

Beschaffung und Lagerung

Allgemeine Aspekte der Lagerung

- rohe, leicht verderbliche LM: Tief-/Kühlschrank
- nicht kühlshranktauglich: Südfrüchte (z. B. Banane, Mango, Avocado), sehr wasserreich (z. B. Paprika, Zucchini, Gurke), stärkereich (z. B. Kartoffel)
- Gemüse und Obst trennen: Ethylen → vorzeitige Alterung
- trockene feste LM: kühl, dunkel und trocken
- Öle: dunkel (dunkle Flaschen), kühl; bei Ölen reich an mehrfach ungesättigte FS kleine Mengen einkaufen

Verarbeitung

Fetthärtung (Industrie)

- pflanzliche Öle → flüssig → Härtung vor Verarbeitung in LM
- Härtung bedingt Bildung Transfettsäuren:
- erhöhtes Risiko Krebs, Demenz, Allergien, HKE, Darmerkrankungen, evtl. DMT2
- LM-Kennzeichnung Zutatenliste: „gehärtetes Fett“, „pflanzliches Fett, z. T. gehärtet“
- Angabe „Fett“ oder „pflanzliches Fett“ ausschl. bei ungehärteten Fetten

Verarbeitung

Maillard-Produkte: Gegenmaßnahmen

- Vermeidung scharfes Anbraten (Kartoffel-, Getreideprodukte).
- zu hohe und lange Hitzeeinwirkung verhindern; Backofen max. 180 °C; Fritteuse max. 175 °C
- Bratkartoffeln aus zuvor gekochten Kartoffeln
- Verwendung Backpapier
- Begrenzung Bräunung
- Bevorzugung dicker Pommes und gleichmäßige Verteilung auf dem Blech

Hygiene und Mikrobiologie

Allgemeine Informationen: Schimmelpilze

