

Weiterführende Informationen, Untersuchungsergebnisse in Mecklenburg-Vorpommern, Veröffentlichungen, ergänzende Links und Kontaktadressen können Sie der Homepage entnehmen:

www.lallf.de



Natürlich stehen wir auch gerne persönlich zur Verfügung:

Landesamt für Landwirtschaft,
Lebensmittelsicherheit und Fischerei
Mecklenburg-Vorpommern
Thierfelderstraße 18
18059 Rostock
Tel.: 0381 4035-0
E-Mail: poststelle@lallf.de

Impressum

Herausgeber: Landesamt für Landwirtschaft,
Lebensmittelsicherheit und Fischerei
Mecklenburg-Vorpommern

Telefon: 0381 4035-0

Telefax: 0381 4001510

E-Mail: poststelle@lallf.mvnet.de

Homepage: www.lallf.de

Druck: Janner & Schöne Medien GmbH
Wismarsche Straße 167
19053 Schwerin
Tel.: 0385-5577881
Fax: 0385-5577830

Ausgabe: Mai 2009



Hygiene in der Küche

**Mecklenburg
Vorpommern** 

Landesamt für Landwirtschaft,
Lebensmittelsicherheit und Fischerei

Viele Risiken des Lebensmittelverderbs und lebensmittelbedingter Erkrankungen verbergen sich in der eigenen Küche! Probleme und gesundheitliche Gefahren lassen sich durch Beachtung einfacher Regeln bei Einkauf, Lagerung und Zubereitung von Lebensmitteln vermeiden.

Folgende Grundregeln sind zu beachten:

- ▶ Achten Sie beim Einkauf auf das Mindesthaltbarkeitsdatum, Verbrauchsfristen und Lagerungsbedingungen. Diese Angaben finden Sie auf der Verpackung.



- ▶ Kaufen Sie leicht verderbliche Lebensmittel möglichst zuletzt oder verwenden Sie eine Kühltasche. Kaufen Sie nur Mengen, die Sie in kurzer Zeit verbrauchen können. Mit zunehmender Füllung steigt die Temperatur im Kühlschrank an.



- ▶ Früchte und Gemüse gründlich unter fließendem Trinkwasser waschen und anschließend abtropfen lassen. Angefaulte Stellen sollten großzügig entfernt werden. Versimmelte Früchte nicht verwenden.



- ▶ Die Flüssigkeit, die beim Auftauen von gefrorenem Fleisch entsteht, kann Krankheitskeime enthalten. Verwenden Sie diese Flüssigkeit nicht weiter und bringen Sie sie nicht in Kontakt mit anderen Lebensmitteln.
- ▶ Lagern Sie rohe und bereits gegarte Lebensmittel getrennt. Rohe, vom Tier stammende Lebensmittel, möglichst zuletzt und getrennt von verzehrfertigen Speisen zubereiten.



- ▶ Waschen Sie sich die Hände, wenn Sie Lebensmittel (vor allem rohe tierische Lebensmittel), die Krankheitskeime enthalten könnten, zubereitet haben. Oder benutzen Sie Handschuhe. Arbeitsflächen und Geräte sollten nach jedem Arbeitsgang gründlich gereinigt werden!

- ▶ Die zubereiteten Speisen schnell verbrauchen und nicht über längere Zeit warm halten!
- ▶ Bleiben Reste von zubereiteten Speisen übrig, sollten Sie sie bis zum späteren Verzehr kühl lagern. Im Kühlschrank sollte die Temperatur zwischen 4 und 7 °C und im Gefrierschrank -18 °C bis -20 °C betragen.



- ▶ Häufig werden Reste nur aufgewärmt. Um die Aufnahme von Krankheitskeimen zu vermeiden, sollten auch Reste ausreichend erhitzt werden. Zu beachten ist: in der Mikrowelle werden Nahrungsmittel erst spät komplett durcherhitzt. 75° C sollten dabei erreicht werden.

