



An dieser Station...

- ... lernst du, welche Lebensmittel in den Vorratsschrank kommen und welche Lebensmittel dunkel gelagert werden.
- ... lernst du, Lebensmittel richtig in den Kühlschrank zu einzuräumen.

Material an der Station:

- ▶ Vorratsschrank/Kühlschrank-Modell
- ▶ Lebensmittelkarten

Das brauchst du noch:

- Modulheft
- Schreibzeug

Deine Aufgaben:

1. Lies die Informationen konzentriert durch.
2. Lege die Lebensmittelkarten in den Vorratsschrank/Kühlschrank/Gefrierschrank.
3. Kontrolliere dein Ergebnis und trage im Anschluss die Lebensmittel ins Modulheft ein (streiche eingeordnete Lebensmittel durch).

Wenn du fertig bist:

- 1 Trage deine Ergebnisse im Modulheft ein.
- 2 Vergleiche deine Ergebnisse mit der Lösungskarte.
- 3 Schätze dich selbst ein.



Informationen

Richtige Lagerung von Lebensmitteln

Viele Lebensmittel werden weggeworfen, weil sie verdorben sind oder manchmal nur nicht mehr so schön aussehen. Bei korrekter Lagerung halten sich Lebensmittel grundsätzlich länger. Man kann Lebensmittel kühl oder trocken lagern.

Leicht verderbliche Lebensmittel müssen gekühlt aufbewahrt werden. Sie gehören in den Kühlschrank. Dabei sind die unterschiedlichen Temperaturzonen des Kühlschranks von wichtiger Bedeutung.

Bei Obst und Gemüse muss beachtet werden, ob es sich um **kälteempfindliche** oder **kälteunempfindliche** Sorten handelt.

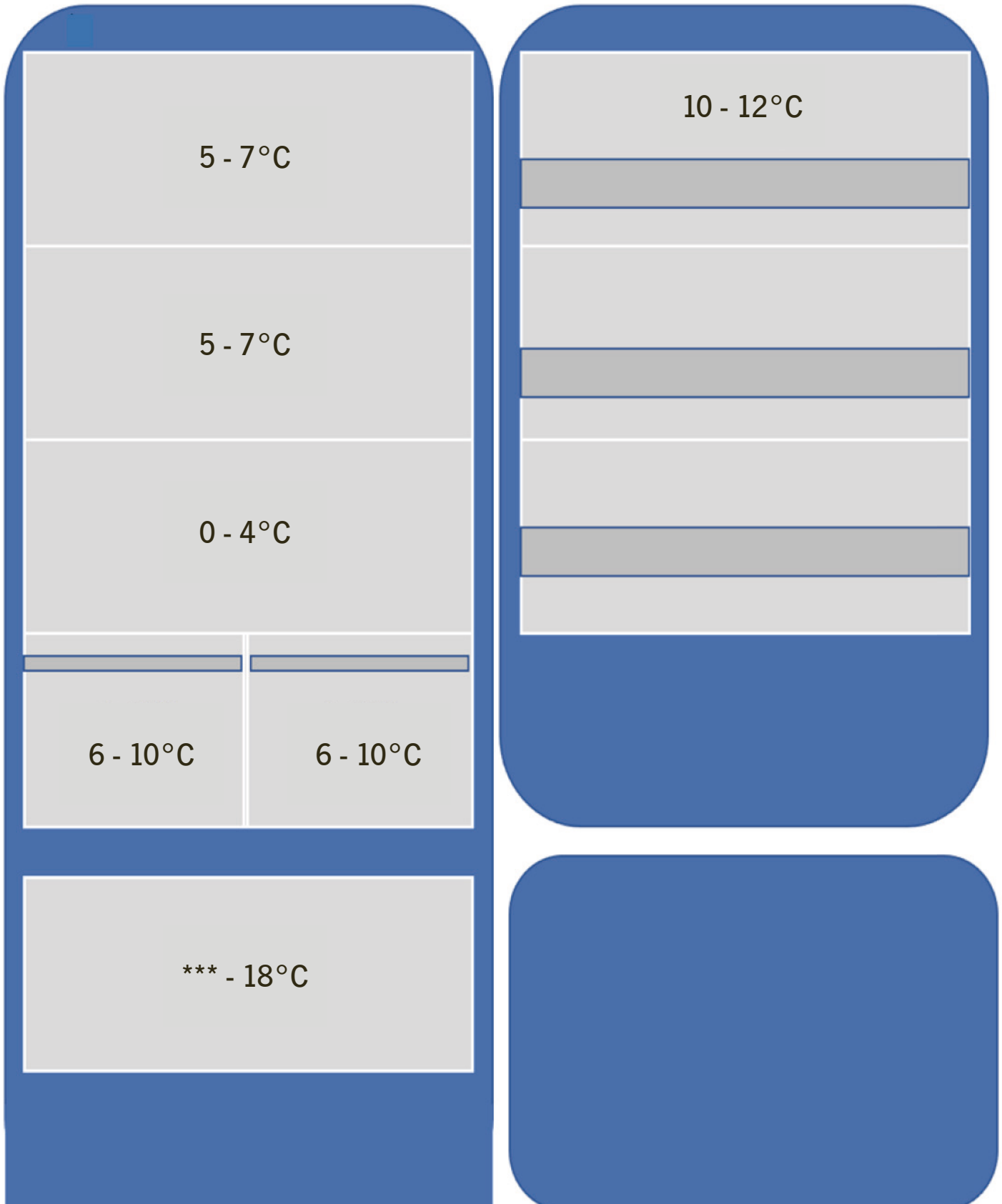
Kälteempfindliche Sorten wie zum Beispiel Bananen, exotische Früchte oder Avocados lagert man am besten dunkel und kühl außerhalb des Kühlschranks. Das gleiche gilt beispielsweise für Gurken, Kartoffeln oder Zucchini.

