

Initiative

Lebensmitteldose

CONVENIENCE IM ALLTAG





ALLTAGSHELFER: CONVENIENCEPRODUKTE



Der Großteil unserer Lebensmittel gelangt in einer vorverarbeiteten Form in unseren Einkaufswagen. Das spart Zeit und ermöglicht es uns, auch unter der Woche nach einem langen Arbeitstag eine schmackhafte Mahlzeit auf den Tisch zu zaubern. Nicht umsonst steht das englische Wort „Convenience“ für Komfort und Bequemlichkeit. Die große Vielfalt an Convenienceprodukten wird zum einen nach der Art der Haltbarmachung unterschieden, zum anderen nach ihrer Fertigungsstufe bzw. ihrem Conveniencegrad, also danach, wie viel Arbeit Ihnen der Lebensmittelproduzent bereits abgenommen hat.



1, 2, 3 ... FERTIG!

Die Supermarktregale sind voll davon und auch in der eigenen Küche sind sie in großer Zahl anzutreffen: Convenienceprodukte. Sie erleichtern unseren Alltag ungemein und sparen viel Zeit. Schließlich steht mit schon geputztem Salat oder einer fertigen Spargelcremesuppe, Spaghetti mit Tomatensauce und bereits geriebenem Parmesan ratz, fatz eine komplette Mahlzeit auf dem Tisch. Noch etwas Mais an den Salat und Thunfisch an die Sauce – schon habe ich das Gefühl, alles selbst gekocht zu haben.

Sie staunen vielleicht, dass alle genannten Beispiele als Convenienceprodukte gelten? Viele denken bei Convenience nur an Speisen, die bereits fertig zum Verzehr sind oder die nur noch kurz in den Backofen geschoben oder in der Mikrowelle aufgewärmt werden. Doch die Bandbreite ist wesentlich größer.

DIE VERSCHIEDENEN CONVENIENCEGRADE

küchenfertig: diese Lebensmittel sind zwar schon vorbereitet, das heißt das Fleisch geschnitten und das Gemüse geputzt, aber sie müssen noch gewürzt und eventuell weiter verarbeitet, portioniert und gegart werden

garfertig: diese Lebensmittel sind schon fertig vorbereitet und portioniert und müssen nur noch gegart werden

aufbereitetfertig: diese Lebensmittel müssen noch mit anderen Lebensmitteln oder mit Wasser gemischt werden oder können zum Würzen eingesetzt werden

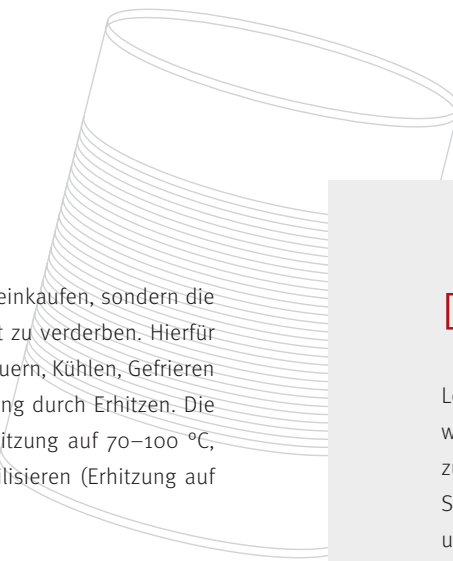
regenerierfertig: diese Speisen sind schon fertig zubereitet und müssen vor dem Verzehr nur noch aufgewärmt werden

verzehrfertig: diese Speisen können ohne weitere Verarbeitung direkt gegessen werden



SO WERDEN LEBENSMITTEL HALTBAR GEMACHT

Alle Lebensmittel, die Sie nicht als frische Ananas oder frische Tomate einkaufen, sondern die bereits vorverarbeitet sind, müssen haltbar gemacht werden, um nicht zu verderben. Hierfür haben Lebensmittelhersteller verschiedene Möglichkeiten: Trocknen, Säuern, Kühlen, Gefrieren oder – wie im Fall von Lebensmitteln in der Dose – die Haltbarmachung durch Erhitzen. Die zwei gängigsten Verfahren der Erhitzung sind das Pasteurisieren (Erhitzung auf 70–100 °C, z. B. Konfitüren, Fruchtsäfte, Obst- und Sauerkonserven) und das Sterilisieren (Erhitzung auf über 100 °C, z. B. Bohnen, Erbsen, Möhren, Fleisch und Wurst).



