

# Wie lange können Lebensmittel über das Mindesthaltbarkeitsdatum hinaus verzehrt werden?



Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten?  
 Entscheidend ist die sensorische Prüfung:  
 Anschauen Riechen Schmecken

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
<b>Pulvrige Nahrung</b> (z. B. Puddingpulver, Instantsuppen)		
2 Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schädlinge</li> <li>muffig, ranzig</li> <li>artfremd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>keine Veränderung: Verzehr ist unbedenklich</li> </ul>
<b>Reis</b>		
1 Jahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>feine Gespinste, Schädlinge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>bei Schimmelverdacht/Schädlingen gesamte Packung entsorgen</li> </ul>
<b>Salate</b> (gewaschen, geschnitten)		
3 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verfärbungen, faule Stellen, Schimmel</li> <li>faulig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>welkende Blätter und Aromaverlust sind unproblematisch</li> </ul>
<b>Sahne</b>		
2 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verfärbungen, schleimige Konsistenz, flockig, stark abgesetzt, aufgeblähte Verpackung</li> <li>säuerlich, tranig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>keine Veränderung: Verzehr ist unbedenklich</li> </ul>
<b>Schinken</b>		
5 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>schmierige Oberfläche, graue oder grüne Verfärbungen, Schimmel</li> <li>faulig, modrig</li> <li>bitter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>auf der untersten Ebene des Kühlschranks lagern</li> <li>im Ganzen länger haltbar als in Scheiben</li> </ul>

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
<b>Schokolade, Pralinen</b>		
14 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schädlinge</li> <li>artfremd, ranzig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>weißer Belag (kristallisierte Kakaobutter bzw. Zucker) und Aromaverlust sind unproblematisch</li> </ul>
<b>Süßwaren</b> (z. B. Fruchtgummi)		
28 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel</li> <li>verändert, ungewohnt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aromaverlust ist unproblematisch</li> </ul>
<b>Tee</b>		
mehrere Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schädlinge, stark verklumpt</li> <li>muffig</li> <li>artfremd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aromaverlust ist unproblematisch</li> </ul>
<b>Tiefkühlgerichte</b>		
mehrere Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>blasse Stellen, Gefrierbrand (ausgetrocknete Stellen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>weniger knackig, Aromaverlust ist unproblematisch</li> <li>wenn fad, für Suppen und Soßen verwenden</li> </ul>
<b>Wurst</b>		
5 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel, graue oder grünliche Verfärbung, schmierige Oberfläche</li> <li>faulig, modrig</li> <li>bitter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>keine Veränderung: Verzehr ist unbedenklich</li> <li>Im Ganzen länger haltbar als in Scheiben</li> </ul>

## Was bedeutet das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD)?

Das MHD verunsichert viele Verbraucher:innen und führt oft dazu, dass genießbare Lebensmittel vernichtet werden. Das MHD ist kein Verbrauchsdatum! Der Hersteller garantiert mit dem Datum lediglich, dass das Produkt bei korrekter Lagerung seine Eigenschaften wie Geruch, Farbe und Geschmack beibehält. Die Kennzeichnung lautet: „mindestens haltbar bis“. Lebensmittel können noch Tage, Wochen oder sogar Monate nach Erreichen des MHD genießbar sein.

## Was ist der Unterschied zwischen dem MHD und dem Verbrauchsdatum?

Das Verbrauchsdatum kennzeichnet Lebensmittel, die sehr leicht verderblich sind, beispielsweise einige verpackte Sorten von Fisch oder Fleisch. Die Kennzeichnung lautet: „zu verbrauchen bis“. Ausschließlich Produkte mit Verbrauchsdatum müssen nach Ablauf entsorgt werden, da ihr Verzehr sonst ein Gesundheitsrisiko darstellt.

## Wie können Lebensmittel nach Überschreiten des MHD auf ihre Haltbarkeit hin geprüft werden?

Nach Überschreiten des MHD können Sie selbst prüfen, ob ein Lebensmittel noch gut ist. Nutzen Sie Ihre eigenen Sinne: Anschauen, Riechen, Schmecken! Die Tabelle gibt Aufschluss darüber, bei welchen Veränderungen Sie Lebensmittel besser entsorgen sollten. Wenn Sie keine Veränderungen feststellen, können Sie das Produkt auch nach dem MHD verzehren.

