

5

Tipps für den Alltag



1. Haltbarkeit beim Einkauf bewusst wählen

Wenn klar ist, dass ein Lebensmittel bald gegessen wird, braucht es kein fernes Mindesthaltbarkeitsdatum.

2. Packungsgröße beachten

XXL-Packungen locken mit günstigen Preisen, sind aber für kleine Haushalte nicht geeignet. Wenn sie geöffnet und über einen langen Zeitraum nicht aufgebraucht werden, landen die Reste oft im Müll.

3. Vorräte kontrollieren und richtig lagern

Darauf achten, welche Lagerungshinweise auf der Verpackung angegeben sind. Bei richtiger Lagerung bleiben Lebensmittel länger frisch und landen nicht so schnell im Müll. Generell gilt: Auch im Kühlschrank sind Lebensmittel nur begrenzt haltbar.

4. Achtung bei schimmeligen Lebensmitteln

Durch Feuchtigkeit kann sich auf Backwaren wie Brot Schimmel bilden. Im Gegensatz zu einigen Käsesorten mit Edelschimmel ist dieser auf Backwaren aber kein positives Qualitätsmerkmal. Schimmeliges Brot sollte nicht mehr verzehrt werden.

5. Gucken, riechen, schmecken

Das gilt für alle Lebensmittel nach Ablauf des MHD. So kann sich beispielsweise auf Joghurt eine dünne Wasserschicht bilden, die dadurch entsteht, dass sich Molke absetzt. Das ist gesundheitlich unbedenklich – in der Regel ist der Joghurt trotzdem noch genießbar. Im Gegensatz zum MHD sollten Lebensmittel, deren Verbrauchsdatum überschritten ist, entsorgt werden.

HERAUSGEBER

Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH)
Referat 211 – Reduzierung von Lebensmittelverschwendung
Wilhelmstraße 54, 10117 Berlin
211@bmleh.bund.de

STAND

November 2025

TEXT

BMLEH, Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)

GESTALTUNG

Peperoni Berlin

BILDNACHWEISE

BMLEH/Walkscreen
kadmy/iStock
Tobias Schult

DRUCK

MKL Druck GmbH & Co. KG

Diese Publikation wird vom BMLEH unentgeltlich abgegeben. Die Publikation ist nicht zum Verkauf bestimmt. Sie darf nicht im Rahmen von Wahlwerbung politischer Parteien oder Gruppen eingesetzt werden.

Weitere Informationen unter
www.zugutfuerdietonne.de
www.bmleh.de/social-media

MEHR ZUM MHD



Tipps zu Lagerung und Haltbarkeit, Wissenstests und Rezepte für beste Reste bietet Zu gut für die Tonne! im Web unter zugutfuerdietonne.de oder als kostenlose App für das Smartphone.

Etwas drüber?

Zu gut für die Tonne!

Tipps zum Mindesthaltbarkeitsdatum



Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat





5%

Für fünf Prozent der vermeidbaren Lebensmittelabfälle wird das Überschreiten des MHD als Wegwerfgrund angegeben, ein Drittel davon sind Molkereiprodukte.

Quelle: Systematische Erfassung von Lebensmittelabfällen der privaten Haushalte in Deutschland (2021, GfK) im Auftrag des BMLEH

Lebensmittel sind zu gut für die Tonne!

Jeder von uns wirft im Jahr durchschnittlich 74,5 Kilogramm Lebensmittel weg. Allein in Privathaushalten landen damit rund 6,3 Millionen Tonnen Lebensmittel im Müll. Fast die Hälfte davon wäre noch genießbar gewesen.

Einer der Gründe für das Wegwerfen ist eine falsch verstandene Angabe auf Lebensmitteln: das gesetzlich vorgeschriebene Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD).

Fast die Hälfte der Lebensmittel, die aufgrund eines abgelaufenen MHD entsorgt werden, landen ungeöffnet im Müll. Dabei ist das nicht notwendig: Genaues Anschauen, prüfendes Riechen und vorsichtiges Probieren geben in den meisten Fällen schnell Aufschluss darüber, ob das Lebensmittel noch genießbar ist.

Fragen & Antworten

Was genau ist das Mindesthaltbarkeitsdatum?

Das MHD ist ein Qualitäts- und kein Wegwerfdatum. Das MHD gibt den Zeitpunkt an, bis zu dem der Hersteller garantiert, dass das ungeöffnete Lebensmittel seine individuellen Eigenschaften wie Geschmack, Geruch, Aussehen und Nährwert behält. Wichtig für die Haltbarkeit ist die ordnungsgemäße Aufbewahrung der Produkte sowie ihr sachgemäßer Transport, zum Beispiel vom Geschäft nach Hause.

Und wenn das Mindesthaltbarkeitsdatum bereits abgelaufen ist?

Bei richtiger Lagerung können die Produkte in den meisten Fällen auch nach Ablauf des MHD gegessen oder getrunken werden. Ist das MHD erreicht oder überschritten, kann jede und jeder selbst beurteilen, ob ein Lebensmittel noch gut ist. Sind deutliche Veränderungen in Farbe, Konsistenz, Geruch oder Geschmack erkennbar, sollten die Produkte besser weggeworfen werden.

Gilt das Mindesthaltbarkeitsdatum auch bei geöffneten Verpackungen?

Nein. Sobald die Verpackung geöffnet ist, gelangen Sauerstoff, Feuchtigkeit und Mikroorganismen an das Lebensmittel. So verliert es schneller an Frische und Haltbarkeit. Trotzdem sollte man zunächst prüfen, ob das Lebensmittel noch genießbar ist. Auf manchen Produkten steht, wie lange sie nach dem Öffnen der Verpackung haltbar sind.

Was ist das Verbrauchsdatum?

Im Unterschied zum MHD gibt das Verbrauchsdatum („zu verbrauchen bis“) genau an, bis zu welchem Zeitpunkt das Lebensmittel verbraucht werden sollte. Leicht verderbliche Lebensmittel, zum Beispiel Hackfleisch und frisches Geflügelfleisch, können durch Keime verdorben und gesundheitsschädlich sein, ohne dass dies mit den eigenen Sinnen wahrgenommen werden kann. Auf diesen Lebensmitteln muss ein Verbrauchsdatum angegeben sein. Auch sollten hier die genannten Lagerungsbedingungen eingehalten und die Kühlkette beim Transport vom Geschäft nach Hause beachtet werden. Produkte nach Ablauf des Verbrauchsdatums sollten nicht mehr verzehrt werden!

Faustregel für den Umgang mit „abgelaufenen“ Lebensmitteln:



Mindesthaltbarkeitsdatum:
Mach den Check!



Verbrauchsdatum:
Wirf es weg!