



10 Lebensmittel, die nicht gekühlt werden wollen

1. Olivenöl

Im Kühlschrank kann Olivenöl flockig werden. Das gibt sich im Warmen zwar wieder, muss aber dennoch nicht sein. Lichtgeschützt bei Zimmertemperatur aufbewahrt (etwa im Schrank) hält Olivenöl mehrere Wochen – bis dahin ist eine Flasche meist sowieso aufgebraucht.

2. Brot

Brot bewahrt man am besten bei Zimmertemperatur in luftdurchlässigen Behältnissen auf. Ohne Luft bildet sich Feuchtigkeit und das Brot fängt an zu schimmeln. Optimal zur Lagerung sind Gefäße aus Ton. Brotkästen aus Holz sind weniger zu empfehlen, darin trocknet Brot schneller aus.

3. Zitronen

Zitronen und andere Zitrusfrüchte vertragen keine Kälte – sie stammen immerhin aus warmen Regionen.

Bei mäßigen Zimmertemperaturen halten es Zitronen, Orangen, Grapefruits usw. gut aus, noch lieber haben sie es etwas kühler.

Zitrusfrüchte sollten offen gelagert werden und Luftkontakt haben.

4. Knoblauch und Zwiebeln

Knoblauch und Zwiebeln sind am besten an einem kühlen, dunklen und trockenen Ort aufgehoben, z.B. im Keller. Im Kühlschrank ist es ihnen zu feucht und zu kalt. Wer keinen kühlen Raum zu Verfügung hat, lagert Knoblauch und Zwiebeln am besten in einem Tongefäß, das ihnen genug Platz zum „atmen“ lässt.

5. Avocado

Avocados kauft man wie Bananen meist unreif. „Harte“ Avocados sollte man bei Zimmertemperatur nachreifen und weich werden lassen. Reife Exemplare isst man am besten so bald wie möglich.

6. Schnaps

Wer Spirituosen wie Wodka, Whiskey oder andere Brandweine mit über 35 % zu Hause hat, braucht auch die nicht im Kühlschrank lagern. Geschlossene Flaschen halten praktisch ewig.

Auch bei geöffneten Flaschen dauert es seine Zeit, bis sich Alkohol und Aroma verflüchtigen. Eine Lagerung im Keller oder bei Zimmertemperatur ohne direkte Sonneneinstrahlung (z.B. im Schrank) genügt.



10 Lebensmittel, die nicht gekühlt werden wollen

7. Bananen

Bananen bekommen im Kühlschrank schnell braune Flecken, weil die Kälte ihr Zellgewebe schädigt. Bei Zimmertemperatur halten sie etwa drei bis vier Tage, wenn man sie vor direkter Sonneneinstrahlung schützt.

Das gilt auch für andere exotische Früchte wie Mango, Melone oder Ananas.

8. Tabasco und Co.

Scharfe Saucen enthalten neben Chilis meist nur Essig und Salz – das sind hervorragende Konservierungsstoffe. Deshalb müssen Tabasco & Co. auch geöffnet nicht in den Kühlschrank. An einem lichtgeschützten Ort (Schrank) halten sie viele Monate.

9. Honig

Honig wird im Kühlschrank hart und lässt sich schlecht streichen. Fest verschlossenen, trocken und lichtgeschützt gelagert (z.B. im Schrank) hält er sich normalerweise Jahre ohne an Qualität zu verlieren.

Hält man Honig außerdem frei von Fremdkörpern, kann man ihn praktisch ewig essen.

10. Tomaten

Tomaten verlieren im Kühlschrank ihr Aroma und können schneller schimmeln. Am besten bewahrt man sie im Keller oder in der Speisekammer auf – ideal ist eine Temperatur um die 15 Grad.

Steht kein kühler Raum zu Verfügung, sind Tomaten bei Zimmertemperatur immer noch besser dran als im Kühlschrank. Das gilt auch für andere Gemüsearten, die viel Wasser enthalten wie z.B.: Gurken, Paprika, Auberginen und Zucchini.