

PRESSEINFORMATION 23. Juni 2015

Nachhaltig mit Essen umgehen: www.bewusst-haushalten.at gibt Tipps zu Einkauf, Lagerung und Verkochen von Lebensmitteln

- **1,3 Mio. Tonnen Lebensmittel landen in Österreich pro Jahr in der Mülltonne**
- **Moderne Kühl- und Gefriergeräte halten Lebensmittel bis zu drei Mal länger frisch**
- **Tipps für schonendes Einkochen und Dörren im Backofen**
- **Alle Informationen über Haltbarkeit und Lagerung von Lebensmittel auf einen Blick**

Das Lifestyle-Magazin auf www.bewusst-haushalten.at, der größten deutschsprachigen Info-Plattform für moderne Hausgeräte, widmet sich in seiner neuen Ausgabe dem sorgsamem Umgang mit Lebensmitteln. In Österreich landen jährlich 19 Kilogramm Lebensmittel pro Kopf in der Mülltonne. Jeder Haushalt wirft damit durchschnittlich 300 Euro gedankenlos weg – und verschwendet damit nicht nur Geld, sondern auch wertvolle Ressourcen. „Wir informieren auf www.bewusst-haushalten.at über Einkauf, Lagerung und Verkochen von Lebensmitteln und zeigen, wie moderne Hausgeräte helfen, mit unserem Essen nachhaltig umzugehen“, so Alfred Janovsky, Sprecher Forum Hausgeräte. Tipps und Rezepte für die Restl-Verwertung steuert TV- und Haubenkoch Oliver Hoffinger bei. Darüber hinaus klärt das Magazin Mythen über die Lagerung von Lebensmitteln auf: von der Banane im Kühlschrank bis zum Aufwärmen von Kartoffeln.

Menge könnte drei Milliarden Menschen ernähren

Warum landen so viele Lebensmittel im Mist? Zum einen wird zu viel produziert, zum anderen sind viele Lebensmittel nicht gut genug für den Supermarkt. Aber viel Abfall fällt leider auch in Gastronomie und Haushalten an. Es gibt viele Gründe, warum private Haushalte Lebensmittel wegwerfen: Verlockungen durch günstige Großpackungen, zu wenig Zeit zum Kochen, zu wenig Wissen über die Haltbarkeit oder auch falsche Lagerung.

Richtig lagern in Frische- und Null-Grad-Zonen

„Die richtige Lagerung von Lebensmitteln ist entscheidend für die Haltbarkeit. Konsumenten fragen sich, was wie in den Kühlschrank muss und wohin genau. Was viele nicht wissen: Bei modernen Kühlschränken und Gefriergeräten gibt es Kühlzonen und Funktionen, die die Produkte bis zu drei Mal länger frisch halten“, erklärt Janovsky.

In der **Null-Grad-Zone** herrscht eine Temperatur – wie der Name sagt – knapp über dem Gefrierpunkt und hohe Luftfeuchtigkeit. In der 0-Grad-Zone können frische Lebensmittel in einem Kühlschrank am längsten aufbewahrt werden: rohes Fleisch, Fisch, Geflügel, Wurst, Salat oder bestimmten Obstsorten halten bis drei Mal länger. Je mehr eingelagert wird, desto höher wird die Feuchtigkeit: bis zu 50 % für Fleisch und 95 % für Gemüse. Der Salat bleibt knackig, das Fleisch saftig. Zudem bleiben Vitamine, Nährstoffe und Mineralstoffe länger erhalten.

Frischezonen sind Kühlbereiche, in denen die Temperatur 1 bis 3 °C beträgt. Sie ist damit 2 bis 3 Grad kühler als im übrigen Innenraum. Frischezonen sind eigene Schubladen, in welchen oft auch die Luftfeuchtigkeit separat geregelt werden kann: für Obst, Gemüse und Salat von 90 bis 95 %, für Fleisch, Fisch und Eier rund 50 %. Die angepasste Luftfeuchtigkeit und Temperatur in den Frischezonen wirkt sich optimal auf die Haltbarkeit der Lebensmittel aus. Obst, Gemüse und Salat, Fisch, Fleisch, Eier bleiben doppelt so lange frisch als bei herkömmlicher Lagerung.

In der **Gefrierzone** beträgt die Temperatur bis zu -32 °C, was eine sichere und längerfristige Lagerung von Lebensmitteln ermöglicht. Wichtig für eine optimale Lagerung in der Gefrierzone sind zum einen eine gute Luftzirkulation und zum anderen eine sehr geringe Feuchtigkeit, um Eisbildung auf dem Gefriergut und dem Innenraum zu vermeiden. Qualität, Farbe und Aroma des Gefrierguts bleiben so länger erhalten. Ausgewählte Hersteller bieten bei Kühl-Gefrier-Kombinationen separate Kühl- und Luftkreisläufe, um die Luftfeuchtigkeit im Kühlbereich sehr hoch und in der Gefrierzone sehr niedrig zu halten.

