

## Wie lange sind vakuumierte Lebensmittel haltbar? Eine Übersicht.

|  | Raumtemperatur<br>(ca. 18 °C) |               | Kühlschrank<br>(-2 °C bis +5°C) |                 | Gefrierschrank<br>(-15 °C bis -18 °C) |                   |
|--|-------------------------------|---------------|---------------------------------|-----------------|---------------------------------------|-------------------|
|  | ohne<br>Vakuum                | mit<br>Vakuum | ohne<br>Vakuum                  | mit<br>Vakuum   | ohne<br>Vakuum                        | mit<br>Vakuum     |
| <b>Fleisch, Geflügel, Wurst, Fisch</b> |                               |               |                                 |                 |                                       |                   |
| Rindfleisch, roh                       | —                             | —             | 3 – 4<br>Tage                   | 30<br>Tage      | 6<br>Monate                           | 24 – 36<br>Monate |
| Schweinefleisch, roh                   | —                             | —             | 2 – 4<br>Tage                   | 10 – 20<br>Tage | 6<br>Monate                           | 24 – 36<br>Monate |
| Geflügel, roh                          | —                             | —             | 2 – 3<br>Tage                   | 6 – 9<br>Tage   | 6<br>Monate                           | 24 – 36<br>Monate |
| Wildfleisch, roh                       | —                             | —             | 2 – 3<br>Tage                   | 30<br>Tage      | 6<br>Monate                           | 24 – 36<br>Monate |
| Hackfleisch, roh                       | —                             | —             | 1 – 2<br>Tage                   | 4 – 5<br>Tage   | 4<br>Monate                           | 12<br>Monate      |
| Fleisch, zubereitet /<br>gebraten      | —                             | —             | 2 – 4<br>Tage                   | 8 – 12<br>Tage  | 2 – 3<br>Monate                       | 10 – 12<br>Monate |
| Wurst / Wurstwaren                     | —                             | —             | 3 – 6<br>Tage                   | 14 – 30<br>Tage | 1 – 3<br>Monate                       | 4 – 6<br>Monate   |
| Wurst, Aufschnitt                      | —                             | —             | 2 – 4<br>Tage                   | 8 – 10<br>Tage  | 1<br>Monat                            | 3 – 4<br>Monate   |
| Wurst, geräuchert                      | —                             | —             | 7 Tage                          | 15 – 18<br>Tage | 1<br>Monat                            | 3 – 4<br>Monate   |
| Fisch, roh                             | —                             | —             | 1 – 3<br>Tage                   | 4 – 6<br>Tage   | 6<br>Monate                           | 24 – 36<br>Monate |
| <b>Milchprodukte</b>                   |                               |               |                                 |                 |                                       |                   |
| Hartkäse                               | —                             | —             | 14 – 20<br>Tage                 | 40 – 60<br>Tage | 2 – 4<br>Monate                       | 24 – 36<br>Monate |
| Weichkäse                              | —                             | —             | 4 – 7<br>Tage                   | 10 – 15<br>Tage | 4 – 6<br>Monate                       | 12 – 24<br>Monate |
| <b>Gemüse, Obst, Kräuter, Kaffee</b>   |                               |               |                                 |                 |                                       |                   |
| Gemüse, frisch                         | 1 – 2<br>Tage                 | —             | 4 – 7<br>Tage                   | 14 – 21<br>Tage | 8 – 12<br>Monate                      | 24 – 36<br>Monate |
| Getrocknete Tomaten                    | 3 – 4<br>Monate               | 12<br>Monate  | —                               | —               | —                                     | —                 |
| Salat, gewaschen                       | —                             | —             | 3<br>Tage                       | 6 – 8<br>Tage   | —                                     | —                 |
| Obst / Früchte, frisch                 | 2 – 7<br>Tage                 | —             | 3 – 7<br>Tage                   | 10 – 25<br>Tage | 6 – 12<br>Monate                      | 24 – 36<br>Monate |

