da sowohl die Auswirkungen der Umweltbedingungen als auch die Tätigkeit der Kleinlebewesen bzw. der Fermente im Gut von dem Gehalt dieser verschiedenen Nährstoffe abhängig ist.

Die nachteiligen Veränderungen in den Lebensmitteln sind zum großen Teil erst durch einen gewissen Wassergehalt möglich. Deshalb kann man auch die Frage der Aufbewahrung, d. h. der

kurzfristigen und langfristigen Lagerung unter diesem Gesichtspunkt betrachten.

Wir teilen die Lebensmittel für diesen Zweck folgendermaßen ein:

1. Gruppe: Wassergehalt bis zu 25 %
2. Gruppe: Wassergehalt über 75 %
3. Gruppe: Unterschiedliche Zusammensetzung, Wassergehalt zwischen 25 und 75 %.

Bei den folgenden Angaben über die mögliche Lagerdauer wird von einem Haushalt ausgegangen, dessen Einrichtungen folgende Anforderungen an die Lagerräume erfüllen:

Die Speisekammer oder der eingebaute Speiseschrank liegen nach Norden oder Nordosten und haben ausreichende Lüftungsmöglichkeiten nach außen. Auf diese Weise können sie trocken, relativ kühl und dunkel gehalten werden. Der Keller liegt so weit unter der Erde, daß auch im Sommer die Temperatur nicht über 15°C ansteigt, einen möglichst gleichbleibenden Feuchtigkeitsgehalt in der Luft von ca. 80—90 % besitzt und nach Bedarf gelüftet werden kann. Dies setzt voraus, daß weder Heizrohre noch Heizkörper durch den Vorratskeller geleitet bzw. darin aufgestellt werden.

Darüber hinaus wird von dem Kühlschrank erwartet, daß Temperaturen von 0—8°C eingestellt werden können und außerdem ein Verdampferfach bzw. ein Raum vorhanden ist, in dem gewisse Lebensmittel kurzfristig bei Temperaturen von —1 bis —2°C gelagert werden können. Die relative Luftfeuchtigkeit beträgt im Kühlraum 60—70 % und ist nicht regulierbar.

Hinsichtlich der Qualität der Nahrungsmittel, die nach der kurz- oder langfristigen Lagerung zur Verwendung kommen, ist zu fordern, daß sie sich im Geschmack, Geruch und Aussehen von der einwandfreien frischen Ware nicht merklich unterscheiden. (Im folgenden dem Begriff „haltbar“ gleichzusetzen). Allerdings wird hier berücksichtigt, daß die dem Verbraucher angebotene sog. „frische Ware“ als „frisch vom Händler“ verstanden wird und nicht „frisch vom Erzeuger“. Dadurch sind die hier angegebenen Lagerzeiten u. U. kürzer als in einem SelbstverSORgerhaushalt.

In diesem Bericht wird oft auf die relative Luftfeuchtigkeit und deren Bedeutung für die Lagerhaltung hingewiesen. Bei nicht zu extremen klimatischen Außenluftverhältnissen beträgt die relative Luftfeuchtigkeit im Haushalt im Durchschnitt 60—80 %. Die Luft gilt als feucht, wenn der Gehalt 70—90 % und als trocken, wenn der Gehalt ca. 50 % relative Luftfeuchtigkeit beträgt.

1. Gruppe: Wassergehalt bis zu 25 % („Trocken-Nahrungsmittel“). Zu dieser Gruppe gehören eine Reihe wichtiger Lebensmittel, die vorwiegend Kohlenhydrate, vorwiegend Eiweiß, vorwiegend Fett oder ein Gemisch dieser Nährstoffe enthalten.

