

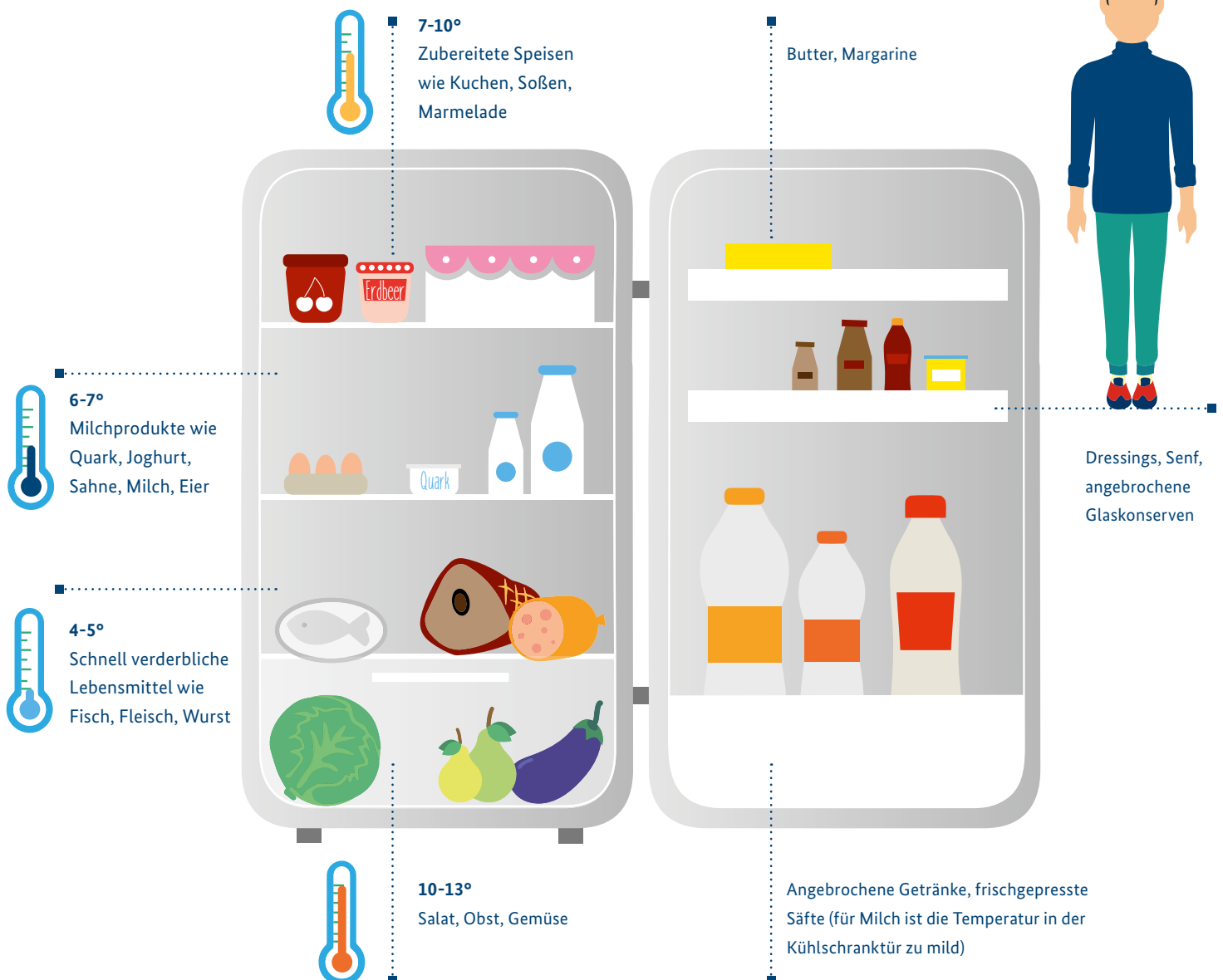
Den Kühlschrank richtig einräumen

Manche mögen winterliche Kälte, andere haben es lieber etwas wärmer. Was für Menschen gilt, trifft auch auf Lebensmittel zu. Wenn Sie Eier, Milch und Gemüse sinnvoll in den Kühlschrank einsortieren, bleiben die Lebensmittel länger frisch und Sie sparen bei den Energiekosten.

Ein Kühlschrank hat verschiedene Klimazonen. Das heißt, die Temperatur unterscheidet sich von Fach zu Fach. Bei einer empfohlenen Temperatureinstellung von 7°C herrschen im Gemüfefach schon mal 12°C, im unteren Bereich des Kühl-

schranks um die 4° C. Diese verschiedenen Klimazonen sollten Sie so nutzen, dass alle Lebensmittel optimal gekühlt werden. Das heißt auch: Manche Lebensmittel gehören überhaupt nicht in den Kühlschrank.

Übrigens: Neue Geräte werden oft dynamisch gekühlt. Das bedeutet, dass die kalte Luft im Kühlschrank mit einem Ventilator verteilt und überall die eingestellte Gradzahl eingehalten wird. Die Lebensmittel können bei solchen Kühlschränken beliebig eingeräumt werden.



Brot, Tomaten, Bananen – bleiben alle Lebensmittel im Kühlschrank länger frisch? Nein! Einigen Lebensmitteln schadet der Aufenthalt in der Kältekammer.



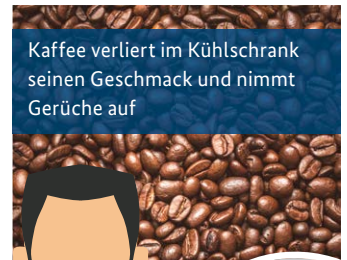
Avocados reifen lieber bei Zimmertemperatur nach



Bananen bekommen im Kühlschrank braune Flecken



Basilikum beginnt im Kühlschrank schnell zu welken



Kaffee verliert im Kühlschrank seinen Geschmack und nimmt Gerüche auf



Brot trocknet im Kühlschrank aus



Honig würde im Kühlschrank kristallisieren – er braucht keine Kühlung



Kartoffeln werden im Kühlschrank mehlig-süß



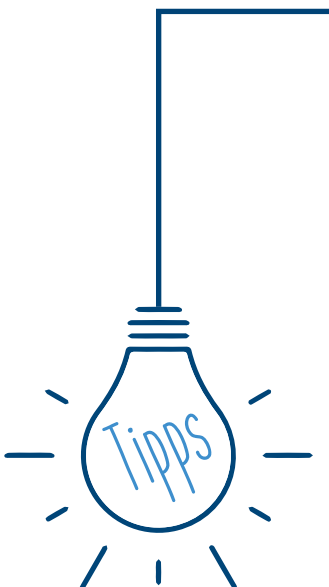
Knoblauch und Zwiebeln schimmeln im Kühlschrank



Olivenöl wird im Kühlschrank hart



Manche haben im Kühlschrank nichts zu suchen!



Tomaten verlieren im Kühlschrank ihren Geschmack



Zitronen und andere Zitrusfrüchte vertragen keine Kälte



- Räumen Sie häufig genutzte Produkte immer nach vorne, so dass Sie sie schnell greifen können. So bleibt die Kühlschranktür nicht länger offen als unbedingt nötig.
- Lassen Sie heiße Speisen abkühlen, bevor Sie sie in den Kühlschrank stellen.
- Decken Sie Lebensmittel ab, um zu verhindern, dass sie Feuchtigkeit oder Geschmack verlieren.
- Reinigen Sie den Kühlschrank mehrmals im Jahr.