

Bakterien und Keime – Zeitbombe Weihnachten

02.12.2013, 16:09 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Anticimex*

Presseagentur: *PR MarCom*



Weihnachtsmenü: hygienisch einwandfrei schmeckt es besonders gut

Gänsebraten, Karpfen, Wild sowie Raclette und Fondue – über die Festtage wird hemmungslos geschlemmt. Und da niemand hungrig bleiben soll, gibt es reichlich, sodass Reste eher die Regel als die Ausnahme sind. Dieser Überfluss macht sich vor allem dann unangenehm bemerkbar, wenn die Lebensmittel falsch oder zu lange aufbewahrt werden. Gerade zwischen Weihnachten und Neujahr kommt es dadurch häufiger als sonst zu Lebensmittelvergiftungen sowie Magen-Darm-Krankheiten. Die Bakterien in den Lebensmitteln beginnen sich schon auszubreiten, kaum dass der Löffel aus der Schüssel genommen worden ist.

„Leider steigt die Gefahr von Lebensmittelvergiftungen während der Feiertage deutlich“, so Rebecca Struck, Diplom-Ökotrophologin und Leiterin der Qualitätssicherung von Anticimex. „Gerade bei Raumtemperatur finden Bakterien in Lebensmittelresten hervorragende Bedingungen, um sich auszubreiten. Ihre Zahl verdoppelt sich in einer Viertelstunde. Daher sollte man Speisereste umgehend nach dem Essen ordentlich verpacken sowie im Kühlschrank lagern und nicht häufiger als nötig herausnehmen und wieder hineinstellen.“

Der Überfluss an Speisen ist ein Faktor, die Zahl der Gäste ein anderer. Viele Familienmitglieder und Gäste finden zusammen, um gemeinsam zu essen und zu feiern. Viele Gäste und somit mehr Hände als sonst greifen nach den Speisen, die dadurch mit überdurchschnittlich vielen Keimen in Kontakt kommen.

„Über die Feiertage ist es besonders wichtig, auf die Lebensmittel Acht zu geben“, so die Anticimex-Expertin für Lebensmittelhygiene. „Gerade bei Fischgerichten und Meeresfrüchten gilt es, besondere Sorgfalt walten zu lassen.“

Aufwärmen von Speiseresten

Niemand möchte verschwenderisch sein und Speisereste leichtfertig wegwerfen.

„Es ist in der Regel in Ordnung, die Speisen 1- bis 2-mal aufzuwärmen, jedoch nicht häufiger. Vor allem beim Aufwärmen in der Mikrowelle sollte man darauf achten, dass das Lebensmittel gleichmäßig erhitzt wird und nicht nur das Äußere“, warnt Struck. Warme Gerichte sollten zunächst auf 75 Grad Celsius erhitzt werden und dann bei mindestens 65 Grad warmgehalten werden.

9 Tipps für die Weihnachtsküche in Hygiene-Bestform:

- 1) Waschen Sie Ihre Hände und Küchenutensilien gründlich. Dies ist besonders dann wichtig, wenn zeitgleich unterschiedliche Lebensmittel verarbeitet werden.
- 2) Verwenden Sie nicht dasselbe Schneidebrett oder Utensilien für rohes Fleisch und Salat sowie andere Lebensmittel, die roh verzehrt werden.
- 3) Achten Sie darauf, dass kein Fleischsaft auf andere Lebensmittel tropft. Dies passiert leicht, wenn man Speisen in den Kühlschrank stellt oder herausnimmt.
- 4) Garen Sie Fleisch am besten ganz durch. Geflügel sowie Hack- und Schweinefleisch sind besonders anfällig für Bakterien, die uns krank machen können.
- 5) Denken Sie beim Aufwärmen an die 75-Grad-Regel: Erhitzen Sie das Lebensmittel zunächst auf 75 Grad und halten Sie es dann bei mindestens 65 Grad warm.
- 6) Obst ist vor dem Verzehr immer zu waschen. Garnieren Sie das Weihnachtsessen nicht mit ungewaschenem Obst oder Gemüse oder anderer Dekoration.
- 7) Wechseln Sie täglich das Spültuch und waschen Sie das alte bei mindestens 60 Grad.
- 8) Bereiten Sie kein Essen zu, wenn Sie krank sind. Wenn der Koch erkrankt ist, verbreiten sich Krankheiten und Durchfall besonders schnell.
- 9) Halten Sie heiße Speisen heiß und kalte Speisen kalt. Lebensmittel, die nicht sofort oder ganz gegessen werden, sollten schnell gekühlt werden. Kühlen Sie noch warme Töpfe ab, bevor Sie diese in den Kühlschrank stellen. Warme Gefäße erhöhen die Temperatur im Inneren des Kühlschranks und erleichtern Bakterien so, sich zu vermehren.

(Quelle: Anticimex 2013)

Portrait

Seit 1934 widmet sich das Unternehmen Anticimex Hygienedienstleistungen und der Schädlingsbekämpfung und sorgt so für eine sichere und gesunde Lebensumgebung in und um Immobilien. Mit 3.000 Mitarbeitern berät und unterstützt das Unternehmen über 2,2 Millionen Kunden in 14 Ländern. Der Fokus ist dabei auf die Schädlingsprävention und -bekämpfung, die Vogelabwehr, das Hygienemanagement und -schulungen sowie das Thema Lebensmittelsicherheit gerichtet. Weitere Informationen erhalten Sie auf der Website von Anticimex www.anticimex.de oder direkt per Telefon: +49 (0) 800 2330400.

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/764547/Bakterien-und-Keime-Zeitbombe-Weihnachten.html>