

## Merkmale für Lagerung und Konsum von Obst und Gemüse im Haushalt

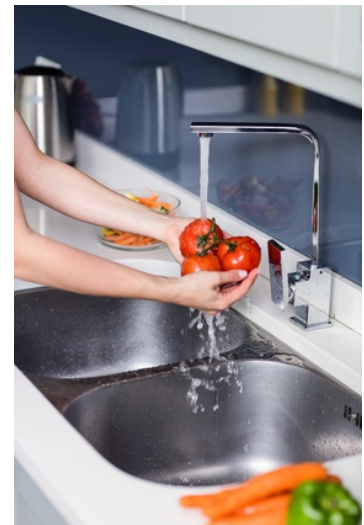
### Bitte unbedingt beachten

Sehr frisches und rohes Gemüse, sowie Obst, auch wenn dies seltener vorkommt als beim frischen Fleisch, kann mit Erregern, also Keimen von Lebensmittelinfektionen kontaminiert sein. Die Gefahr ist besonders gegeben, wenn das Obst und Gemüse in Bodennähe gewachsen ist.

Wenn Sie mit einem **Küchenmesser** arbeiten, dann bitte immer beim Wechseln des Schneidgutes das Messer heiß abwaschen.

### Aus dem Laden direkt in den Kühlschrank

- Achten Sie unbedingt auf Frische
- Im Kühlfach gibt es spezielle Fächer, gerade für frisches Gemüse und Obst, wie Beeren und Sprossen. Nur dort sollten diese Lebensmittel auch gelagert werden.
- Melonen sollten – sobald sie aufgeschnitten sind, möglichst innerhalb der nächsten 2 Stunden verzehrt werden. Auch wenn sie durchgehend kühl gelagert werden.



© WavebreakMediaMicro - Fotolia.com #110719026

### Keime reduzieren durch gutes Waschen und Schälen



© Lukas Gojda - Fotolia.com

#83124621

Waschen Sie rohes Obst und Gemüse vor dem Verzehr sehr sehr gründlich. Am besten mind. 30 Sekunden, eher länger unter fließend warmem Wasser. Wenn möglich richtig dabei reiben und rubbeln.

Schälen hilft auch Keime zu entfernen und verringert zumindest das Infektionsrisiko. Das wir nicht alle Keime beseitigen können ist klar. Aber wir tun damit sehr viel um uns und unsere Kinder vor Infektionen zu schützen.

Wenn es möglich ist, dann trocknen Sie das gewaschene Obst und Gemüse noch mit Küchenpapier ab.