

Eier richtig lagern: So bleiben sie frisch und gesund!

Eier richtig lagern: Tipps zur Haltbarkeit, Qualität und optimalen Kühlschranknutzung für frische Lebensmittel.

Deutschland - Eier sind nicht nur ein Grundnahrungsmittel, sondern auch ein fester Bestandteil vieler Küchen. Um die Frische und Qualität von Eiern zu gewährleisten, spielt die richtige Lagerung eine entscheidende Rolle. In Deutschland werden Eier in Supermärkten ungekühlt verkauft, da sie ungewaschen sind und ihre natürliche Schutzschicht, die Cuticula, bewahren. Diese sorgt dafür, dass Eier einige Zeit bei Raumtemperatur haltbar bleiben können, etwa 18 Tage.

Im Kühlschrank jedoch steigt die Haltbarkeit auf bis zu 28 Tage, wenn die Eier bei Temperaturen zwischen 4 und 7 Grad Celsius gelagert werden. Allerdings müssen einmal gekühlte Eier konstant kühl bleiben, um Temperaturschwankungen und das Risiko von Kondenswasserbildung zu vermeiden. Diese Faktoren können die Schutzschicht der Eierschalen schädigen und Keimen den Zugang ermöglichen. Die Lagerung in der Kühlschranktür ist besonders ungünstig, da dort die Temperaturschwankungen am stärksten ausgeprägt sind. Stattdessen sollten Eier im stabilen mittleren Kühlschrankfach gelagert werden.

Optimale Lagerung und Frischeprüfung

Um Eier optimal zu lagern, empfiehlt es sich, sie mit der Spitze nach unten zu positionieren. Das verhindert das Eindringen von Keimen und schützt die Einnerschale. Der Originalkarton, in dem die Eier verkauft werden, bietet Schutz vor Stößen und

Gerüchen. Zudem sollten Eier nicht ungeschützt neben stark riechenden Lebensmitteln aufbewahrt werden, um zu vermeiden, dass sie Fremdgerüche annehmen.

Ein effektiver Wassertest kann genutzt werden, um die Frische von Eiern zu überprüfen: Frische Eier sinken auf den Boden, während ältere sich aufrichten oder sogar an die Oberfläche steigen. Diese Methode ist besonders hilfreich, da sie schnell Rückschlüsse auf den Zustand der Eier zulässt.

Haltbarkeit und Mindesthaltbarkeitsdatum

Die Haltbarkeit von Eiern variiert je nach Lagerung. So sind rohe Eier bei 2 bis 6 Grad Celsius für 4 bis 6 Wochen haltbar. Einmal gekühlte Eier sollten nicht nur immer kühl gelagert werden, sondern auch vor dem Lagern nicht gewaschen werden, um die Schutzschicht nicht zu gefährden. Nach dem Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums (MHD), das bei Eiern in der Regel 28 Tage nach Legedatum beträgt, sollten diese nur durcherhitzt verzehrt werden. Dies liegt daran, dass das MHD angibt, bis wann Lebensmittel ihre spezifischen Eigenschaften, wie Geschmack und Geruch, behalten können.

Die Kennzeichnung des MHD muss bestimmten Vorschriften folgen, je nach Haltbarkeitsdauer. Produkte mit abgelaufenem MHD können weiterhin genießbar sein, sofern sie original verschlossen und richtig gelagert wurden. Eine sensorische Prüfung ist hierbei entscheidend: Sicht, Geruch und Geschmack sind wichtige Indikatoren, um zu entscheiden, ob das Lebensmittel noch verzehrt werden kann.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die richtige Lagerung von Eiern und das Verständnis ihrer Haltbarkeit essenziell sind, um sowohl Lebensmittelverschwendung zu vermeiden als auch die Gesundheit zu schützen. Weitere Informationen zur Aufbewahrung und Haltbarkeit von Eiern finden Sie auf **Verbraucherzentrale** und **Tegut**. Für detaillierte Hinweise zur optimalen Lagerung von Eiern besuchen Sie bitte **Ruhr24**.

Details	
Ort	Deutschland
Quellen	• www.ruhr24.de • www.verbraucherzentrale.de • www.tegut.com

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de