Einen überwiegenden Anteil an Kohlenhydraten enthalten in dieser Gruppe Mehl, Reis, Grieß, Graupen, Teigwaren, Zucker, Stärkeprodukte aus Karioffeln und Getreide. Hiervon sind Zucker, Honig, Reis und Stärkeprodukte als einzige Nahrungsmittel ohne besondere Vorsichtsmaßnahmen im Haushalt unter unseren klimatischen Verhältnissen gut lagerungsfähig. Mehl, Grieß u. ä. können dagegen in gewissen Zeitabständen aus feuchter Luft Wasser aufnehmen, das in dem Trockengut zu Veränderungen führt, die von jeder Hausfrau am Muffig- oder Bitterwerden evtl. sogar an der Bildung von Fäden zu erkennen sind. Deshalb ist die wichtigste Bedingung für die Aufbewahrung dieser Trockenprodukte über Monate hinweg, daß sie luftig — aber in trockenen Räumen, z. B. in Speisekammern — lagern sollen. Eine noch so luftige Aufbewahrung von größeren Vorräten in feuchten Räumen, wie stark benützten und unentlüfteten Küchen, Kellern, Kühlräumen u. ä., ist aus diesem Grunde sinnlos.

Einen relativ hohen Eiweißgehalt (über 20 %) haben in dieser Gruppe die Hülsenfrüchte. Sie sind ebenso wie Reis ziemlich unempfindlich gegen atmosphärische Einflüsse, lassen aber bei längeren Lagerzeiten (über 1 Jahr) im Quellungsvermögen etwas nach. Hierdurch verlängert sich zunächst die Kochzeit, und schließlich ist ein dem üblichen Geschmack entsprechender Garegrad nicht mehr zu erreichen.

Zur Gruppe 1 gehören weiterhin die **Öle und Fette**. Für diese Güter gilt gemeinsam, daß der Einfluß des Sauerstoffes der Luft und höherer

Temperaturen zu Veränderungen führen, die mit der Erscheinung des „Ranzigwerdens“ jeder Hausfrau bekannt sind.

Da die verschiedenen pflanzlichen und tierischen Fette einen unterschiedlichen Herstellungsprozeß durchlaufen, verhalten sie sich im Hinblick auf ihre Lagerfähigkeit nicht alle gleich. Nicht erhitzte und wasserhaltige Fette wie Butter und Margarine haben wesentlich kürzere Lagerzeiten als Butterschmalz, Schweineschmalz und Öle, wenn dieselben Lagerbedingungen zugrunde gelegt werden. Im Kühlraum oder Kühlschrank kann frische Butter bei + 2 bis + 4° C ca. 15 bis 20 Tage, im Keller bei + 10 bis + 15° C 5 bis 8 Tage und im Raum bei ca. 20° C 3—5 Tage in luftdichter Verpackung ohne Schaden aufbewahrt werden. Ist Butter dem Einfluß der Luft ausgesetzt, so verringern sich diese Zeiten — bei niedrigerer Temperatur jedoch weniger als bei höherer. Für Margarine gelten die ähnlichen Lagerbedingungen, wenn auch von verschiedenen Seiten scheinbar ein ungünstiger Einfluß der Kühlschranktemperatur auf Konsistenz und Wirkstoffgehalt bestimmter Margarinesorten festgestellt wurde. Schweine- und Butterschmalz, das vorschriftsmäßig gewonnen wurde, kann bei vollkommenem Luftabschluß (Verpackung muß auch gegen Sauerstoff undurchlässig sein) und Temperaturen zwischen +4 und +10° C (Kühlschrank und Keller) ohne Qualitätsverlust ca. 1—1½ Jahre gelagert werden.

Öle sollten dagegen bei Temperaturen um 10° C aufbewahrt werden, da sie bei Kühlschranktemperaturen schon fest werden. Bei vollkommenem Luftabschluß können einwandfrei gereinigte Öle in einem guten Keller 1 Jahr lang gelagert werden. Angebrochene Dosen oder Flaschen, die in den meisten Fällen bei Zimmertemperatur gelagert werden, sollten aber innerhalb von 6—8 Wochen verbraucht sein.

Stark fetthaltige Samen wie Nüsse, Mandeln und dgl. sind in trockenen luftigen Räumen bis zu ½—1 Jahr lagerfähig.

