

Sachgerechter Umgang mit Lebensmitteln	6
Wie verderben Lebensmittel?	6
Krankheitserreger in Lebensmitteln	8
Wie vermehren sich Mikroorganismen?	12
Vorratsschädlinge	14
Lebensmittellagerung im Haushalt	18
Lagern im Kühl- und Gefriergerät	18
Vorratsraum, Speisekammer, Vorratsschrank	26
Hygiene	30
Personliche Hygiene	30
Kuchenhygiene	31
Hygiene bei der Lebensmittelzubereitung	32
Hygiene bei der Lebensmittellagerung	32
Tipps zum Einkauf, Umgang und zur Lagerung von Lebensmitteln	35
Eier und Eiprodukte	36
Geflügel	39
Fische, Muscheln und Krebse	41
Fleisch, Hackfleisch und Fleischerzeugnisse	43
Milch, Milcherzeugnisse, Milchlischerzeugnisse, Kase und Kaseerzeugnisse	51
Brot, Backwaren, Getreide, Getreidenahrmittel, Teigwaren, Reis	56
Gemüse, Kartoffeln, Hülsenfruchte, Sprossen, Blattsalate, Pilze und frische Küchenkräuter	61
Obst und Obsterzeugnisse, Nüsse und Samen, Konfitüre und Gelee	76
Speisefette und -öle	82
Kaffee, lösliche Kaffeegetränkemischungen, Instantkaffee, Tee, Instanttee	84
Kakao und Kakaoerzeugnisse, Schokolade und Schokoladenerzeugnisse	86
Zucker und Honig	88
Speiseeis	89
Mineralwasser, Trinkwasser, Fruchtsäfte, Süßmoste und Erfrischungsgetränke	90
Bier, Wein und Schaumwein	92
Convenienceprodukte	94
Fertigsoßen und ähnliche Produkte, Gewürze und Würzmittel	96
Kühlprodukte	100
aid-Medien	102
Impressum	107