

Ein Fall für den Müll?

Nicht alle Lebensmittel, die schimmeln, müssen direkt entsorgt werden – manche aber schon. Ein Überblick

VON ANGELA STOLL

Eine Schale reifer, duftender Erdbeeren: Wer bekommt da nicht Appetit? Aber wie groß ist die Enttäuschung, wenn sich unten im Behälter ein natschiges Exemplar mit grünlich weißem Bewuchs findet. Muss jetzt die ganze Schale in den Müll? Und wie schädlich ist Schimmel an Lebensmitteln überhaupt?

Einfache Antworten gibt es darauf leider nicht. Zunächst einmal: Die Gefahr geht nicht vom Pilz selbst, sondern von den sogenannten Mykotoxinen aus. Das sind giftige Stoffwechselprodukte, die entstehen können, wenn Pilze Lebensmittel zersetzen. Doch ängst nicht alle Schimmelpilze bilden bedenkliche Stoffe – so ist etwa der Edelschimmel im Roquefort völlig harmlos. „Es gibt viele verschiedene Mykotoxine“, sagt Prof. Rolf Geisen, Experte für Lebensmittelmykologie am Max-Rubner-Institut in Karlsruhe.

Als Laie kann man nicht einschätzen, um welche Art von Schimmel es sich handelt. Farbe und Geruch besagen wenig. „Um den Pilz zu bestimmen, muss man Experte sein“, sagt der Lebensmitteltechnologe. Überhaupt ist das Auge hier nicht sehr verlässlich. „Das, was man sieht, ist nur der Fruchtkörper des Pil-

Das, was man sieht, ist nur der Fruchtkörper des Pilzes.

Rolf Geisen, Experte für Lebensmittelmykologie

zes“, erklärt Geisen. Das fadenförmige Myzel, also der eigentliche Pilz, bleibt meistens unsichtbar. Wie schnell das Myzel wächst, hängt unter anderem von Zusammensetzung und Beschaffenheit des Lebensmittels ab. So heißt es beim Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR): „Je flüssiger die Lebensmittel sind, desto schneller ist die Ausbreitung des Schimmels und seiner Toxine möglich.“

Im Zweifelsfall ist es besser, die Lebensmittel wegzuerwerfen. Braten, kochen oder backen kann dem Gift wenig an-



Äpfel muss man bei Schimmelbefall nicht sofort entsorgen. Faule Stellen sollte man allerdings großzügig entfernen.

FOTO: DPA

haben: Mykotoxine sind weitgehend hitzestabil. Auch verfüttern sollte man Schimmliches nicht, da die Toxine Tieren schaden und zudem in Fleisch oder Eier hineingeraten können. Je nach Art und Menge des Toxins kann es zu akuten Vergiftungserscheinungen wie Magen-Darm-Beschwerden oder Zittern kommen. Wenn man Stoffe wie Aflatoxine über längere Zeit in höheren Dosen aufnimmt, sind auch Spätfolgen wie Krebs denkbar. Das heißt: Wer mal ein Stückchen angeschimmeltes Brot isst, muss nicht gleich mit fatalen Folgen rechnen. Dennoch sollten vor allem schwangere Frauen, kleine Kinder und alte Menschen vorsichtig sein.

Die Empfehlungen:

- » **Brot und Backwaren:** Sobald sich auf einem Laib auch nur ein kleiner Schimmelfleck gebildet hat, heißt es für den Lebensmitteltechnologe Geisen: „Wegwerfen!“ Auf der porösen Struktur von Brot kann sich das Myzel leicht ausbreiten – eventuell ist also das ganze Stück durchwachsen, ohne dass man es sieht.

Zum Schutz vor Verderb sollte man Brotkästen einmal pro Woche reinigen und mit Essigwasser auswischen, empfiehlt das BfR.

- » **Obst und Gemüse:** In Früchten mit hohem Wasseranteil – etwa Pfirsichen oder Tomaten – breitet sich Schimmel schnell aus. Daher muss man sie komplett wegwerfen, sobald sie an einer Stelle faulen. In einer Schale mit Erdbeeren kann ein schimmeliges Exemplar bereits andere Früchte angesteckt haben. Daher sollte

man die verdorbene Beere mitsamt ihren „Nachbarn“ wegwerfen. Weniger problematisch sind Äpfel: „Da reicht es, die faulige Stelle großzügig abzuschneiden.“ Das Mykotoxin Patulin, das sich häufig auf fauligem Kernobst bildet, dringt nur bis zu zwei Zentimeter tief in den Apfel hinein.

- » **Marmelade:** „Angeschimmelte Konfitüren und Gelees sollten grundsätzlich wegwerfen werden“, heißt es beim BfR. Bei Marmeladen mit ho-

hem Zuckeranteil reiche es allerdings, die schimmelige Stelle großzügig zu entfernen, meint der Lebensmittelexperte Geisen. Zucker bindet Feuchtigkeit und bremst dadurch das Pilzwachstum. Im Kühlschrank hält sich angebrochene Konfitüre länger – vor allem solche mit einem geringen Zuckeranteil.

- » **Käse und Wurst:** Bei harten Käsesorten, etwa Parmesan, genügt es, die schimmelige Stelle mit mehreren Zentimetern abzuschneiden. Auch luftgetrocknete Wurst und Schinken sind noch genießbar, wenn man betroffene Stellen großzügig entfernt.

- » **Milchprodukte:** Joghurt oder Quark, auf dem sich bereits grünlich weiße Flecken gebildet haben, gehört komplett in die Tonne.

- » **Nüsse und Gewürze:** Insbesondere exotische Nüsse wie Pistazien und Paranüsse, aber auch Gewürze und Trockenfrüchte können mit dem sehr giftigen Aflatoxin belastet sein. Daher sollten alle Produkte, die verfärbt sind, muffig riechen oder schimmelig aussehen, in den Müll.

Tipps gegen müffelnde Mülltonnen

- » **In der Sommerhitze** entwickeln Mülltonnen und Kücheneimer schon mal unangenehme Gerüche. Der Verband kommunaler Unternehmen (VKU) in Berlin rät:

- » **Schatten:** Um es Bakterien und Pilzen nicht ganz so nett zu machen, sollte die Tonne an warmen Tagen im Schatten stehen. Das gilt auch für den Abfallbehälter in der Küche.

- » **Zeitungspapier:** Die Tonne und der Mülleimer für Gemüse- und Obstreste können mit

Zeitungspapier ausgelegt werden. Feuchte Bioabfälle werden am besten direkt in Zeitungs- oder Küchenpapier eingepackt und darin in die Tonne gegeben. Das Papier nimmt die Feuchtigkeit auf und verhindert so Gerüche und Schimmelbildung.

- » **Reinigen:** Der VKU rät, Tonne und Mülleimer häufiger zu reinigen. Dabei helfe Backpulver, das auf den Boden gestreut wird, etwas einwirkt und dann ausgewischt wird.