Zu den trockenen Nahrungsmitteln, die ein Gemisch der verschiedenen Nährstoffe enthalten, gehören Haferflocken und Kakao. Haferflocken haben auf Grund ihrer spezifischen Fermente und ihres Fettgehalts keine unbegrenzte Lager-

zeit. Die sonst für trockene Getreideprodukte verlangten Lagerungsbedingungen reichen hier zur Verhinderung der unerwünschten Veränderungen nicht aus. Obwohl heute Haferflocken über ein Jahr hinaus haltbar sind — unter der Voraussetzung, daß sie trocken, luftdicht und kühl aufbewahrt werden (Temperaturen um 10° C) — sollten Vorräte an Haferflocken möglichst nicht über ¼ Jahr gelagert werden, da in den meisten Haushalten diese Bedingungen nicht eingehalten werden können. Kakao kann in luftdicht verschließbaren Dosen bei Zimmertemperatur bis zu einem halben Jahr gelagert werden.

2. Gruppe: Nahrungsmittel mit Wassergehalt über 75 %.

In dieser Gruppe sind die sehr stark wasserhaltigen **Obst- und Gemüsearten** und Kartoffeln für sich zu betrachten, ebenso die Gruppe der tierischen Erzeugnisse, wie Fisch, Fleisch, Geflügel, Wurst und Ei und — auf Grund ihrer besonderen Zusammensetzung — Milch und Quark.

Alle Gemüsearten haben einen Wassergehalt über 90 %, weshalb die Haltbarkeit unter ungünstigen Verhältnissen äußerst beschränkt ist. Sehr hohe Wertminderungen treten schon nach einem Tag ein, allerdings können sie durch entsprechend niedrige Temperaturen und eine hohe Luftfeuchtigkeit etwas zurückgedämmt werden. Diese Bedingungen lassen sich im Haushalt nur in einem guten Keller erfüllen, in dem Blattgemüse 2—3 Tage, Erbsen, Bohnen 3—5 Tage, Kohlgemüse 2 bis 3 Monate, Wurzelgemüse (in Sand) 4—5 Monate gelagert werden können. Im Kühlschrank ist infolge der Austrocknung die Haltbarkeit nur beschränkt auf 1—2 Tage. Bei wasserdampfdichter Verpackung (Zellglasfolie, Polyäthylenbeutel) kann, je nach Art, die Lagerdauer etwas länger (4—5 Tage) sein. Die stark wasserhaltigen Blattgemüse und Beerenfrüchte werden allerdings schon nach 2—3 Tagen muffig und weisen anschließend daran sehr rasch Pilzbefall und Fäulnis auf. In Kühlräumen kann dagegen künstlich die Luft auf 85—95 % relative Luftfeuchtigkeit gebracht werden, so daß hier die Lagerbedingungen am günstigsten sind.

Kern- und Steinobst sind gegen Austrocknung nicht so empfindlich, da sie durch die wachstüberzogene oder behaarte Außenschale etwas

geschützt sind. Eine wasserdampfdichte Verpackung ist auch hier günstig. Für eine größere Vorratshaltung von Kernobst ist — für den Fall, daß Kühlräume nicht vorhanden sind — der gute Keller nach wie vor der beste Lagerraum. Es müssen allerdings die Temperaturen mindestens um 12° C, besser darunter, liegen und ein gewisser Feuchtigkeitsgehalt und gute Lüftungsmöglichkeiten gegeben sein. Selbstverständlich richtet sich die Lagerdauer auch in guten Kellern sehr nach Sorte und Reifegrad. Gute Lagerarten von Äpfeln sind 4—5 Monate, von Birnen 1—3 Monate haltbar. Steinobst ist nur für eine kurzfristige Lagerung (3—5 Tage) geeignet, da — bedingt durch die weichere Konsistenz — sehr schnell Fäulnis und Schimmelbefall eintritt.

Kartoffeln sind in guten Kellern 6—8 Monate lagerfähig. Bei Lagerbedingungen, die davon abweichen, wie z. B. ein warmer, trockener, heller, nicht lüftbarer Keller, ist die Lagerfähigkeit wesentlich kürzer, und zwar im Durchschnitt nur 3—4 Monate. Eine Aufbewahrung in der Speisekammer ist nur in beschränktem Umfange möglich. Vorräte, die sich länger als 1—2 Wochen halten sollen, gehören in den Keller.

Grundsätzlich anders sind die Lagerbedingungen für die hauptsächlich eiweiß- und fetthaltigen Nahrungsmittel aus der Gruppe der tierischen Erzeugnisse. **Fisch** kann höchstens 1 Tag bei Temperaturen, die um den Gefrierpunkt liegen, gelagert werden (Verdampferfach im Kühlschrank), da das Fischeiweiß auch bei niedrigen Temperaturen natürlich verändert wird, was an dem sogen. „Fischgeruch“ zu erkennen ist. Deshalb sind alle anderen Lagerungsbedingungen im Haushalt für Fisch nicht geeignet.

