



Bonn/Berlin, 14.01.2021/ Seite 1 von 3

Natürlicher Kühlschrank: So können Lebensmittel im Freien lagern

Bei winterlichen Temperaturen halten sich viele Lebensmittel problemlos auf dem Balkon, im Garten oder draußen auf dem Fensterbrett. Indem wir sie im Winter an der frischen Luft lagern, können wir im Kühlschrank Platz schaffen, diesen entlasten und so Energie sparen. *Zu gut für die Tonne!* erklärt, inwiefern die Natur als Kühlschrank dienen kann und was es dabei zu beachten gibt.

Unsere Winter werden von Jahr zu Jahr milder. Dennoch bleibt der Januar in Deutschland im Schnitt der kälteste Monat. Häufig hält zu Beginn des Jahres noch einmal die Kälte Einzug und bringt uns niedrige Temperaturen – je nach Region herrschen auch regelmäßig Minusgrade vor. Schon ab einer konstanten Außentemperatur von sieben Grad bleiben einige Lebensmittel ebenso gut draußen frisch. Wer ein paar wichtige Tipps beachtet, dem bietet die stromlose Kühlung auf Balkon oder Terrasse viele Vorteile.

Platz schaffen und Energie sparen

Die Lagerung von Lebensmitteln im Freien kann helfen, Platz im Kühlschrank zu schaffen, diesen zu entlasten und so auch Vorräte und größere Wocheneinkäufe gut zu verstauen. Ein weiterer Vorteil: Das Lagern von Lebensmitteln im Freien spart Energie. Besonders viel Strom verbraucht der Kühlschrank nämlich dann, wenn er häufig und lange geöffnet wird. Je mehr Lebensmittel im Freien lagern, desto seltener muss der Kühlschrank zum Ein-, Aus- und Umräumen geöffnet werden.

Welche Lebensmittel eignen sich zur Auslagerung?

Die meisten Lebensmittel haben beim Lagern eine optimale Wohlfühltemperatur, bei der sie sich besonders gut und lange halten. Sie je nach Verderblichkeit in die [verschiedenen Kühlzonen im Kühlschrank](#) einzuordnen, verlängert die Haltbarkeit. Ebenso sind auch im „natürlichen Kühlschrank“ bestimmte Temperatur-Richtwerte und Lagerungsregeln zu beachten.

Fast alle Gemüsesorten sind kühlenschrankverträglich und lassen sich somit bei einer Außentemperatur zwischen sechs und zehn Grad gut draußen lagern. Lediglich bestimmte Sorten wie Aubergine, Tomate, Kartoffel und Kürbis sollten aufgrund ihrer besonderen Kälte- oder Frostopfindlichkeit lieber nicht im Freien lagern. Bei Obst gilt die Faustregel: Heimisches wie Äpfel können kühl aufbewahrt werden, Exotisches wie Mango, Banane oder Zitrusfrucht hält sich besser bei Zimmertemperatur.

Milchprodukte wie Quark, Käse und Joghurt sowie verarbeitetes Fleisch, zum Beispiel Wurst, lagern bei etwa fünf bis sieben Grad am besten und können im Winter gut verschlossen draußen lagern. Eier, Butter und Marmelade, die normalerweise in der Kühlschranktür ihren Platz finden, bleiben auch noch bei zehn bis zwölf Grad frisch. Aber Vorsicht: Bei frischem Fleisch, Geflügel und Fisch liegt die Grenze bei maximal vier Grad.

Achtung Temperaturschwankungen

Auch im Winter kann die Außentemperatur teilweise stark schwanken – zwischen Minusgraden in der Nacht und Temperaturen weit über Null am Tage, wenn die Sonne scheint. Diese Schwankungen können bei den Lebensmitteln zu einer schnelleren Vermehrung von Keimen und Bakterien und somit dazu führen, dass insbesondere Milch- und Fleischprodukte leichter verderben. Daher sind bei einer Auslagerung ins Freie auch die Temperaturentwicklungen der nächsten Tage zu berücksichtigen.