= Aussehen   
 = Geruch   
 = Geschmack

## Kontakt

Tafel Deutschland e. V.  
 Germaniastaße 18 • 12099 Berlin  
 Tel.: (030) 200 59 76-0  
 Fax: (030) 200 59 76-16  
 E-Mail: info@tafel.de  
 www.tafel.de

## Spendenkonto

Tafel Deutschland e. V.  
 Bank für Sozialwirtschaft  
 IBAN: DE67 3702 0500 0001 1185 00  
 BIC: BFSWDE33XXX

Es handelt sich bei den Angaben um Richtwerte. Sie beziehen sich ggf. auf verpackte Produkte. Entscheidend ist die sensorische Prüfung.

Weitere Informationen zur Prüfung und Haltbarkeit von Lebensmitteln finden Sie unter:

[www.tafel.de/mhd](http://www.tafel.de/mhd)

Dieser Flyer entstand in Zusammenarbeit mit:







Quellen:  
 Verbraucherzentrale Hamburg e. V.: Flyer „So erkennen Sie, ob Lebensmittel noch gut sind“, Wiener Tafel: Flyer „Ist das noch gut?“






Bildnachweise:  
 stock.adobe.com, istockphoto.com  
 Zeile 1 von l. nach r.: © Moving Moment, © photocreww, © uwimages  
 Zeile 2 von l. nach r.: © A. Bruno, © Picture Partners, © Elena Schweitzer  
 Zeile 3 von l. nach r.: © Zerbor, © Digitalpress, © euthymia  
 Zeile 4 von l. nach r.: © adventr © Splingis, © naotake

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
<b>Butter</b>		
 21 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>ranzig, artfremd</li> <li>ranzig, stechend, artfremd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>verschlossen auf mittlerer Ebene im Kühlschrank lagern</li> </ul>
<b>Eier</b>		
 21 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>faulig</li> <li>faserig (bei gekochten Eiern)</li> </ul>	Test: Ei in gefülltes Wasserglas legen Frisch: Ei liegt unten Schlecht: Ei steigt auf
<b>Essig</b>		
 mehrere Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>trüb, pelzige Schicht, Schimmel</li> <li>gärig</li> <li>ranzig, bitter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausflocken bei gekühlten pflanzlichen Ölen ist unproblematisch</li> </ul>
<b>Fruchtsaft</b>		
 28 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>schimmelig, Bildung von Luftblasen</li> <li>gärig</li> <li>muffig, vergoren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ungeöffnet bei Zimmertemperatur, dunkel lagern; geöffnet in Kühlschranktür lagern</li> </ul>
<b>Getreideflocken</b>		
 2 Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>feine Gespinste, Schädlinge</li> <li>ranzig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>trocken und luftdicht bei Zimmertemperatur lagern</li> </ul>

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
<b>Gewürze (Pfeffer, Salz, Gewürzzubereitungen)</b>		
 1 Jahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>klumpig, Schädlinge</li> <li>muffig</li> <li>artfremd</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>dunkel, trocken, verschlossen Lagern, geöffnete Behälter bei häufigem Kontakt mit Wasserdampf regelmäßig prüfen</li> </ul>
<b>Honig</b>		
 1 Jahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>Blasenbildung</li> <li>gärigsauer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kristallisierungen sind unproblematisch</li> <li>wird wieder weich bei ca. 40° C im Wasserbad</li> </ul>
<b>Kaffee und Kakao</b>		
 1 Jahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schädlinge, zarte Gespinste</li> <li>muffig, verändert</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>vor Feuchtigkeit schützen</li> </ul>
<b>Käse (Schnittkäse, Hartkäse, außer Rohmilchkäse)</b>		
 21 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel in verschiedenen Farben: grünlich-grau, rosa-weiß, weiß</li> <li>muffig, gärig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>auf mittlerer Ebene im Kühlschrank lagern, hält am Stück länger als in Scheiben</li> </ul>