Fleisch mit einem durchschnittlichen Wassergehalt von 80 % kann dagegen bei Temperaturen um + 2° bis + 4° C, (im Kühlschrank unter dem Verdampfer) gut bedeckt, aber nicht wasserdampfdicht verpackt, bis zu 2 Tagen und bei ca. 12° C im guten Keller 1 Tag gelagert werden. Dagegen sollte frisches Fleisch in der Speisekammer nicht länger als 12 Stunden aufbewahrt werden. Eine 100%ige Luftfeuchtigkeit, wie sie sich innerhalb der wasserdampfdichten Verpackung in den Luftpolstern bildet, fördert auch bei den niedrigen Temperaturen des Kühlschranks das Bakterienwachstum. Die sonst im Kühl-

schränk gern verwendeten wasserdampfdichten Kunststoffbehälter und Folien sollten also für die Aufbewahrung von Fleisch nicht benutzt werden. Für fettes Fleisch gelten grundsätzlich die gleichen Bedingungen wie für mageres Fleisch, da die Eiweißzersetzung früher eintritt als das Ranzigwerden des Fettes und das Fett die Zersetzungsvorgänge nicht verzögern kann.

Hackfleisch muß frisch, d. h. sofort nach der Herstellung zur Verwendung kommen, da durch die große Oberfläche die bakteriellen Abbauvorgänge beschleunigt werden.

Frische Kochwurst mit dem sehr hohen Anteil von ca. 40—50 % Fett ist durch den Kochprozeß und den Schutz durch den Darm u. U. etwas länger haltbar als frisches Fleisch. Im Kühlschrank kann bei + 2° bis + 4° C mit ca. 3—4 Tagen gerechnet werden, im Keller mit 2—3 Tagen und in der Speisekammer mit 1 Tag. Die leicht geräucherte Ware ist dagegen bis zu 8 Tagen im Kühlschrank und ca. 5—6 Tage im Keller, in der Speisekammer 2—3 Tage haltbar. Stark geräucherte Ware kann bei trockener Luft bis zu 4 Wochen und länger haltbar sein.

Geflügel ist besonders empfindlich, da hier geschmackliche Veränderungen eher zu erkennen sind als beim Fleisch. Mageres Geflügel sollte auch im Kühlschrank nur 1 Tag aufbewahrt werden. Fette Gänse und Enten können bis zu 8 Tagen an kalter trockener Luft in guter Verpackung — aber nicht wasserdampfdicht — frisch gehalten werden. Im Keller ist die Aufbewahrung von Geflügel nicht zu empfehlen.

Eier sind durch den Schutz der Schale sehr viel besser lagerungsfähig als alle übrigen tierischen Erzeugnisse. Saubere Ware kann in der Speisekammer ca. 4 Wochen, im Kühlschrank ungefähr 2 Monate aufbewahrt werden, wengleich der typische Geschmack des frischen Eies nicht mehr vorhanden ist. Eine Behandlung mit Seifenwasser und Bürste ist nicht angebracht, da hierbei die natürliche Wachsschicht auf der Schale zerstört und das Eindringen von Bakterien erleichtert wird.

Eine Sonderstellung unter den tierischen Erzeugnissen nehmen die **Milch- und Milcherzeugnisse** ein, da sie neben dem Eiweiß und Fett auch

Kohlenhydrate (Milchzucker) enthalten. Aus Milchzucker bildet sich durch die Einwirkung der Milchsäurebakterien Milchsäure, die das Sauerwerden der Milch verursacht und die Eiweißzersetzung zunächst verzögert. Frische Milch ist bei Zimmertemperatur nur 1 Tag lagerfähig, während sie im Kühlschrank nach 3 Tagen und im guten Keller nach 2 Tagen noch einwandfrei ist. Ein dichter Luftabschluß ist wegen der leichten Geruchsannahme notwendig.