Im übrigen **Innenraum des Kühlschranks** herrschen je nach Ort Temperaturen von 4 °C bis 10 °C. Diese Kühlbereiche eignen sich für reguläre, verpackte Lebensmittel wie Getränke, Butter, Eier und einige Obstsorten.

So lange halten Lebensmittel

In den speziellen Kühlfächern bleiben etwa Äpfel und Karotten ein halbes Jahr knackig frisch, Weintrauben drei Monate. Grüner Salat bleibt drei Wochen frisch, Marillen und Erdbeeren bis zu zwei Wochen. Eine Übersicht über die Lagerzeit findet der User auf **www.bewusst-haushalten.at**.

Einkochen und dörren

Moderne Backöfen ermöglichen es, bei niedrigen Temperaturen (40 bis 50 Grad) zu dörren. Am besten geht es mit Heiß- und Umluft, damit die Feuchtigkeit abziehen kann. Je nach Obstsorte und Beschaffenheit dauert das Dörren einige Stunden bis hin zu zwei Tagen.

Mit einem Backofen kann man – alternativ zum Einkochtopf – Lebensmittel einkochen. Die Gläser werden auf einen Rost gestellt, darunter das Backblech, das etwa zwei Zentimeter hoch mit Wasser gefüllt ist. Bei exakt 130 °C wird so lange erhitzt, bis das Wasser kocht. Anschließend die Gläser im Backofen auskühlen lassen.

Größter, deutschsprachiger Ratgeber für moderne Hausgeräte

*Das neue Magazin auf **www.bewusst-haushalten.at** ist eine Hochglanzzeitschrift im Web und zeigt, wofür innovative Hausgeräte stehen: Emotion, Inspiration, Lifestyle. Die Geschichten erzählen, wie wir leben, wohnen, genießen und nachhaltig und komfortabel leben können. Und wie uns smarte Technologie dabei hilft. **www.bewusst-haushalten.at** ist der größte, deutschsprachige Ratgeber für moderne Hausgeräte und informiert umfassend über die Themenbereiche Spülen, Waschen, Trocknen, Kühlen, Gefrieren, Kochen und Backen. 17 verschiedene Gerätekategorien werden detailliert beschrieben – von Backöfen bis Waschtrockner. Die Plattform ist eine Initiative des Forum Hausgeräte, dem führende Marken-Hersteller für Hausgeräte angehören und das sich seit mehr als 30 Jahren für die Anliegen von Handel und Konsumenten einsetzt.*

Link: **www.bewusst-haushalten.at**

Pressefotos stehen in Verbindung mit redaktioneller Berichterstattung kostenlos unter <http://www.bewusst-haushalten.at/presse> zur Verfügung.



Lebensmittel richtig lagern
© www.bewusst-haushalten.at

Branchensprecher:

Alfred Janovsky
Obmann
Geschäftsführer Electrolux Hausgeräte GmbH
T: +43 1 866 40 347, M: +43 664 123 66 05,
E: alfred.janovsky@electrolux.co.at
W: www.bewusst-haushalten.at

FEEI Kommunikation

Mag. Gabriele Schöngruber
Mariahilfer Straße 37-39, 1060 Wien
T.: +43 1 588 39-63
E: schoengruber@feei.at
W: www.feei.at

Über den FEEI – Fachverband der Elektro- und Elektronikindustrie

Der Fachverband der Elektro- und Elektronikindustrie vertritt in Österreich die Interessen von knapp 300 Unternehmen mit rund 60.000 Beschäftigten und einem Produktionswert von 12,45 Milliarden Euro (Stand 2013). Gemeinsam mit seinen Netzwerkpartnern ist es das oberste Ziel des FEEI, die Position der österreichischen Elektro- und Elektronikindustrie im weltweit geführten Standortwettbewerb zu stärken.
www.feei.at

Über das Forum Hausgeräte

Das **Forum Hausgeräte**, ein Netzwerkpartner des FEEI – Fachverband der Elektro- und Elektronikindustrie, ist eine firmenneutrale Interessengruppe der wichtigsten Hersteller und Importeure von Haushaltsgroßgeräten. Alle Mitglieder im Forum Hausgeräte stehen für Markenqualität und bewusstes Haushalten mit modernen Hausgeräten. Dazu zählen Marken wie AEG, Bauknecht, Bosch, Elektabregenz, Gorenje, Liebherr, Miele, Neff, Siemens, Whirlpool und Zanussi.