

Jederzeit gut versorgt mit Lebensmittelvorräten

22.06.2020, 12:17 | Freizeit, Bunt, Vermischtes

Pressemitteilung von: VERBRAUCHER INITIATIVE e. V.



Die VERBRAUCHER INITIATIVE mit Tipps zur Vorratshaltung

Berlin, 20. Juni 2020. Trotz langer Öffnungszeiten bis 22 Uhr und Online-Shopping ist ein gut ausgestatteter Vorrat an Grundnahrungsmitteln sinnvoll. Wie er aussehen kann, was bei Einkauf und Lagerung der Lebensmittel zu beachten ist, hat die VERBRAUCHER INITIATIVE in dem neuen Themenheft „Lebensmittelvorräte“ zusammengestellt.

„Ob Corona-Krise oder andere Notfälle, mit einem ausreichenden, gut sortierten Vorrat können Sie sich und Ihre Familie eine Zeit lang mit Essen und Trinken versorgen, ohne aus dem Haus gehen zu müssen“, sagt Alexandra Borchard-Becker von der VERBRAUCHER INITIATIVE. Größere Katastrophen, in denen die Versorgung mit Lebensmitteln eingeschränkt oder unterbrochen ist, kommen hierzulande glücklicherweise nur sehr selten vor. Weitaus häufiger sind „kleinere“ Notfälle, bei denen man nicht zum Einkaufen kommt. Dazu gehören akute Erkrankungen, Verletzungen oder

andere Vorkommnisse wie länger andauernde, großflächige Stromausfälle.

In solchen Fällen bewährt sich ein gut sortierter Lebensmittelvorrat, mit dem sich diese Situationen meistern lassen. Die Fachreferentin rät: „Um gut vorbereitet zu sein, überlegen Sie am besten in Ruhe, welche Lebensmittel Sie benötigen, in welchen Mengen und was Sie sonst noch brauchen, um einige Tage über die Runden zu kommen. Denken Sie dabei auch daran, dass möglicherweise im Notfall Kühlschrank und Herd kurzfristig nicht funktionieren können.“

Doch auch im „normalen“ Alltag hat ein Vorrat Vorteile. Er spart Zeit, weil man seltener einkaufen gehen muss. Und er kann Geld sparen, weil sich bei lagerfähigen Produkten Sonderangebote nutzen lassen, die erst später verbraucht werden. „Mit einem Fundus an Vorräten und überlegter Planung können Sie sich das Kochen erleichtern und sich zu Hause, am Arbeitsplatz oder unterwegs mit vollwertigen Mahlzeiten nach Ihrem Geschmack versorgen“, so Borchard-Becker. Das alt bewährte Vorkochen von Mahlzeiten ist ebenfalls als eine Art der Vorratshaltung zu sehen. Es feiert derzeit als „Meal Prepping“ ein Revival.

Mehr dazu, welche Lebensmittel sich für eine Vorratshaltung eignen, mit welchen Mengen zu rechnen ist und wie man bei der Planung vorgehen kann, verrät das Themenheft „Lebensmittelvorräte“ der VERBRAUCHER INITIATIVE. Die 16-seitige Broschüre enthält außerdem Tipps zur Lagerung und zum Selbermachen von Vorräten wie Einkochen oder Einlegen. Sie kann für 2,00 Euro (zzgl. Versand) unter www.verbraucher.com bestellt oder heruntergeladen werden.

Portrait

Die VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. ist der 1985 gegründete Bundesverband kritischer Verbraucherinnen und Verbraucher. Schwerpunkt ist die ökologische, gesundheitliche und soziale Verbraucherarbeit.

News-ID: 1091721 • Views: 451 (Stand: 27.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1091721/Jederzeit-gut-versorgt-mit-Lebensmittelvorraten.html>