Buttermilch, Sauermilch und Joghurt sind auf Grund ihres Herstellungsprozesses, bei dem ein bestimmter Geschmack- und Säuregrad erreicht wird, nicht so lagerungsfähig wie frische Milch. So dürfen Buttermilch und Sauermilch bei Zimmertemperatur und im Keller nicht länger als 1 Tag aufbewahrt werden, im Kühlschrank 2 Tage. Joghurt kann u. U. im Kühlschrank 3—4 Tage gehalten werden, obwohl sich auch nach dieser Zeit schon gewisse geschmackliche Veränderungen zeigen.

Quark ist, wenn er ohne Luftpolster in einer wasserdampfdichten und luftdichten Verpackung aufbewahrt wird (Alufolie, Polybeutel, gefüllter Kunststoffbehälter) 4—5 Tage im Kühlschrank, im Keller und in der Speisekammer höchstens 2 Tage haltbar.

3. Gruppe: Grundnahrungsmittel unterschiedlicher Zusammensetzung, Wassergehalt zwischen 25 und 75 %.

Zu dieser Gruppe gehören die verschiedenen **Käsesorten** und das Brot. Die Hartkäsesorten sind, wenn sie entsprechend luft- und wasserdampfdicht verpackt werden bzw. eine entsprechend geschützte Außenhaut haben, relativ lange haltbar: bei Zimmertemperatur 8—10 Tage, im Keller 10—14 Tage und im Kühlschrank 2—3 Wochen.

Bei Weichkäse (ausgenommen Schmelzkäse) sind die zulässigen Lagerzeiten abhängig vom Reifegrad. Ausgereifte Käse können im Kühlschrank 3—4 Tage, im Keller und in der Speisekammer dagegen nur 2 Tage aufbewahrt werden, halbreife Käse entsprechend längere Zeit. Die verschiedenen Schmelzkäsesorten sind dagegen — unter der Voraussetzung, daß sie luft- und wasserdampfdicht verpackt sind — einige Monate im Kühlschrank, in der Speisekammer und

im Keller — je nach Außentemperatur — 2—4 Wochen haltbar.

Das **Brot**, als eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel, soll luftig, weder zu feucht noch zu trocken aufbewahrt werden. Diese Verhältnisse sind im Haushalt nicht zuverlässig darzustellen, so daß das unverpackte Brot bei Zimmertemperatur nicht länger als 3—4 Tage aufbewahrt werden kann. In den Brotkapseln ist die Luftfeuchtigkeit etwas höher, so daß hier das Brot 5—6 Tage haltbar ist. Wichtig ist, daß die Kapseln eine gute Lüftung haben, damit kein Schimmelbefall eintritt. Gut ausgebackenes Brot ist u. U. in nicht zu feuchten und lüftbaren Kellern bis zu 14 Tagen lagerfähig. Eine besondere Verpackung ist nicht erforderlich. Schnittbrote sind auf Grund der nicht mehr vollkommenen Kruste empfindlich gegen Schimmelbefall. Die unversehrt verpackte, die durch einen Sterilisationsprozeß keimfrei gemacht wurde, ist bei Zimmertemperatur einige Wochen haltbar. Ist jedoch der Außeneinwickler beschädigt oder das Paket angebrochen, sollte es innerhalb von 2—3 Tagen verbraucht sein, da bei feuchter Luft die Schimmelbildung rascher eintritt als bei normalem Brot. Durch Lagerung im Kühlschrank kann die Lagerzeit verlängert werden.

Knäckebrötchen, das in seiner Zusammensetzung zu den Trocken-Nahrungsmitteln gehört, muß auf jeden Fall sehr trocken und nicht in einem geschlossenen Behälter zusammen mit dem frischen Brot aufbewahrt werden. Die verpackte Ware ist in trockener Luft praktisch unbegrenzt haltbar.

Zusammenfassung

Bei Durchsicht dieser Empfehlungen für eine richtige Lagerung der verschiedenen Grundnahrungsmittel wird der Verbraucher feststellen, daß es schwierig ist, in jedem Fall die richtigen Maßnahmen durchzuführen. Außerdem wird bei den meisten Neubauten nicht mehr an eine zweckentsprechende Vorratshaltung gedacht, so daß die hier angegebenen Bedingungen nur in sehr wenigen Fällen zutreffen.

