

Zuhause kochen

30. April 2020

## TÜV SÜD: Grundregeln für die Lebensmittelhygiene zuhause

München. Durch die Kontaktbeschränkungen während der Corona-Pandemie bereiten deutlich mehr Menschen die Mahlzeiten für sich und ihre Familie zuhause zu. Eine gute Küchenhygiene ist dabei wichtig, damit keine unnötigen Gesundheitsrisiken entstehen. TÜV SÜD gibt einen Überblick zu den wichtigsten Hygieneregeln im Umgang mit Lebensmitteln.

„Beim Umgang und bei der Zubereitung von Lebensmitteln sollten grundsätzlich die allgemeinen Hygieneregeln beachtet werden. Neben dem regelmäßigen und gründlichen Händewaschen gehören dazu auch grundlegende Hygieneregeln bei der Zubereitung von Lebensmitteln“, erklärt Dr. Andreas Daxenberger, Lebensmittelexperte bei TÜV SÜD. „Da Bakterien und Viren hitzeempfindlich sind, kann ein potenzielles Infektionsrisiko durch das Erhitzen von Lebensmitteln praktisch ausgeschlossen werden. Wichtig ist, dass nicht nachträglich wieder eine Kontamination erfolgt.“

### Übertragungswege von Lebensmittelinfektionen

Wie das Bundesinstitut für Risikobewertungen (BfR) auf seiner Website informiert, ist eine Übertragung des neuartigen Coronavirus (SARS-CoV-2) über Lebensmittel oder importierte Produkte aufgrund der geringen Umweltstabilität des Erregers unwahrscheinlich. Das BfR verweist darauf, dass beim Umgang damit allgemeine Regeln der Hygiene des Alltags wie regelmäßiges Händewaschen und die Hygieneregeln bei der Zubereitung von Lebensmitteln angewendet werden sollen.

Im Gegensatz zu Corona- und Influenzaviren, bei denen die Übertragung durch Tröpfcheninfektion geschieht, ist bei Lebensmittelinfektionen eine direkte Übertragung durch infizierte Lebensmittel und Schmierinfektionen der Normalfall, beispielsweise im Fall von Lebensmittelinfektionen durch Salmonellen, EHEC oder Campylobacter-Bakterien. Sie lösen Durchfall-Erkrankungen aus. Typische Übertragungswege sind dabei rohes Fleisch, Fisch oder erntefrisches, ungewaschenes Gemüse, aber auch der Mensch selbst, der Krankheiten übertragen kann ohne selbst krank zu sein. Die Krankheitserreger sind durch die Lebensmittel selbst, aber auch durch Hände, Schneidbretter und

Küchenutensilien übertragbar. Das Kennen und Beachten von Hygieneregeln im Umgang mit Lebensmitteln sind daher wichtig.

## **Grundregeln für die Lebensmittelhygiene zuhause**

Verbraucher können zuhause viele sinnvolle Maßnahmen durchführen, um Infektionsrisiken beim Umgang mit Lebensmitteln zu vermeiden. Folgende Prinzipien haben sich dabei bewährt:

### **Hygienemaßnahmen vor Kontakt mit Lebensmitteln**

Saubere Hände und Kleidung sind unverzichtbar in der Küche. Es sollte dafür gesorgt werden, dass Schmuck und Haare nicht bei der Küchenarbeit stören. Auch Berührungen im Gesicht (Mund, Nase, Augen). sollten bei der Zubereitung von Lebensmitteln soweit wie möglich vermieden werden. Dass nicht auf Lebensmittel gehustet werden darf, versteht sich von selbst. Haustiere sind bei der Lebensmittelzubereitung fernzuhalten.

### **Verhindern von Kreuzkontamination**

Vom Einkauf über Transport, Lagerung und Verarbeitung von Lebensmitteln sollte die Übertragung von Keimen durch Hände, Geräte, Arbeitsflächen oder Küchenutensilien vermieden werden. Für rohe und gegarte Lebensmittel sollten am besten immer getrennte Küchenutensilien verwendet werden. Gründliches Händewaschen nach dem Kontakt mit rohen Lebensmitteln bevor man weiterarbeitet gehört ebenso dazu. Beim Auspacken nach dem Einkaufen sollte der auf der Unterseite schmutzige Einkaufskorb nicht auf die bereits gereinigte Arbeitsfläche gestellt werden. Insbesondere sollte vermieden werden, dass bereits zubereitete Lebensmittel direkten oder indirekten Kontakt mit rohen Lebensmitteln haben.

### **Gründliche Reinigung**

Oft wird vergessen, dass Schwämme, Spüllappen oder -bürsten selbst Keimüberträger sind, deshalb sollten diese häufig gewechselt werden. Als Reinigungsmittel für Hände genügen heißes Wasser und Seife, und für Küchengeräte und Oberflächen Spülmittel (außer bei hartnäckigen Verschmutzungen). In privaten Haushalten müssen im Normalfall auch keine Desinfektionsmittel verwendet werden. Ausnahmen sind ärztlich verordnete Desinfektionsmaßnahmen, z.B. bei Salmonellen-Patienten.

### **Zu warme Lagerung und zu geringe Erhitzung vermeiden**

Erzeugnisse wie frisches Geflügel, Schweinefleisch, Hackfleisch oder Fisch sollten während der Zubereitung durchgehitzt werden. Verzehrfertige Lebensmittel sollten nicht länger im Warmen

bereitgestellt oder gelagert werden, z. B. Salate, Aufschnitt, und kalte Gerichte. Werden Speisen für den nächsten Tag aufbewahrt, z. B. die Vorspeisenplatte oder die Nudelsoße, sollten diese nach Zubereitung rasch gekühlt werden.

#### Weitere Informationen:

Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit:

[https://www.bvl.bund.de/DE/Arbeitsbereiche/01\\_Lebensmittel/03\\_Verbraucher/03\\_UmgangLM/Im\\_UmgangLM\\_node.html](https://www.bvl.bund.de/DE/Arbeitsbereiche/01_Lebensmittel/03_Verbraucher/03_UmgangLM/Im_UmgangLM_node.html)

Bundesamt für Risikobewertung:

[https://www.bfr.bund.de/cm/350/verbrauchertipps\\_schutz\\_vor\\_lebensmittelinfektionen\\_im\\_privathaushalt.pdf](https://www.bfr.bund.de/cm/350/verbrauchertipps_schutz_vor_lebensmittelinfektionen_im_privathaushalt.pdf)

#### Pressekontakt:

|                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sabine Krömer<br>TÜV SÜD AG<br>Unternehmenskommunikation<br>Westendstr. 199, 80686 München | Tel. +49 (0) 89 / 57 91 – 29 35<br>Fax +49 (0) 89 / 57 91 – 22 69<br>E-Mail <a href="mailto:sabine.kroemer@tuev-sued.de">sabine.kroemer@tuev-sued.de</a><br>Internet <a href="http://www.tuvsud.com/de">www.tuvsud.com/de</a> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Im Jahr 1866 als Dampfkesselrevisionsverein gegründet, ist TÜV SÜD heute ein weltweit tätiges Unternehmen. Mehr als 24.000 Mitarbeiter sorgen an über 1.000 Standorten in rund 50 Ländern für die Optimierung von Technik, Systemen und Know-how. Sie leisten einen wesentlichen Beitrag dazu, technische Innovationen wie Industrie 4.0, autonomes Fahren oder Erneuerbare Energien sicher und zuverlässig zu machen. [www.tuvsud.com/de](http://www.tuvsud.com/de).