Zu beachten ist auch, dass einige Obst- und Gemüsesorten bei der Lagerung natürlicherweise vermehrt **Ethylen** freisetzen, das bei anderen Sorten in der „Nachbarschaft“ einen schnelleren Reifeprozess bewirkt.

Die trockene Lagerung bei Zimmertemperatur, dunkel und kühl, empfiehlt sich beispielsweise für Brot, Backwaren, Nudeln, Reis, Mehl, Zucker, Salz, Trockenfrüchte, Nüsse, Essig und Olivenöl.

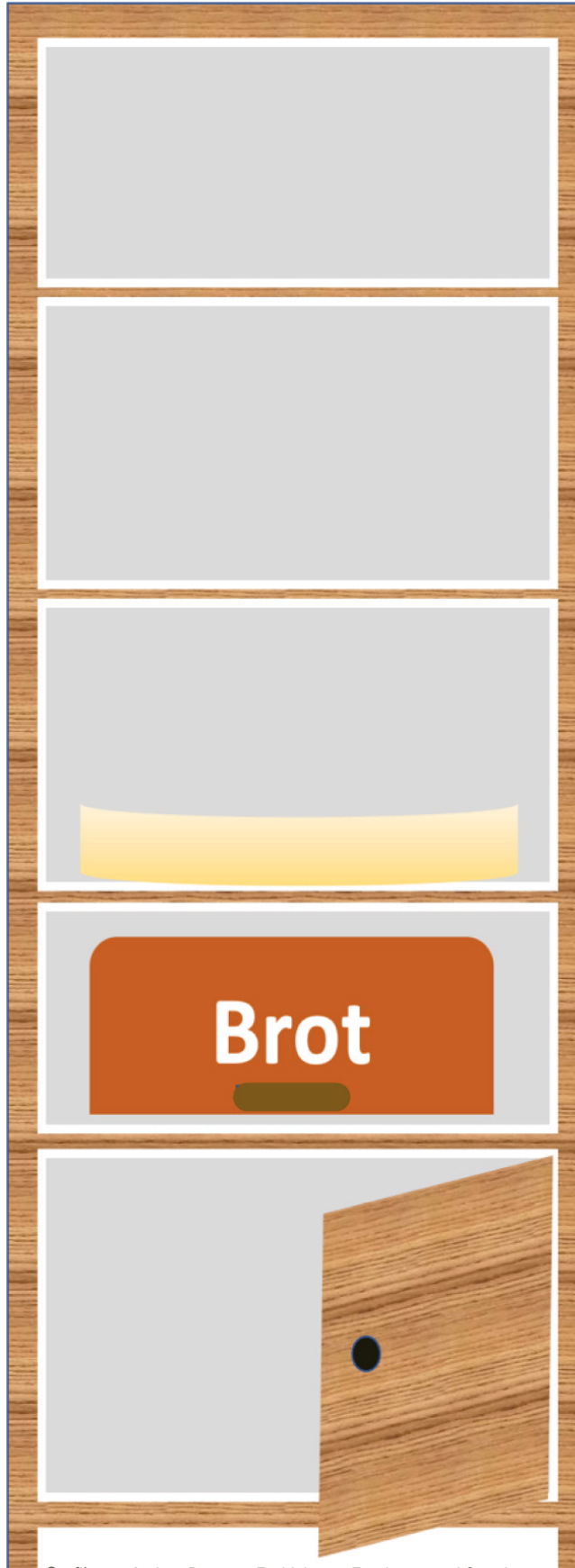


Der Kühl- und Gefrierschrank





Der Vorratsschrank





LÖSUNGSKARTE

In den Kühl- und Gefrierschrank kommt ...