Grundsätzlich empfiehlt es sich, leicht verderbliche Lebensmittel eher im Kühlschrank als im Freien aufzubewahren, wo sie keinen Temperaturschwankungen ausgesetzt sind. Dazu gehören zubereitete Mahlzeiten oder rohe tierische Produkte. Eine kurzzeitige Auslagerung für wenige Stunden ist aber auch in diesen Fällen problemlos machbar und bietet sich insbesondere beim schnelleren Herunterkühlen gekochter Reste an, die anschließend luftdicht verpackt in den Kühlschrank verlagert werden können.

Nähere Informationen und Tipps zur Lagerung von Lebensmitteln finden sich auf der Seite des [Bundesinstituts für Risikobewertung](#) sowie der [Zu gut für die Tonne! – Website](#).

Nässe, Sonne, Tiere: Wie schütze ich meine Lebensmittel?

Es empfiehlt sich grundsätzlich, die Lebensmittel schattig zu deponieren und nicht dem direkten Sonnenlicht auszusetzen, um der Vermehrung von Bakterien entgegenzuwirken. Zum anderen ist es wichtig, die Lebensmittel wasser- und luftdicht zu verschließen. Ungeöffnetes kann in der Originalverpackung nach draußen. Für angebrochene Lebensmittel eignen sich Vorratsdosen aus Glas, Kunststoff oder Metall mit Dichtung, beispielsweise in Form eines Gummiringes.

Bei einer Lagerung im Freien ist ein weiterer Faktor zu beachten: Lebensmittel brauchen Schutz vor ungebetenen Gästen. Frischhaltedosen sollten luft- und geruchsdicht verschlossen sein, sodass sie weder Vögel noch Vierbeiner aus der Nachbarschaft anlocken.

Zeit zum Abtauen und Kühlschrank reinigen

Die kalten Wintermonate bieten eine gute Gelegenheit, den Kühlschrank regelmäßig auszuräumen und auszuwischen, da der Inhalt währenddessen im Freien zwischenlagern kann. Außentemperaturen im Minusbereich machen es außerdem möglich, das Tiefkühlfach abzutauen. Während das Eis taut, können die Lebensmittel einfach draußen gelagert und nach dem Abtragen des Eises und der anschließenden Reinigung wieder eingeräumt werden. Eine längere Auslagerung von Tiefkühlprodukten empfiehlt sich allerdings nicht. In einem herkömmlichen Gefrierschrank herrschen etwa minus 18 Grad Celsius – eine Temperatur, die in Deutschland nur noch in den seltensten Fällen erreicht wird.

Hintergrund

Zu gut für die Tonne!

Jährlich fallen in Deutschland entlang der gesamten Lebensmittelversorgungskette rund zwölf Millionen Tonnen Lebensmittelabfälle an, sechs Millionen davon allein in Privathaushalten. Wie Verbraucher:innen die Lebensmittelverschwendung reduzieren können, zeigt *Zu gut für die Tonne!* bereits seit 2012. Mit der 2019 beschlossenen [Nationalen Strategie zur Reduzierung der Lebensmittelverschwendung](#) rückt das

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft neben den Privaten Haushalten auch die Sektoren Primärproduktion, Verarbeitung, Groß- und Einzelhandel sowie Außer-Haus-Verpflegung stärker in den Fokus. Ziel ist es, bis 2030 die Lebensmittelverschwendung in Deutschland auf Handels- und Verbraucherebene zu halbieren und Lebensmittelabfälle entlang der Produktions- und Lieferkette zu verringern. Unter www.zugutfuerdietonne.de finden Interessierte Fakten zur Lebensmittelverschwendung, Tipps für einen nachhaltigeren Umgang mit Lebensmitteln sowie kreative Rezepte für beste Reste.

Pressekontakt

Zu gut für die Tonne!

Telefon: +49 (0)228 996845-7340

E-Mail: kontakt@zugutfuerdietonne.de

Weitere Presseinformationen unter:

www.zugutfuerdietonne.de

<https://twitter.com/zgfdt>