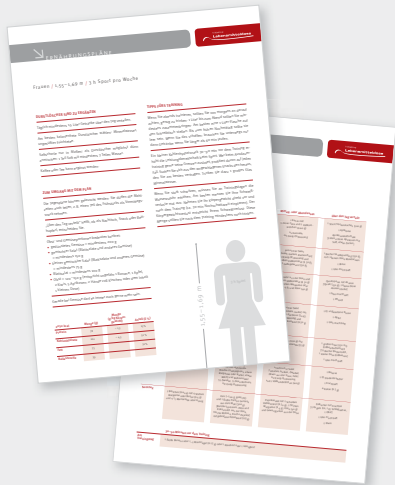
DOSE + SICHERHEIT

Lebensmitteldosen werden aus Weißblech hergestellt. Diese äußerst robuste Verpackung bewahrt ihren Inhalt zuverlässig auf allen Stationen – vom Hersteller über den Supermarkt bis zu Ihrer Küche. Der hochwertige Verpackungsstahl bietet auch die beste Barriere gegen Licht, Sauerstoff, Feuchtigkeit oder Verunreinigung. Um Wechselwirkungen zwischen dem Lebensmittel und dem Metall zu verhindern, sind Dosen mit einer widerstandsfähigen, lebensmittelechten Innenbeschichtung versehen, die nach offiziellen Empfehlungen der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) gesundheitlich unbedenklich ist.

Zum wissenschaftlichen Gutachten der EFSA zu Bisphenol A:
www.efsa.europa.eu/de/corporate/doc/factsheetbp150121-de.pdf

DOSE + ALLTAG

Lebensmittel aus der Dose erleichtern unseren Alltag ungemein. Ganz gleich, ob Sie ein Fertiggericht oder einzelne Gemüsesorten aus der Dose zubereiten: Alle Produkte sind bereits schonend vorgegart. Sie müssen die Lebensmittel daher vor dem Essen nur kurz erwärmen oder können beispielsweise geschälte Tomaten, Hülsenfrüchte oder Mais als vorbereitete Zutat beim Kochen dazugeben. Berücksichtigt man die Kosten und die Zubereitungszeit, so sind Lebensmittel aus der Dose eine gute Alternative bei vergleichbarer Qualität. Ideen für einen abwechslungsreichen Ernährungsplan finden Sie auf der Webseite der Initiative Lebensmitteldose.



→ initiative-lebensmitteldose.de/fachforum/ernaehrungsplaene/



Die Dose: ein Vitamintresor

In Lebensmitteldosen kommen Möhren und andere Gemüsesorten unmittelbar nach der Ernte. So sind sie nicht nur voller Geschmack, sondern auch prallvoll mit Nährstoffen. Und das bleiben sie auch. Denn in der Dose ist der Inhalt bis zum Öffnen optimal vor Licht, Luft und Sauerstoff geschützt – ganz ohne Konservierungsstoffe.

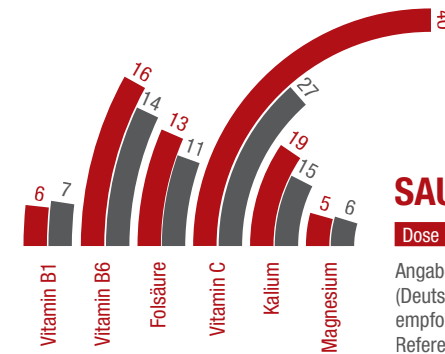


Die Dose: ein Allroundtalent

Wer auf Stahlverpackungen setzt, den lassen Stromausfälle kalt. Denn eine Lebensmitteldose ist auch ohne Kühlenergie ein wahrer Frischetresor. Und das über mindestens drei Jahre. Die Kombination aus Wärmebehandlung, Weißblech und luftdichtem Verschluss genügt, um Lebensmittel auf natürliche Weise zu bewahren. Und gleichzeitig Vitamine und Mineralstoffe zu schützen.