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
<b>Käse (Weichkäse, Frischkäse, außer Rohmilchkäse)</b>		
 10 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel in verschiedenen Farben: grünlich-grau, rosa-weiß und weiß</li> <li>muffig, verändert</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>auf mittlerer Ebene im Kühlschrank lagern, hält am Stück länger als in Scheiben</li> </ul>
<b>Käse (Rohmilchkäse, immer als solcher gekennzeichnet)</b>		
<i>0 Tage</i>	Nach Erreichen des MHD entsorgen, da die Gefahr einer Lebensmittelinfektion mit Listerien besteht.	
<b>Kekse</b>		
 mehrere Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>stechend, ranzig verändert</li> <li>bitter, ranzig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>lichtgeschützt und trocken bei Zimmertemperatur lagern</li> </ul>
<b>Knabberartikel (Kartoffelchips, Erdnussflips, Cracker)</b>		
 2 Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel</li> <li>ranzig, stechend</li> <li>ranzig, verändert</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>lichtgeschützt und trocken bei Zimmertemperatur lagern</li> </ul>
<b>Konserven (Gemüse-, Obstkonserven, Fertiggerichte)</b>		
 1 Jahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel, undichte, rostige Dosen, stark verbeulte Dosen (Metalle gehen dann in Inhalt über)</li> <li>gärig, sauer</li> <li>säuerlich, metallisch, faulig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dosenreste nach Öffnen umfüllen, sie sind dann im Kühlschrank ca. 2 bis 4 Tage lang haltbar; aufgedruckte Lagerhinweise beachten</li> </ul>

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
<b>Marmelade/Konfitüre</b>		
 1 Jahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel</li> <li>verändert, vergoren</li> <li>gärig, verändert</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>verblasste Farbe ist unproblematisch</li> <li>angebrochene Marmeladen im Kühlschrank aufbewahren</li> </ul>
<b>Mayonnaise</b>		
 28 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel</li> <li>schlecht riechend, verändert, ranzig</li> <li>faulig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>nach dem Öffnen im Kühlschrank lagern</li> </ul>
<b>Mehl, Backpulver</b>		
 1 Jahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schädlinge z. B. Mehlwürmer, Milben, Staubläuse</li> <li>muffig, ranzig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schädlingstest: Ausstreuen, Oberfläche glätten, wenn Oberfläche nach 30 Minuten furchig, ist Milbenbefall wahrscheinlich</li> </ul>
<b>Milch, frisch</b>		
 2 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>flockig, geronnen</li> <li>sauer</li> <li>sauer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>keine Veränderung: Verzehr ist unbedenklich</li> </ul>
<b>Milch, haltbar</b>		
 28 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>schleimig, Milchtüte beult aus</li> <li>bitter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>flockt nicht aus, wird nicht sauer (!)</li> </ul>

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
<b>Milcherzeugnisse (z. B. Joghurt, Buttermilch) außer Butter/Käse</b>		
 5 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel, aufgeblähte Verpackung</li> <li>verändert, sauer</li> <li>sauer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>keine Veränderung: Verzehr ist unbedenklich</li> </ul>
<b>Müsli (Früchte-, Getreidemüsli, Cornflakes, Amaranth, Quinoa)</b>		
 2 Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>feine Gespinste, Schädlinge, heller Belag auf Trockenfrüchten</li> <li>ranzig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>trocken und luftdicht bei Zimmertemperatur lagern</li> </ul>
<b>Nudeln (Trockenware)</b>		
 1 Jahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>feine Gespinste, Schädlinge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>bei Schimmelverdacht oder Schädlingen gesamte Packung entsorgen</li> </ul>
<b>Nüsse (Wal-, Erdnüsse, Pistazien)</b>		
 28 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schädlinge, schwarze Stellen, Schimmel</li> <li>muffig, ranzig</li> <li>bitter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Achtung: Schimmelentwicklung ist bei Nüssen besonders gefährlich, da dabei giftige Stoffe entstehen können</li> </ul>
<b>Pflanzliche Fette/Öle (Margarine, Oliven-, Sonnenblumenöl)</b>		
 28 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>trüb</li> <li>ranzig, streng, stechend, beißend</li> <li>ranzig, bitter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausflocken bedeutet keine Qualitätsminderung</li> </ul>