



Verbraucherzentrale Südtirol  
Centro Tutela Consumatori Utenti

*Die Stimme der VerbraucherInnen  
la voce dei consumatori*

## Verbraucherzentrale Südtirol

Zwölfmalgreiner Straße 2

39100 Bozen

Tel. 0471 975597

info@verbraucherzentrale.it

---

## Schimmel, was tun?

Stand

03/2018

Wer kennt das nicht? Bunte Pilzrasen auf Brot, Marmelade und anderen Lebensmitteln. Doch Vorsicht: Schimmelpilze können gefährliche Gifte, sogenannte Mykotoxine bilden.

Was soll man also tun, wenn der farbenfrohe Pelz auf Lebensmitteln wuchert? Alles wegwerfen oder nur das Verschimmelte rausschneiden?

### Brot

Stark vergammelte und schimmelige Brote sollten auf direktestem Weg zum Komposthaufen wandern. Nur bei extrem kleinen Schimmelflecken reicht es noch, sie großzügig herauszuschneiden. Alles andere: Wegwerfen!

Zur Vorbeugung: Reinigen Sie den Brotkasten immer mal wieder gründlich und wischen Sie ihn mit Essig aus – Schimmelpilze setzen sich leicht in den Ecken fest. Weil Wärme Schimmelpilze gedeihen lässt, sollten sie Brot, besonders Weißbrot, im Sommer ruhig im Kühlschrank aufbewahren, Roggenbrot wird dort aber schnell altbacken.

### Käse, Milchprodukte

Der Blauschimmel macht Roquefort und Gorgonzola erst richtig pikant. Und die weiße Schicht um den Camembert ist ein natürlicher Pilz. Doch manchmal machen sich fremde Pilze über den Käse her. Immer, wenn Sie nicht wissen, woher der Schimmel stammt: Weg damit!

Bei Hartkäse reicht es, ihn großzügig abzuschneiden, aber Quark oder Joghurt, auf denen erste Schimmelnester schwimmen, sollten Sie komplett entsorgen. Die Pilzgifte verbreiten sich in feuchten Lebensmitteln schnell.

## **Konfitüre**

Zucker in Marmelade oder Konfitüre bindet Wasser – und verhindert so, dass sich die Toxine überhaupt erst bilden. Schimmel an der Oberfläche von normalen Konfitüren können Sie deshalb abheben. Das gilt aber nicht für zuckerarme Konfitüre oder Diätkonfitüre. Wenn solche Marmeladen verschimmeln, sollten sie vollständig in die Biotonne wandern.

## **Säfte und Obst**

Schon ein kleiner Pilzbesatz auf der Oberfläche verdirbt den ganzen Saft. Gießen Sie alles weg. Auch saftreiches Obst wie Tomaten oder Pfirsiche sollten Sie wegwerfen, wenn sie verschimmelt oder faulig sind. Denn in den Faulstellen können Schimmelpilze unerkannt wuchern. Bei Äpfeln reicht es allerdings, wenn Sie Faules oder Schimmeliges großzügig wegschneiden.

## **Nüsse**

Vor allem Paranüsse, aber auch Haselnüsse und Pistazien können Aflatoxine enthalten. Das sind besonders gefährliche Gifte von Schimmelpilzen, die sogar Krebs erzeugen können. Kinder sollten Paranüsse deshalb nicht in großen Mengen essen. Nüsse, die bitter oder irgendwie fremdartig schmecken, ausspucken.

## **Trockenfeigen**

Schauen Sie sich die Früchte vor dem Verzehr genau an: Ist eine Feige innen schwärzlich, sollten Sie sie nicht essen, denn sie könnte mit Aflatoxinen belastet sein.