

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



Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist kein Verbrauchsdatum! Lebensmittel können noch Tage, Wochen oder sogar Monate nach Erreichen des MHD haltbar sein und müssen deshalb vom Verbraucher selbst geprüft werden.

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
<b>Pulvrige Nahrung (z.B. Puddingpulver, Instantsuppen)</b>		
2 Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schädlinge</li> <li>muffig, ranzig</li> <li>artfremd</li> </ul>	keine Veränderung: Verzehr ist unbedenklich
<b>Reis</b>		
1 Jahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>feine Gespinste, Schädlinge</li> </ul>	bei Schimmelverdacht/Schädlingen gesamte Packung entsorgen
<b>Salate (gewaschen, geschnitten)</b>		
3 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verfärbungen, faule Stellen, Schimmel</li> <li>faulig</li> </ul>	welkende Blätter und Aromaverlust sind unproblematisch
<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>	keine Veränderung: Verzehr ist unbedenklich
<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>	weißer Belag (kristallisierte Kakaobutter bzw. Zucker) und Aromaverlust sind unproblematisch
<b>Süßwaren (z. B. Fruchtgummi)</b>		
28 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schimmel</li> <li>verändert, ungewohnt</li> </ul>	Aromaverlust ist unproblematisch
<b>Tee</b>		
mehrere Monate	<ul style="list-style-type: none"> <li>Schädlinge, stark verklumpt</li> <li>muffig</li> <li>artfremd</li> </ul>	Aromaverlust ist unproblematisch
<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 und führt oft dazu, dass noch genießbare Lebensmittel im Müll-eimer landen. Das MHD ist kein Verbrauchsdatum! Der Hersteller garantiert mit dem Datum lediglich, dass das Produkt bei korrekter Lagerung seine spezifischen Eigenschaften wie Aussehen, Geruch, Konsistenz und Nährwert beibehält. Die Kennzeichnung lautet: „Mindestens haltbar bis ...“

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

Das Verbrauchsdatum kennzeichnet Lebensmittel, die sehr leicht verderblich sind, wie frisches Fleisch und frischen Fisch. Die Kennzeichnung lautet: „Verbrauchen bis ...“ Ausschließlich Produkte mit Verbrauchsdatum müssen nach Ablauf entsorgt werden, da sie ein Risiko für die Gesundheit des Konsumenten darstellen.

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

Nach überschrittenem MHD können Sie selbst beurteilen, ob ein Lebensmittel noch gut ist. Nutzen Sie hierzu Ihre eigenen Sinne: Anschauen, Riechen, Schmecken! Die Tabelle gibt Aufschluss darüber, bei welchen Veränderungen hinsichtlich Farbe, Geruch oder Geschmack Sie Lebensmittel besser entsorgen sollten. Wenn Sie keine Veränderungen feststellen, können Sie das Produkt mit erreichtem MHD verzehren.

👁️ = Aussehen; 👃 = Geruch; 👅 = Geschmack

### Kontakt

Tafel Deutschland e.V.  
Germaniastr. 18, 12099 Berlin  
Telefon: (030) 200 59 76-0  
Telefax: (030) 200 59 76-16  
E-Mail: info@tafel.de | www.tafel.de

### Spendenkonto

Tafel Deutschland e.V.  
Bank für Sozialwirtschaft  
BIC: BFSWDE33BER  
IBAN: DE63100205000001118500

Die Zeitangaben dienen als Orientierungshilfe, die Lebensmittel sind zum Teil noch länger haltbar. 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 der Wiener Tafel und der Verbraucherzentrale Hamburg e.V.



Quellen: Verbraucherzentrale Hamburg: Flyer „So erkennen Sie, ob Lebensmittel noch gut sind“, Wiener Tafel: Flyer „Ist das noch gut?“  
Fotos: stock.adobe.com  
Zeile 1 von l. nach r.: © Moving Moment, © photocrew, © 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.: © Ljupco Smokovski, © Splingis, © Schlierner

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
Brot, Brötchen, Konditoreiwaren		
 2 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>👁️ Schimmel (Schimmelbildung beginnt mit kleinen weißen Punkten, breitet sich dann weiter aus und wird blau-grünlich)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>👂 besonders weiche oder knusprige Konsistenz ist unproblematisch</li> <li>📌 trockenes Brot für Paniermehl/Croûtons verwenden</li> </ul>
Butter		
 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>
Eier (hartgekocht)		
 21 Tage	<ul style="list-style-type: none"> <li>👂 faulig</li> <li>👂 faserig</li> </ul>	<p>Test: ungekochtes Ei in gefülltes Wasserglas legen Frisch: Ei liegt unten Schlecht: Ei steigt auf</p>
Essig		
 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>
Fruchtsaft		
 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>

Haltbarkeit	Bei diesen Veränderungen Produkt entsorgen	Nützliche Tipps und weitere Informationen
Getreideflocken		
 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>
Gewürze (Pfeffer, Salz, Gewürzzubereitungen)		
 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>
Honig		
 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>
Kaffee und Kakao		
 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>
Käse (Schnittkäse, Hartkäse, außer Rohmilchkäse)		
 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
Käse (Weichkäse, Frischkäse, außer Rohmilchkäse)		
 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>
Käse (Rohmilchkäse, immer als solcher gekennzeichnet)		
0 Tage	Nach Ablauf des MHD entsorgen, da die Gefahr einer Lebensmittelinfektion mit Listerien besteht.	
Kekse		
 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>
Knabberartikel (Kartoffelchips, Erdnussflips, Cracker)		
 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>
Konserven (Gemüse-, Obstkonserven, Fertiggerichte)		
 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
Marmelade/Konfitüre		
 6 Monate	<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>
Mayonnaise		
 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>
Mehl, Backpulver		
 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>
Milch, frisch		
 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>
Milch, haltbar		
 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
Milcherzeugnisse (z. B. Joghurt, Buttermilch) außer Butter/Käse		
 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>
Müsli (Früchte-, Getreidemüsli, Cornflakes, Amaranth, Quinoa)		
 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>
Nudeln (Trockenware)		
 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>
Nüsse (Wal-, Erdnüsse, Pistazien)		
 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>
Pflanzliche Fette/Öle (Margarine, Oliven-, Sonnenblumenöl)		
 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>