

# Kalt erwischt \*

Wie eisig ist das kalte Herz deutscher Haushalte eigentlich? Eine Studie von BfR und MRI deckt Kühlschranktemperaturen und Kühl-Gewohnheiten auf.



Wenn Lebensmittel richtig gekühlt werden, verlangsamt das die Vermehrung der meisten Bakterien oder stoppt sie ganz. Das kann das Risiko für Lebensmittelinfektionen verringern. Jedes Jahr werden in Deutschland etwa 100.000 Erkrankungen gemeldet, die durch Mikroorganismen (insbesondere Bakterien, Viren oder Parasiten) in Lebensmitteln verursacht worden sein können. Für Menschen, deren Immunsystem noch nicht vollständig ausgebildet oder geschwächt ist (kleine Kinder, Schwangere, ältere Menschen oder Personen mit Vorerkrankungen) können sie im Extremfall lebensbedrohlich sein.

Es kommt also auf die richtige Kühlung an. Dabei sollte man sich an die auf Lebensmittelverpackungen angegebene Lagertemperatur halten. Häufig beträgt sie zwischen 4 und 8 Grad Celsius (°C). Doch wenn der heimische Kühlschrank die Temperatur nicht anzeigt, wird es ungewiss. „Wie die Studie ergab, haben weniger als die Hälfte (41 %) der Kühlschränke in Deutschland eine Temperaturanzeige oder ein separates Thermometer“, sagt Martina Hoffmann, Psychologin und Leiterin der Studie am BfR. „So können viele Verbraucherinnen und Verbraucher die konkrete Temperatur ihres Kühlschranks gar nicht ablesen.“ Lediglich bei rund einem Drittel (34 %)

der Geräte lässt sich eine Temperatur gezielt einstellen, zeigt die Studie – die große Mehrzahl verfügt über Temperaturstufen (etwa per Zahlen-Regler).

## ALLES WARMKÜHLER?

Um mehr Klarheit in die Kühlung zu bringen, haben das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) und das Max Rubner-Institut (MRI) im Verlauf eines Jahres Standort, Temperatur, Beladung und Öffnungsdauer von Kühlschränken in knapp 1.400 repräsentativ ausgewählten Haushalten ermittelt. Erstmals deutschlandweit und jeweils einen Monat lang. Neben Temperaturmessern und Nutzungsprotokollen kamen Befragungen zu Temperatureinschätzungen sowie zum Umgang mit zu kühlenden Lebensmitteln zum Einsatz.

Die Ergebnisse zeigen, dass sich die Menschen in Deutschland bei Standort, Nutzung und Temperaturwahl

mehrheitlich einig sind. In fast allen Haushalten (94 %) befindet sich der Kühlschrank in der Küche. Weitere Standorte sind bei wenigen der Hauswirtschaftsraum beziehungsweise die Speise- oder Abstellkammer oder der Wohnbereich (jeweils 2 %) sowie der Flur (1 %).

## ACHT GRAD, UND ES WIRD NOCH KÄLTER

In rund der Hälfte der Haushalte könnten angrenzende Geräte die Kühlschranktemperatur möglicherweise beeinflussen: Bei einem Viertel (24 %) steht Kleinelektronik wie Mikrowelle, Kaffeemaschine oder Toaster unmittelbar neben dem Kühlschrank. In 18 Prozent der untersuchten Haushalte befinden sich ein Ofen oder Backofen und in 11 Prozent der Haushalte ein Herd direkt daneben.

Die ermittelten Temperaturen zeigen, dass sich 80 % der Haushalte zwi-

schen 4 und 10 °C im Kühlschrank einpendeln. Bei einer Mehrheit (32 %) herrschten zwischen 6 und 8 °C, bei einem Viertel (24 %) zwischen 8 und 10 °C. Der Mittelwert lag bei 6,6 °C.

Diese Werte decken sich zum Teil mit den Einschätzungen der Befragten: Mehr als die Hälfte (63 %) gaben an, dass die ideale Kühlschranktemperatur zwischen 4 und 7 °C läge. Knapp ein Viertel (22 %) gingen von 8 °C und höher aus. Nur 4 Prozent gaben eine ideale Kühlschranktemperatur von unter 4 °C an. „Das BfR empfiehlt, die Kühlschranktemperatur auf maximal 7 °C einzustellen und regelmäßig an verschiedenen Stellen im Kühlschrank zu überprüfen“, sagt Martina Hoffmann. „Grundsätzlich sollte bei vorverpackten Lebensmitteln immer die Kühlempfehlung der Hersteller beachtet werden.“

Ein Kühlschrank hat unterschiedlich kalte Bereiche. Doch ist das in den Privathaushalten überhaupt bekannt? 52 Prozent aller Befragten gaben an, unten im Kühlschrank sei es am kältesten. Den mittleren Bereich nahmen 22 Prozent und den oberen ein weiteres Fünftel (21 %) als am kältesten an. „Richtig ist: Der unterste Kühlbereich, über dem Obst- und Gemüsefach, ist der kälteste und geeignet für Fleisch, Fisch und Wurst“, sagt Martina Hoffmann. „Die Fächer in der Kühlschranktür sind übrigens die am wenigsten kalten Bereiche.“

## TÜR AUF, TÜR ZU

Die Studienteilnehmenden sollten auch für einen 24-Stunden-Zeitraum notieren, wie häufig sie ihren Kühlschrank öffnen. Im Durchschnitt klappte die Tür 11,9 Mal auf und zu. Maximal wurde der Kühlschrank in einem Haushalt 46 Mal geöffnet, das Geringste war ein Mal in 30 Haushalten.

Die Studienergebnisse liefern wissenschaftliche Anhaltspunkte für politische Entscheidungsträger, etwa zur Festlegung von Kühlvorgaben für die Lebensmittelindustrie. —

### Mehr erfahren



BfR-FAQ  
„Korrektes Kühlen  
von Lebensmitteln  
im Privathaushalt“



In 94 % der Haushalte steht der Kühlschrank in der Küche, bei jeweils 2 % im Hauswirtschaftsraum bzw. in der Speise-/Abstellkammer oder im Wohnbereich, bei 1 % im Flur.

## TIPPS

### ZUM RICHTIGEN KÜHLEN

- ✓ Leicht verderbliche tierische und pflanzliche Lebensmittel (wie Fleisch, Käse, Milch, Eier, Fisch sowie geschnittene Gemüsesalate und geschnittenes Obst) nach dem Einkauf schnellstmöglich nach Hause transportieren und im Kühlschrank aufbewahren
- ✓ Zum Transport bei warmen Temperaturen Kühlboxen nutzen
- ✓ Kühlschrank nicht überfüllen, damit die kühle Luft zirkulieren kann
- ✓ Kühlschranktemperatur auf max. +7 °C (besser unter +5 °C) einstellen und Temperatur regelmäßig überprüfen
- ✓ rohes Fleisch, Geflügel und rohen Fisch ganz unten im Kühlschrank, oberhalb des Gemüsefachs und nahe der Rückwand oder in einem 0 °C-Fach lagern
- ✓ Kühlschrank mehrmals im Jahr innen reinigen

## COOL FACTS ZUM KÜHLSCHRANK



**Auf max. 7 °C**  
sollte die Temperatur eingestellt werden.

### Knapp 12 Mal

wurde der Kühlschrank in einem Haushalt innerhalb von 24 h im Durchschnitt geöffnet.