DOSE + ERNÄHRUNG

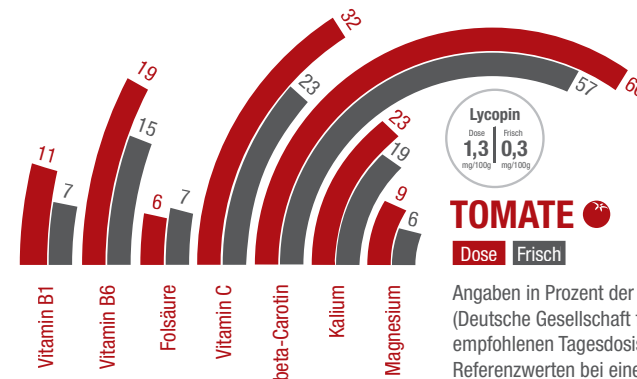
Vitamine bleiben im Frischetresor Dose bestens erhalten, da frisch und reif geerntetes Gemüse meist direkt in die Weißblechdose abgefüllt und haltbar gemacht wird. Bereits wenige Stunden nach der Ernte ist das Gemüse in der Dose vor Vitaminverlusten durch Licht und Sauerstoff geschützt. So wundert es nicht, dass Lebensmittel aus der Dose vergleichbar hohe Nährwerte wie frisch zubereitete Lebensmittel bieten. Dies zeigt unter anderem eine Untersuchung, die das SGS Institut Fresenius 2015 im Auftrag der Initiative Lebensmitteldose durchgeführt hat. Lebensmittel aus der Dose sind im Vergleich zu anderen Lebensmitteln sehr lange ohne Kühlung haltbar. Konservierungsstoffe werden hierzu nicht benötigt. Viele denken aufgrund des ebenfalls gebräuchlichen Wortes „Konservendose“ an Konservierungsstoffe, doch der Begriff Konserve geht auf das lateinische Wort „conservare“ zurück, das nichts anderes als „erhalten“ und „bewahren“ heißt. Die Kombination aus schützender Weißblechhülle, schonender Wärmebehandlung und luftdichtem Verschluss genügt, um Lebensmittel auf natürliche Weise für mindestens drei Jahre haltbar zu machen.



SAUERKRAUT

Dose Frisch

Angaben in Prozent der von der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.) empfohlenen Tagesdosis laut den DACH-Referenzwerten bei einer Portion von 200 g



Lycopin
Dose Frisch
1,3 0,3
mg/100g mg/100g

TOMATE

Dose Frisch

Angaben in Prozent der von der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.) empfohlenen Tagesdosis laut den DACH-Referenzwerten bei einer Portion von 200 g

Quelle: Nährwertuntersuchung „Gemüse aus der Dose im Vergleich zu frischem, verzehrfertigem Gemüse“, SGS Institut Fresenius / Initiative Lebensmitteldose, 2015





Sehen Sie selbst, wie aus einer Dose immer wieder eine Dose wird oder was noch alles aus einer Dose entstehen kann.

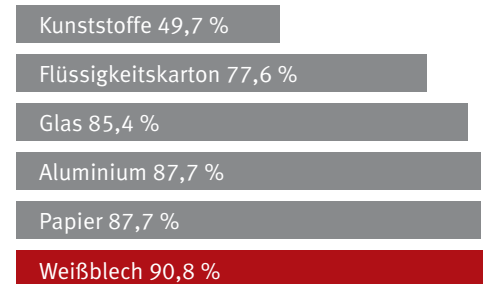
→ initiative-lebensmitteldose.de/nachhaltigkeit/1000-moeglichkeiten/