|  | Raumtemperatur<br>(ca. 18 °C) |                   | Kühlschrank<br>(-2 °C bis +5°C) |                   | Gefrierschrank<br>(-15 °C bis -18 °C) |                   |
|--|-------------------------------|-------------------|---------------------------------|-------------------|---------------------------------------|-------------------|
|  | ohne<br>Vakuum                | mit<br>Vakuum     | ohne<br>Vakuum                  | mit<br>Vakuum     | ohne<br>Vakuum                        | mit<br>Vakuum     |
| <b>Gemüse, Obst, Kräuter, Kaffee (Fortsetzung)</b> |                               |                   |                                 |                   |                                       |                   |
| Kräuter, frisch                                    | 1<br>Tag                      | —                 | 2 – 3<br>Tage                   | 7 – 14<br>Tage    | 3 – 6<br>Monate                       | 10 – 14<br>Monate |
| Kaffee, ganze Bohnen<br>(offen)                    | 1 – 2<br>Monate               | 12<br>Monate      | 3 – 5<br>Monate                 | 12 – 24<br>Monate | 6 – 9<br>Monate                       | 24 – 36<br>Monate |
| Kaffee, gemahlen<br>(offen)                        | 7<br>Tage                     | 10 – 12<br>Monate | —                               | —                 | 4 – 6<br>Monate                       | 12 – 24<br>Monate |
| Gefriergetrocknetes                                | 1 – 2<br>Monate               | 12<br>Monate      | —                               | —                 | —                                     | —                 |
| <b>Backwaren, Süßspeisen</b>                       |                               |                   |                                 |                   |                                       |                   |
| Gebäck / Kekse                                     | 4 – 6<br>Monate               | 10 – 12<br>Monate | 2 – 5<br>Tage                   | 6 – 14<br>Tage    | 4 – 10<br>Monate                      | 24 – 36<br>Monate |
| Brot / Brötchen                                    | 2 – 3<br>Tage                 | 6 – 8<br>Tage     | 5 – 7<br>Tage                   | 10 – 20<br>Tage   | 1 – 3<br>Monate                       | 12 – 24<br>Monate |
| Süßspeisen   | 1 – 3<br>Tage                 | 5 – 8<br>Tage     | 4 – 5<br>Tage                   | 10 – 15<br>Tage   | 2 – 6<br>Monate                       | 12 – 24<br>Monate |
| Nachspeise / Dessert                               | —                             | —                 | 2 – 3<br>Tage                   | 6 – 8<br>Tage     | 2 – 6<br>Monate                       | 12 – 24<br>Monate |
| <b>Teigwaren</b>                                   |                               |                   |                                 |                   |                                       |                   |
| Teigwaren, roh                                     | 5 – 6<br>Monate               | 12<br>Monate      | —                               | —                 | —                                     | —                 |
| Nudeln / Reis,<br>ungekocht                        | 5 – 6<br>Monate               | 12<br>Monat       | —                               | —                 | —                                     | —                 |
| Reis, gekocht                                      | —                             | —                 | 1 – 3<br>Tage                   | 8 – 12<br>Tage    | 6<br>Monate                           | 10 – 12<br>Monate |
| Nudeln, gekocht                                    | —                             | —                 | 2 – 3<br>Tage                   | 8 – 12<br>Tage    | 3<br>Monate                           | 6 – 8<br>Monate   |
| <b>Gerichte</b>                                    |                               |                   |                                 |                   |                                       |                   |
| Eintopf  | —                             | —                 | 2 – 3<br>Tage                   | 8 – 10<br>Tage    | 3 – 6<br>Monate                       | 12 – 24<br>Monate |
| Pürees, gekocht                                    | —                             | —                 | 2 – 3<br>Tage                   | 8 – 10<br>Tage    | —                                     | —                 |
| Suppe, gekocht                                     | —                             | —                 | 2 – 3<br>Tage                   | 8 – 12<br>Tage    | 3 – 6<br>Monate                       | 12<br>Monate      |
| Fertige Speisen,<br>gekocht                        | —                             | —                 | 2<br>Tage                       | 8 – 10<br>Tage    | 3 – 6<br>Monate                       | 9 – 12<br>Monate  |
| Soße   | —                             | —                 | 2 – 3<br>Tage                   | 8 – 10<br>Tage    | 3 – 6<br>Monate                       | 12 – 24<br>Monate |

|  | Raumtemperatur<br>(ca. 18 °C) |               | Kühlschrank<br>(-2 °C bis +5°C) |                 | Gefrierschrank<br>(-15 °C bis -18 °C) |               |
|--|-------------------------------|---------------|---------------------------------|-----------------|---------------------------------------|---------------|
|  | ohne<br>Vakuum                | mit<br>Vakuum | ohne<br>Vakuum                  | mit<br>Vakuum   | ohne<br>Vakuum                        | mit<br>Vakuum |
| <b>Getränke (nicht kohlenensäurehaltig, in Glasflaschen)</b> |                               |               |                                 |                 |                                       |               |
| <b>Wein</b>  | —                             | —             | 2 – 3<br>Tage                   | 20 – 25<br>Tage | —                                     | —             |
| <b>Alkoholfreie Getränke</b>                                 | —                             | —             | 7 – 10<br>Tage                  | 20 – 25<br>Tage | —                                     | —             |