

## Einkauf, Haltbarkeit und Aufbewahrung von Brot

Im Durchschnitt wirft jeder Bundesbürger jährlich rund 80 Kilogramm Lebensmittel weg. 12 Kilogramm allein an Brot und Backwaren. Die meisten dieser Abfälle sind vermeidbar! Geplante Einkäufe sowie die richtige Lagerung und Verwertung der anfallenden Reste lassen Abfälle erst gar nicht entstehen. Das gilt ganz besonders für Brot.

### Haltbarkeit

Die Haltbarkeit von Brot ist abhängig von den verwendeten Getreidearten, dem Ausmahlungsgrad des Mehles, dem Backverfahren und der Teiglockerung (Tabelle 2).

Tab. 2: Mindesthaltbarkeit/Frischhaltung verschiedener Brotsorten

Brotsorte	Haltbarkeit
Weißbrot (fettarm)	1 – 3 Tage
Weißbrot (1-2 % Fett)	3 Tage
Toastbrot (5 % Fett)	7 Tage
Weizenvollkornbrot	7 – 8 Tage
Weizenmischbrot	3 – 5 Tage
Weizenschrotbrot	4 Tage
Roggenmischbrot	5 – 7 Tage
Roggenbrot	7 Tage
Roggenschrotbrot	7 – 9 Tage
Roggenvollkornbrot	7 – 9 Tage
Mehrkornschrotbrot	7 – 9 Tage
Knäckebrot (verp.)	mehrere Monate

Brot bleibt umso länger frisch, je höher der

- Anteil an Roggenmahlerzeugnissen,
- der Ausmahlungsgrad der verwendeten Mahlerzeugnisse und
- der Anteil an Sauerteig ist.

Freigeschobene Brote mit einer dicken, rissfreien Kruste können nicht schimmeln, da die Oberfläche zum Auskeimen der Schimmelpilzsporen zu trocken ist. Der Fettanteil bei Weißbrot und Toastbrot verzögert das Altbackenwerden (Seite 16).

### Tipps zum Aufbewahren von Brot

- Lagern Sie Brot trocken, luftig und kühl (12-18 °C). Gut geeignet sind Brotkästen, Tontöpfe oder Kunststoffbeutel. Knusprige Brötchen und Brote, die zum baldigen Verzehr bestimmt sind, belassen Sie dagegen am besten in der Bäckertüte. Dort bleiben sie knusprig.
- Reinigen Sie Brotbehälter wöchentlich mit Essigwasser; hierbei nicht nachspülen sondern trocknen lassen.
- Bewahren Sie Knäckebrot stets in luftdichten Behältnissen auf.
- Entnehmen Sie Schnittbrot möglichst portionsgerecht aus der Verpackung und verschließen sie diese anschließend wieder.
- Bei schwüler Hitze im Sommer können Sie Brot ausnahmsweise im Kühlschrank aufbewahren. Es wird zwar eher altbacken, schimmelt aber weniger schnell.

### Grundsätzlich gilt:

Kaufen Sie Brot lieber häufiger in kleineren Mengen ein.