



Kühlschrank-Aufbewahrung: Befüllung und Hygiene

Im Allgemeinen ist folgende Anordnung ratsam:

1. Gemüsefach: Salat, Gemüse, Südfrüchte.
2. Unteres Fach: Fisch, Fleisch, Wurst, Wintergemüse, Obst.
3. Mittleres Fach: Milchprodukte: Käse, Milch, Sahne, Kochfett, Joghurt, Feinkost, fertig Zubereitetes.
4. Oberes Fach: Fruchtaufstriche (Marmeladen und Co.), Käse, große Südfrüchte, Eingemachtes.

Kühlzonen im Kühlschrank:

0-5 Grad: Die kältesten Zonen befinden sich im Kühlschrank meist an der Rückwand und auf der untersten Ablage über dem Gemüsefach. Es ist etwa null bis fünf Grad Celsius kalt. Dort sollten leicht verderbliche Lebensmittel wie Fisch, Fleisch und Wurst gelagert werden. Ist das Gemüsefach voll, kann man hier auch Wintergemüse und Obst unterbringen. Zudem eignet sich das Fach gut zum schonenden Auftauen.

0 Grad: Im modernen Kühlschrank gibt es auch sogenannte Null-Grad-Fächer. Hier kann das Obst und Gemüse bei etwa 0 Grad Celsius und einer hohen Luftfeuchte von etwa 90 Prozent gelagert werden. Durch eine Spezialmembran wird die Luftfeuchtigkeit im Fach aufrechterhalten. Die Vorteile: Die Lebensmittel bleiben so deutlich länger frisch, trocknen nicht aus und die Vitamine werden geschont.

4-5 Grad: Darüber wird es dann im Kühlschrank immer weniger kühl. Für Milchprodukte wie Joghurt, Käse und Co. ist die Mitte des Kühlschranks gerade richtig temperiert mit vier bis fünf Grad Celsius.

6-8 Grad: Im abgetrennten Gemüsefach ganz unten ist es mit sechs bis acht Grad Celsius wärmer. Das ist ideal für fast alle Gemüse- und Obstsorten. In die Schubfächer gehören dagegen nicht Kartoffeln (Geschmack verändert sich), Tomaten (verlieren das Aroma) und exotische Früchte wie Bananen (sind kälteempfindlich).

8 Grad: Geöffnete, aber immer abgedeckte, Lebensmittel, wie Konserven, Gläser mit Gurken oder Eingemachtes brauchen kaum Kühlung. Sie sind im oberen Teil bei ca. acht Grad Celsius im Kühlschrank gut aufgehoben. Hier kann man auch weitere Getränke und große Südfrüchte wie Ananas oder Melone aufbewahren.

10-15 Grad: In der Kühlschrankschranktür herrschen mildere Temperaturen bei zehn bis 15 Grad Celsius. Eier und Butter sind in der oberen Türhälfte gut aufgehoben, hier gibt es meist Extrafächer. In den kleineren Ablagen im Kühlschrank haben Konfitüren, Dressings, Ketchup, Dosen und Tuben ihren Platz. Ganz unten befindet sich eine Halterung für Getränke wie Milch, Wasser und Säfte.

Welches Obst und Gemüse sollte **nicht** in den Kühlschrank?

Obst: Bananen, Mango, Ananas, Orange Mandarinen, Zitronen Papaya

Gemüse: alle Nachtschattengewächse wie Kartoffeln, Tomaten, Paprikaschoten, Aubergine sowie Kürbisse

Gekochte Speisen **vollkommen abkühlen** lassen, bevor man sie in den Kühlschrank stellt!

Hygiene

Zum Reinigen zunächst alle Lebensmittel herausnehmen und den Strom abschalten. Alle Böden entfernen, mit Spülmittel heiß abwaschen und abtrocknen. Dann die Ablaufrinne hinten an der Rückwand des Kühlschranks säubern und mit einem Wattestäbchen die Öffnung, durch die das Kondenswasser abfließt, gründlich säubern. Das gilt auch für die Gummidichtungen. Sie lassen sich gut mit Wattestäbchen und Essigspray reinigen. Zum Desinfizieren eignet sich Essigspray oder entsprechend verdünnte Essigessenz.

Energie-Effizienzklassen

Das Wichtigste auf einen Blick:

- seit 1. März 2021 für einige Haushaltsgeräte neue EU-Energielabels
- neue Skalierung der Effizienzklassen von A bis G; Plusklassen entfallen
- über QR-Code weitere Produktinformationen für Verbraucher*innen
- 11 neue Ökodesign-Richtlinien für mehr Kreislaufwirtschaft und Nachhaltigkeit bei Elektrogeräten

Wie die alten Etiketten informieren auch die neuen EU-Energielabels über die Eigenschaften eines Geräts, die die Verbraucher*innen interessieren und/oder die Energieeffizienz betreffen. Auf den ersten Blick sehen sich das neue und das alte Energielabel für elektronische Haushaltsgeräte ziemlich ähnlich: Auf beiden markiert ist eine Ampelskala von rot bis grün, die die Energieeffizienz des gekennzeichneten Geräts anzeigt. Bei beiden wird die Energieeffizienzklasse einem Buchstaben zugeordnet.

Die neuen Energielabel beinhalten jedoch nicht die Effizienzklassen A+, A++ und A+++. Das neue Label streicht die Plusklassen und kategorisiert die Energieeffizienz von A (beste) bis G (schlechteste). Diese Klassen sollen langfristig für alle Geräte Eine weitere Erneuerung besteht darin, dass zusätzliche Produktinformationen online erhältlich sind. Seit März 2021 erhält das Energie-Etikett von jedem Gerät einen QR-Code. Über diesen Code können Verbraucher*innen mit ihrem Smartphone zusätzliche Informationen zu dem Gerät aus der europäischen Produktdatenbank „EPREL“ abrufen. Diese Informationen müssen von den Herstellern hinterlegt werden.

Seit Juli 2021 gibt es für den Gerätevergleich eine eigene Webseite. Auf der lassen sich die Betriebskosten etwa für Strom und Wasser vergleichen. Zusammen mit dem Kaufpreis wird so deutlich, welches Gerät langfristig günstiger ist. Dazu ist entweder der QR-Code vom EU-Label einzuscannen oder der Hersteller- und Gerätenamen einzugeben.

Energielabel ab März 2021

