

Was tun wenn's schimmelt? Muss ich alles vernichten?

Quellen: AID, Verbraucherzentrale Berlin, BLL, BfR

Zwischen einwandfreiem Obst und Gemüse verbirgt sich Schimmel oder eine Frucht ist leicht faulig. Und NUN?

Sehr wasserhaltige Früchte ohne feste Schale wegwerfen! Erdbeeren, Pfirsiche,... siehe Liste am Ende

Je mehr Wasser ein Lebensmittel enthält, desto schneller sollte man es wegwerfen, wenn sich Schimmel bildet. Denn der Schimmel bildet meist Toxine. Abkochen oder einfrieren bringt nichts, Pilzgifte sind sehr stabil, können die Krebsgefahr erhöhen und Leber und Nieren schädigen.

Vorsicht auch bei Nüssen und Pilzen! bei verdorbenen, verschimmelten Nüssen, allen voran Pistazien, haben wir es oft mit dem stärksten Pilzgift, Aflatoxin, zu tun. Also vernichten, es lässt sich nicht abwaschen.

Auf Pilzen wachsen Pilze, hört sich eigenartig an, aber die Eiweißstruktur des „Fruchtkörpers“ ist eher mit Fleisch als mit Obst und Gemüse zu vergleichen und damit sehr leicht verderblich. Wenn sie matschig oder schmierig werden besser wegwerfen.

Hier einige Regeln: (Nicht vollständig)

- Verschimmeltes Schnittbrot vollständig entsorgen.
- Ein kleiner Schimmelfleck (max. ½ Zentimeter) auf einem ganzen Brotlaib kann großzügig entfernt werden, Abstand mindestens 2 Zentimeter.
- Marmelade mit Schimmelflecken sollte grundsätzlich entsorgt werden, denn der Schimmel liegt auch auf der Glasfläche, so dass es nichts bringt, einen großen Löffel Marmelade mit dem sichtbaren Schimmel abzuheben.

Da einige Lebensmittel mit Mikroorganismen hergestellt werden, die auch noch leben, wenn wir es kaufen ist es wichtig, dass wir es bei der Lagerung von anderen Lebensmitteln trennen.

Eine Schnittkäsepackung mit Schimmel darf keinen Schimmel aufweisen, ein Camembert darf das natürlich. Hier ist unbedingt Produktkenntnis erforderlich.

Ebenso verhält es sich bei Wurst, Salami wird mit Schimmel und Milchsäurebakterien gereift, Kochwurst darf aber definitiv keinen Schimmel oder Verfärbungen aufweisen. Also kann bei luftgetrockneter Wurst oder Schinken ein geringer Schimmelbefall großzügig abgeschnitten werden. Kochwurst gehört entsorgt.

Edelschimmel von Wurst und Käse bilden keine Mykotoxine, aber wir können ohne Mikroskop und Mikrobiologie nicht erkennen ob nun eine „Ansteckung“ untereinander stattgefunden hat. Daher ist es sicherer offensichtliche verdorbene Ware zu vernichten.

