

Empfohlene Haltbarkeiten für selbsteingefrorene Lebensmittel

Zur Tiefkühlung sollten vollwertige, fachgerecht zubereitete, hygienisch einwandfreie, nicht überlagerte Lebensmittel verwendet werden.

Zur Selbstkontrolle sollte das Einfrierdatum auf der Verpackung angebracht werden.

Die Lagertemperatur sollte -18°C oder weniger betragen.

Folgende maximale Lagerzeiten für Tiefkühlgut sind empfohlen:

Lebensmittel	empfohlene Lagerdauer
Geflügel	4 – 5 Monate
Hackfleisch, roh	1 – 3 Monate
Rindfleisch	6 – 10 Monate
Schweinefleisch	2 – 4 Monate
Kalbfleisch	4 – 5 Monate
Lammfleisch	4 – 5 Monate
Frischfisch	2 – 6 Monate
Krusten- und Weichtiere	2 – 3 Monate
Gemüse	6 – 12 Monate
Pilze	4 – 6 Monate
Früchte, Beeren	8 – 12 Monate
fetthaltiges Gebäck	2 – 4 Monate
Brot, trockenes Gebäck	4 – 6 Monate
Teige und Teiglinge	3 – 4 Monate
Glacen	3 – 4 Monate
Fertige Speisen (z.B. Fleisch, Kartoffelgerichte)	2 – 3 Monate

Der Tiefkühlprozess tötet die wenigsten Mikroorganismen ab. Er hemmt den Stoffwechsel und verhindert die Vermehrung der Mikroorganismen. Gewisse Enzyme bleiben jedoch aktiv.

Nach dem Auftauen sind tiefgefrorene Lebensmittel im Vergleich zu den entsprechenden Frischprodukten genauso verderbnisanfällig und hygienisch gefährdet. Daher gilt:

- Tiefgekühlte Lebensmittel nur im Kühlschrank auftauen.
- Einmal aufgetaute Lebensmittel nicht wieder einfrieren und möglichst rasch verzehren.
- Geeignete Lebensmittel lassen sich ohne auftauen direkt in der Mikrowelle oder der Friteuse erhitzen. Es ist auf ausreichende Kerntemperaturen zu achten.

Qualitätseinbussen (Fremdgerüche, Ranzigkeit, Oxidation, Gefrierbrand) sind auf Überlagerung, Temperaturschwankungen und nicht zweckmässige oder schadhafte Verpackung zurückzuführen.