

Eine schleichende Vorbereitung

Beitrag von „Nasenbär“ vom 4. März 2020, 15:25

Besonders lange haltbare Lebensmittel sind meines Wissens:

Hartweizennudeln (keine Eier- oder Vollkornnudeln)

Geschälter Reis (brauner, also ungeschälter Reis ist zwar gesünder, aber nicht so lange haltbar)

Zucker, Salz, Honig (sind praktisch unbegrenzt haltbar)

Stärkemehl

Löslicher Kaffee

Essigessenz

Dunkle Schokolade (Keine Vollmilkschokolade)
und natürlich Konserven.

Außerdem Knäckebrot und Zwieback

Natürlich hängt die Bevorratung auch von den Ernährungsgewohnheiten ab.