Oben und Mitte 5 - 7°C:

Milchprodukte wie Quark, Joghurt und Käse sowie Selbstgekochtes brauchen es nicht ganz so kalt. Verarbeitetes Fleisch, wie zum Beispiel Wurst, gehören in die Mitte des Kühlschranks.

Unten 0 - 4°C:

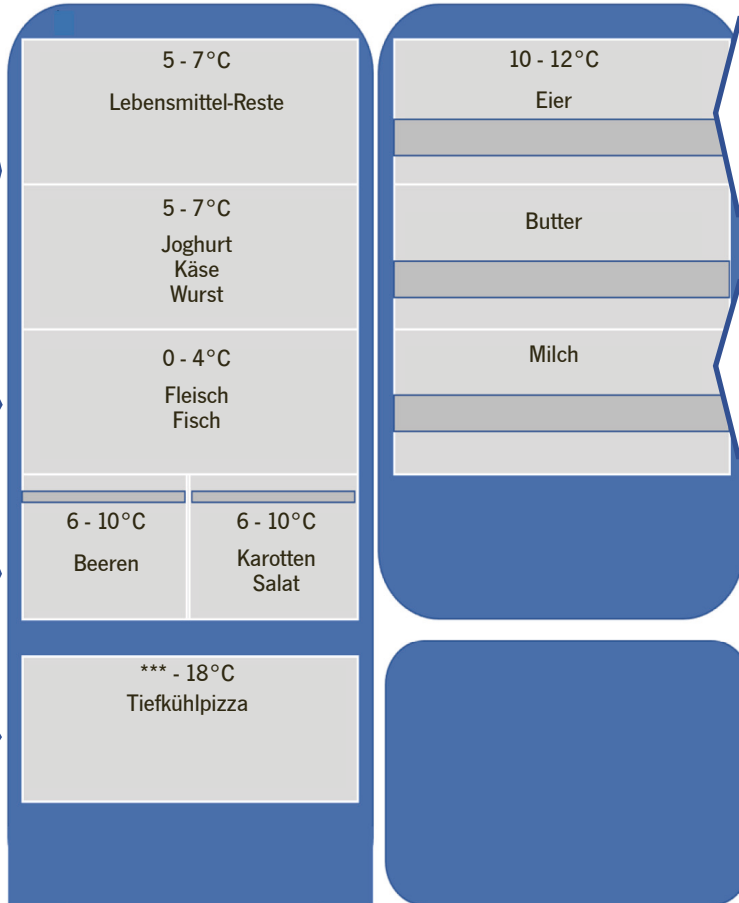
Fleisch und Fisch verderben leicht. Sie kommen gut verpackt dorthin, wo es am kältesten ist.

Gemüsefach 6 - 10°C:

Obst und Gemüse haben ihr eigenes Fach. Manche Sorten sondern ein Reifegas ab und sollten deshalb getrennt gelagert werden.

Gefrierfach - 18°C:

Viele Lebensmittel halten sich tiefgekühlt länger.



Tür oben 10 - 12°C:

Hierhin gehören Eier und angebrochene Lebensmittel wie Marmelade und Butter.

Tür unten:

Milch und offene Säfte kommen nach unten - verbrauche sie schnell!

In den Vorratsschrank kommt ...

Babybrei, Kakao, Schokolade, Müsli und geschlossene Konserven kommen in den Vorratsschrank.

Ananas und Bananen sind exotische Früchte, sie sollten hell und bei Zimmertemperatur gelagert werden.

Kühl und alleine lagern sollten Tomaten und Äpfel, denn sie lassen andere Obst- und Gemüsesorten schneller reifen.

Brot und Brötchen kommen in den Brotkasten, damit sie nicht austrocknen.

Kartoffeln, Zwiebeln und Öl mögen einen trockenen, dunklen Ort - zum Beispiel den geschlossenen Vorratsschrank.