Ananas	Wenn schon im Fruchtfleisch eingedrungen, dann ist die ganze Frucht durchdrungen. Bei mehreren in einer Horde nur die betroffenen Früchte aussortieren. Die Schale ist fest und schützt ganz gut
Apfel	Schale ist guter Schutz, befallene aussortieren, die Mycel durchdringen unsichtbar die ganze Frucht.
Aprikose	Schale ist guter Schutz, befallene aussortieren, die Mycel durchdringen unsichtbar die ganze Frucht.
Artischocke	Befallene aussortieren
Aubergine	Schale ist guter Schutz, befallene aussortieren, die Mycel durchdringen unsichtbar die ganze Frucht.
Avocado	Schale ist guter Schutz, befallene aussortieren, die Mycel durchdringen unsichtbar die ganze Frucht.
Banane	Schimmelt so gut wie nie, braune Stellen sind zwar nicht schön, aber nicht gefährlich→ die Entscheidung trägt der Kunde!
Birne	Schale ist guter Schutz, befallene aussortieren, die Mycel durchdringen unsichtbar die ganze Frucht.
Blumenkohl	Kann weggeschnitten werden
(Garten)-Bohne	Befallene aussortieren
Brombeere	Befallene aussortieren und alle im direkten Kontakt
Brokkoli	Kann großzügig weggeschnitten werden
Champignons	Befallene aussortieren und alle im direkten Kontakt
Chinakohl	Kann großzügig weggeschnitten werden
Clementine	Befallene aussortieren
Cranberry	Befallene aussortieren und alle im direkten Kontakt
Dattel	Frisch: Befallene aussortieren
Erbse	Schoten: Befallene aussortieren
Erdbeere	Sehr problematisch, um befallene handtellergroß aussortieren, also 500 g Schalen weg!
Feige	Befallene aussortieren
Fenchel	Kann großzügig weggeschnitten werden
Grapefruit	Befallene aussortieren
Grünkohl	Befallenes aussortieren
Guave	Befallene aussortieren
Gurke	Leider weg, da Mycel mühelos die ganze Gurke durchdringen
Heidelbeere (Blaubeere)	Befallene aussortieren und alle im direkten Kontakt
Himbeere	Sehr problematisch, um befallene handtellergroß aussortieren, also ganze Schalen weg!
Johannisbeere	Befallene aussortieren und alle im direkten Kontakt
Kartoffel	Befallene aussortieren und alle im direkten Kontakt
(Sauer)-Kirsche	Befallene aussortieren und alle im direkten Kontakt

Kiwi	Befallene aussortieren
Kohlrabi	Kann großzügig weggeschnitten werden
Kürbis	Kann großzügig weggeschnitten werden
Kumquat	Befallene aussortieren
Limette	Befallene aussortieren
Litschi	Befallene aussortieren
Mandarine	Befallene aussortieren
Mango	Befallene aussortieren
Mangold	Kann großzügig weggeschnitten werden
Meerrettich	Kann großzügig weggeschnitten werden
Melone	Leider weg, da Mycel mühelos die ganze Frucht durchdringen
Minze	Ca. 25 bis 30 Arten, die (fast) alle auf der Nordhalbkugel wachsen
Mispel	Schale ist guter Schutz, befallene aussortieren, die Mycel durchdringen unsichtbar die ganze Frucht.
Möhren, Karotte	Kann großzügig weggeschnitten werden
Nektarine	Befallene aussortieren
Orange	Befallene aussortieren
Pampelmuse	Befallene aussortieren
Pastinake	Kann großzügig weggeschnitten werden
Papaya	Befallene aussortieren
Paprika	Befallene aussortieren, wegschneiden reicht nicht, Mycel durchdringt die Paprika
Pfirsich	Befallene aussortieren
Pflaume	Befallene aussortieren
Pomeranze	Befallene aussortieren
Quitte	Befallene aussortieren
Radieschen	Befallene aussortieren
Reineclaude	Befallene aussortieren
Rhabarber	Befallene aussortieren, Mycel geht im Stengel weiter, also reicht wegschneiden nicht
Rosenkohl	Befallene aussortieren
Rote Be(e)te	Befallene aussortieren
Rotkohl	Kann großzügig weggeschnitten werden
Rucola	Aussortieren
Rüben	Kann großzügig weggeschnitten werden
Sauerampfer	Befallene aussortieren, Mycel geht im Stengel weiter, also reicht wegschneiden nicht
Sellerie	Kann großzügig weggeschnitten werden
Spargel	Befallene aussortieren

Spinat (Blatt-)	Befallene aussortieren, Mycel geht im Stengel weiter, also reicht wegschneiden nicht
Stachelbeere	Befallene aussortieren
Steckrübe	Kann großzügig weggeschnitten werden
Süßkartoffel	Befallene aussortieren
Tamarillo	Befallene aussortieren
(Wein)-Traube	Befallene aussortieren
Tomate	Befallene aussortieren
Zitrone	Befallene aussortieren
Zuckerrübe	Kann großzügig weggeschnitten werden
Zwiebel	Befallene aussortieren