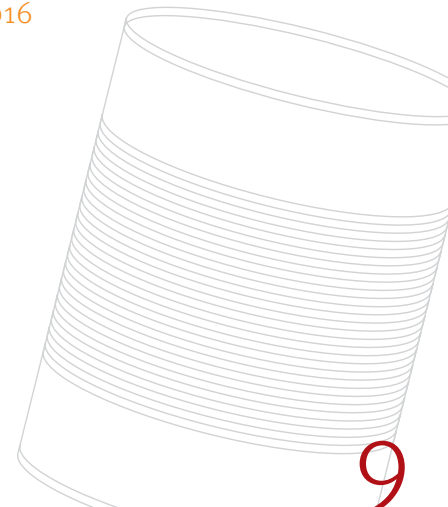
DOSE + NACHHALTIGKEIT

Die Lebensmitteldose aus Weißblech ist in mehrfacher Hinsicht eine nachhaltige und ressourcenschonende Verpackung: Sie spart wertvolle Energie schon zu Beginn bei der Herstellung der Weißblechdose, denn der Herstellungsprozess wird stetig optimiert. Aber auch beim Transport und bei der Lagerung ist keine Energie nötig, da diese ungekühlt und somit energiefrei erfolgen. Selbst in der Küche spart diese Energie, da die Lebensmittel nur noch erwärmt werden. Und auch im leeren Zustand ist sie top in Sachen Nachhaltigkeit: Mit über 90 Prozent im Vergleich zu allen anderen Lebensmittelverpackungen weist die Dose aus Verpackungsstahl die höchsten Recyclingquoten auf. Da sie als einzige Verpackung magnetisch ist, kann sie problemlos vom übrigen Müll getrennt und der Wiederverwertung zugeführt werden. Der Verpackungsstahl lässt sich dann in einem ewigen Kreislauf immer wieder und ohne Qualitätsverlust für neue Stahlprodukte nutzen. Dadurch spart jede Weißblechdose, die recycelt wird, das Doppelte ihres Gewichts an Rohstoffen ein.

RECYCLINGQUOTE VON VERPACKUNGEN 2016



Vorläufige Zahlen, Quelle: GVM, November 2017

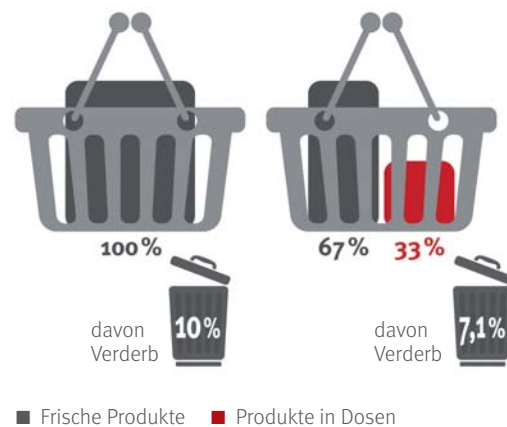




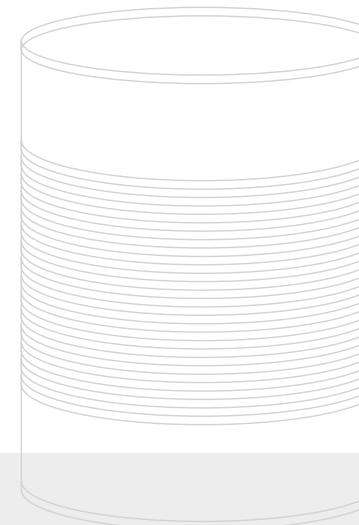
save food
use cans

DOSE + SAVE FOOD

Wir kaufen häufig zu viel ein, ändern spontan unsere Essenspläne und lagern Lebensmittel falsch – Jahr für Jahr kommen auf diese Weise pro Person 82 Kilogramm an Lebensmitteln zusammen, die eigentlich noch genießbar wären, die aber ungenutzt im Müll landen. Das summiert sich nach einer Studie der Universität Stuttgart auf elf Millionen Tonnen Lebensmittel jährlich. Lebensmitteldosen können einen wertvollen Beitrag leisten, die Lebensmittelverschwendung einzudämmen. Diese Verpackung macht es nicht nur möglich, Lebensmittel das ganze Jahr über zur Verfügung zu stellen. Sie geht auch nicht kaputt und hält Lebensmittel länger frisch als jede andere Verpackung. Wenn Sie regelmäßig Lebensmittel in Dosen in Ihren Speiseplan aufnehmen, können Sie Ihre persönliche Wegwerfquote um bis zu 29 Prozent reduzieren.



Quelle: FAO 2011, TU München 2011



DOSE + MEHR

Viele weitere Informationen über die Welt der Lebensmitteldose finden Sie im Internet:

- Kann ich mich mit Lebensmitteln aus der Dose ausgewogen ernähren?
- Wie kommt die Erbse in die Dose?
- Kann eine Delle einer Dose etwas anhaben?
- Muss ich geöffnete Dosen umfüllen?



initiative-lebensmitteldose.de



Initiative

Lebensmitteldose

Im Jahr 2000 schlossen sich namhafte deutsche Hersteller aus der Lebensmittel- und Verpackungsindustrie zu der Initiative Lebensmitteldose zusammen. Ziel ist es, umfassend über Lebensmittel aus Dosen zu informieren und Mythen und Vorurteile über Lebensmittel in Dosen auszuräumen.

Initiative Lebensmitteldose

c/o zweiblick // kommunikation

Wilhelm-Hale-Straße 50, 80639 München

Telefon: 089 21 66 81 12, Fax: 089 21 66 81 15

E-Mail: info@initiative-lebensmitteldose.de

www.initiative-lebensmitteldose.de