

Kurzes ABC bedeutender bakterieller Krankheitserreger

- **Bacillus cereus:**
Vorkommen: gekochter Reis bzw. Nudeln, Gewürze, Trockenpilze, Backwaren
- **Campylobacter:**
Vorkommen: Geflügelfleisch, Rohmilch, seltener Schweine(hack)fleisch
- **Clostridien:**
Vorkommen: gegarte, konservierte Fleisch- und Fisch-erzeugnisse
- **Koagulasepositive Staphylokokken:**
Vorkommen: auf Haut und Schleimhaut von Mensch und Säugetier (Kontamination der Lebensmittel!)
- **Listeria monocytogenes:**
Vorkommen: Fleisch, Hackfleisch, Rohwurst, Fischerzeugnisse (z. B. Räucherlachs!), Weichkäse
- **Salmonellen:**
Vorkommen: Schweinefleisch, kurzgereifte Rohwürste, Eier, selten pflanzliche Lebensmittel (z. B. Tee, Gewürze)
- **Verotoxinbildende E.coli (VTEC):**
Vorkommen: Fleisch von Wiederkäuern, Rohmilch, pflanzliche Lebensmittel, z. B. Sprossen, Kräuter

Lebensmittelinfektionen mit diesen Krankheitserregern können Durchfall, Erbrechen, Bauchschmerzen, Magenkrämpfe oder Fieber bei den Betroffenen auslösen.



Impressum

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

Telefon: 0381 4035 -0

Telefax: 0381 4001510

E-Mail: poststelle@lalff.mvnet.de

Homepage: www.lalff.de

Druck: Landesamt für innere Verwaltung
Mecklenburg-Vorpommern

Stand: Juni 2019



Hygiene in der Küche

Information der Verbraucher

**Mecklenburg
Vorpommern** 

Landesamt für Landwirtschaft,
Lebensmittelsicherheit und Fischerei

Viele Risiken des Lebensmittelverderbs und lebensmittelbedingter Erkrankungen verbergen sich in der eigenen Küche. Durch unsachgemäße Handhabung und/oder Verarbeitung können Lebensmittel auch wechselseitig mit Erregern verschmutzt werden. Feuchtigkeit und Wärme sind die Voraussetzung, dass sich diese bzw. bereits vorhandene Verderb- und Krankheitserreger stark vermehren können. 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 Mindesthaltbarkeits- bzw. das Verbrauchsdatum und die 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. Verderbliche Lebensmittel gehören in das unterste Fach.
- Gefrorene Lebensmittel im Kühlschrank auftauen. Die Auftauflüssigkeit kann Krankheitskeime enthalten und ist zu entsorgen. Sie sollte auch nicht über Küchenutensilien in Kontakt mit anderen Lebensmitteln, die keine Garung mehr erfahren, gebracht werden.

- Früchte und Gemüse gründlich unter fließendem Trinkwasser waschen und anschließend abtropfen lassen.
- Waschen Sie sich die Hände, vor der Zubereitung von Lebensmitteln sowie zwischen und nach den Arbeitsgängen, vor allem bei Verarbeitung roher tierischer Produkte oder benutzen Sie Handschuhe.



- Arbeitsflächen und Geräte nach jedem Arbeitsgang gründlich reinigen! Das Berühren von Mund und Nase sollte bei der Zubereitung unterbleiben. Lappen und Bürsten regelmäßig heiß reinigen und häufig wechseln.
- Zubereitete Speisen schnell verbrauchen und nicht über längere Zeit warm halten (Warmhaltetemperatur von mindestens 65°C gewährleisten)!



- Reste von zubereiteten Speisen sind bis zum späteren Verzehr kühl zu lagern. Im Kühlschrank sollte die Temperatur 4 bis 7° C und im Gefrierschrank -18 bis -20° C betragen.



- Häufig werden Speisereste nur aufgewärmt. Um die Aufnahme von Krankheitserregern (Auskeimen wärmeresistenter Sporen) zu vermeiden, sollten diese ausreichend wiedererhitzt werden. Zu beachten: In der Mikrowelle werden Nahrungsmittel erst spät komplett durcherhitzt; 75° C sollten dabei erreicht werden.
- Da rohe Lebensmittel tierischer Herkunft häufiger mit Krankheitserregern kontaminiert sind, sollten diese von kleinen Kindern, Schwangeren sowie Personen mit geschwächtem Immunsystem gemieden werden.

