

# Mindesthaltbarkeiten die man ignorieren kann

Beitrag von „tecneeq“ vom 27. Juli 2011, 21:00

Zitat von Cassandra;76492

Gibt es bei Ölen eine Rangfolge, welche besser haltbar sind, also von der Sorte her?

Je mehr ungesättigte Fettsäuren, desto schneller wird das Öl ranzig. Ranzig ist nichts anderes als oxidation. Leinölfirnis hat z.B. so viel ungesättigte Fettsäuren, das hält nur Monate. Kommt kein Sauerstoff dran (Im Blechcontainer ohne Plastikauslauf, oder Flasche mit Blechkappe) ist es aber wesentlich länger haltbar. Öle mit vielen gesättigten Fettsäuren halten länger.

Chemisch gereinigtes Öl ist laut MHD unempfindlicher als kaltgepresstes ungereinigtes. Öl lagern ist für mich auch ein Problem, nach einem Jahr lässt auch das Öl in den Glasflaschen definitiv nach, vom Geschmack her.

Zitat von Cassandra;76492

Oliven, Sonnenblumen, Raps, und was es da alles gibt?

Ich würde sagen:

Raps - lange

Sonnenblumen - geht so

Oliven - kurz

Palmfett, Kakaofett oder Kokosfett besteht fast nur aus gesättigten Fettsäuren und hält fast ewig. Aber die Öle mit viel gesättigten Fettsäuren sind alles andere als gesund.

Schwierig.

Zitat von Cassandra;76492

Ich mag nämlich an sich nicht gern Olivenöl, wäre für mich echt nur eine Vernunftsalternative, wenn es aus irgendeinem Grund besser haltbar ist.

Ist das einzige Öl das in Konservendosen kommt. Wird nie ranzig!

Zitat von Cassandra;76492

Und bei Öl sind dunkle Flaschen besser als die normalen durchsichtigen Kunststoffflaschen - hab ich das richtig verstanden?

Das gilt eigentlich nur für ungereinigte Öle, also z.B. alle Olivenöle. Die Reststoffe von der Olive, die dem Olivenöl den guten Geschmack geben, können unter Licht bitter werden.

Ich denke mal man holt sich einfach ganz pragmatisch Rapsöl oder Sonnenblumenöl in Glasflaschen. Oder man rotiert ;).

Noch eine Frage:

Woran erkenne ich ob ein Produkt mit "Sauerstoffbarriere" verpackt ist?

Gute Frage :).

Blech Sauerstoffdicht. Aber nur solange kein Kunststoffausgießer dran ist (leider oft bei Ölen).

Glas ist auch Sauerstoffdicht. Auf den Deckel achten (am besten Alublechdeckel).

Es gibt nur sehr wenige Kunststoffe die Sauerstoffdicht sind, keiner wird als Lebensmittelverpackung benutzt. Es gibt aber eine Folie, ich kenne sie nur von Trockenhefe, Milchpulver und manchmal Gewürze wie gemahlene Nelken. Der Kunststoffträger ist PET, darauf wird dann Aluminium bedampft um die Folie Gasdicht zu machen. Das ganze ist reissfester als Alufolie. PET ist ein Thermoplast, man kann die Folien dann einfach

zusammenschweißen, z.B. mit einem Bügeleisen. Leider ist die Folie, allgemein als Mylar bekannt, recht teuer.

Zitat von Cassandra;76492

P.S: Ja, die Lidl-Nudeln stehen fest auf meiner To-Do-Liste :rolleys: Wohl eine gute Sache, um einen ersten Start zu machen.

Für den Preis garantiert. 40 Cent für 750g ist schon geil, besser wirds nicht, da zahlt Lidl massiv drauf. Für lumpige 20 Euro gibt es knapp 40 kg! Nur wie soviel da rauschleppen? Die wollen ja nicht das sich einer gleich alles schnappt. Muss man eventuell öfters reingehen ;).