Die Übersicht in Tabelle 1 und 2 soll deshalb die Möglichkeit geben, rasch zu überblicken, in welchem Raum, unter welchen Bedingungen und in welcher Verpackung — oder unverpackt — die verschiedenen Nahrungsmittel für die lang- und kurzfristige Lagerung am besten aufbewahrt werden.

Tabelle 1

Lebensmittel		Küche ohne besondere Lüftungseinrichtung	Speisekammer, Speiseschrank gut lüftbar	Keller	Kühlschrank	Kühlraum, regulierbare Temperatur und Luftfeuchtigkeit
Gruppe I	Zucker					
	Reis	○	○	—	—	—
	Stärkemehl					
	Mehl					
	Grieß	×	○	—	—	—
	Teigwaren					
	Hülsenfrüchte	○	○	—	—	—
	Butter	—	—	×	×	×
	Margarine	×	×	○	—	—
	Schmalz	×	×	○	○	○
	Öl	○	○	○	—	—
	Nüsse, Mandeln	×	○	—	—	—
	Haferflocken	×	○	—	—	—
	Kakao	○	○	—	—	—
Knäckebrötchen	○	○	—	—	—	
Gruppe II	Blattgemüse	—	—	—	—	—
	Saftgemüse	—	×	×	—	×
	Wurzelgemüse	—	×	○	—	○
	Kohlgemüse	—	×	○	—	○
	Kartoffeln	×	×	○	—	—
	Beerenobst	—	—	—	—	—
	Steinobst	—	—	—	—	—
	Kernobst	—	×	○	×	○
	Fisch	—	—	—	—	—
	Fleisch	—	—	—	—	—
	Hackfleisch	—	—	—	—	—
	Geflügel	—	—	—	—	—
	Eier	×	○	○	○	○
	Milch	—	—	—	—	—
	Buttermilch	—	—	—	—	—
	Sauermilch	—	—	—	—	—
	Joghurt	—	—	—	—	—
	Quark	—	—	—	—	—
Gruppe III	Weichkäse	—	—	×	×	×
	Hartkäse	—	×	○	○	○
	Schmelzkäse	×	○	○	○	○
	Brot	—	—	×	—	—
	Schnittbrot	—	○	—	—	—

× = kurzfristige Lagerung: lagerfähig 2 Wochen

— = ungeeignet für kurz- u. langfristige Lagerung

○ = langfristige Vorratshaltung: lagerfähig ab 2 Wochen

Tabelle 2

Übersicht über die Art der Verpackung der Grundnahrungsmittel für die Vorratshaltung

Lebensmittel	Art der Verpackung			
	luft-, aroma- und wasserdampfdichte Packstoffe*	»normale« Packstoffe**	unverpackt	
			in luftigen Behältern, lüftba. Schränken und Schubladen	im Keller
Zucker, Reis, Stärke	+	×	×	—
Mehl, Grieß, Teigwaren	—	×	×	—
Hülsenfrüchte	—	×	×	—
Butter, Margarine	×	—	—	—
Schmalz, Öl	×	—	—	—
Nüsse, Mandeln	+	×	—	—
Haferflocken	+	×	—	—
Kakao	×	—	—	—
Wurzel- und Kohlgemüse	—	—	—	×
Kartoffeln	—	—	—	×
Kernobst	—	—	—	×
Eier	—	—	×	—
Weichkäse	×	—	—	—
Hartkäse	—	+	×	—
Brot	—	+	×	—
Schnittbrot	×	—	—	—
Knäckebrötchen	—	×	—	—

× = geeignet

+ = geeignet, aber nicht erforderlich

— = ungeeignet

*) wie z. B. Kunststoffbeutel, Zellglas- u. Aluminiumfolie, gut verschließbare Behälter aus Kunststoff, Weißblech, glasiertem Steingut, Glas (ohne Luftpolster)

**) wie z. B. Pergament, Einmachcellophan, Tüten

VERBRAUCHERDIENST AUSGABE B

Erscheint monatlich. Bezug durch: Bundesausschuß für volkswirtschaftliche Aufklärung e. V., Köln 1.

Nachdruck der Veröffentlichungen unter Quellenangabe und Zusendung von Belegexemplaren gestattet.