Umgang mit rohen Eiern Rohe Eier am besten im Kühlschrank, getrennt von anderen Lebensmitteln, lagern. Verwenden Sie nur saubere und unbe-schädigte Eier. Diese sollten bei der Zubereitung durcherhitzt werden!

Bereiten Sie möglichst keine Speisen zu, die rohe Eier enthalten und nicht durcherhitzt werden (Mayonnaise, Tiramisu und Ähnliches). Verkosten Sie auch keine Lebensmittel mit rohen Eiern vor dem Erhitzen (Teig vor dem Backen,…). Sauberkeit ist beim Umgang mit rohen Eiern ein Muss. Reinigen Sie Hände, Arbeitsgeräte und Arbeitsflächen gründlich, bevor Sie mit anderen Lebensmitteln weiter arbeiten.

Impressum:

Herausgeber:
Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
www.verbrauchergesundheit.gv.at (KVG)

© BMASGPK, November 2025

Diese Broschüre darf frei vervielfältigt und verbreitet werden, solange sie unverändert bleibt. Eine Bearbeitung ist nicht gestattet.
CC BY-ND 4.0

Bundesministerium
Arbeit, Soziales, Gesundheit,
Pflege und Konsumentenschutz

Bundesministerium
Arbeit, Soziales, Gesundheit,
Pflege und Konsumentenschutz

RICHTIG UND SICHER KOCHEN

mit rohen Lebensmitteln wie Geflügel, Eier, Fleisch und Meeresfrüchte

Eine Initiative des Bundesministers für Gesundheit in Kooperation mit AGES, WKÖ, AK, LKÖ, LUA Wien und den Lebensmittelbehörden der Länder. www.ages.at/mensch/ernaehrung-lebensmittel

Rohe tierische Lebensmittel wie Geflügel, Eier, Fleisch, Fisch und Meeresfrüchte können Mikroorganismen aufweisen. Die meisten davon sind harmlos, einige können jedoch Krankheiten, Fieber und Durchfall verursachen. Neben größter Sorgfalt in Produktion und Kontrolle sind auch die KonsumentInnen zum sorgfältigen Umgang mit diesen Lebensmitteln aufgerufen! Während der Lagerung und der Zubereitung im Haushalt können Mikroorganismen auf andere Lebensmittel übertragen werden (Kreuzkontamination). Daher sollten Sie, um sichere Speisen genießen zu können, bestimmte Vorsichtsmaßnahmen beachten.

Vom Geschäft in den Kühlschrank

Aussehen und Frische sind wichtig! Achtung bei Farbveränderungen und trockener Oberfläche (ältere Ware?). Beim Einkaufen Kühltasche verwenden, ihr Einkauf sollte jedenfalls rasch in den Kühlschrank und bis zur Verarbeitung dort bleiben. Kühlschranktemperatur kontrollieren, unter 5° C sind ideal. Separate Gefäße für rohe Lebensmittel verwenden. Tiefgefrorene rohe tierische Lebensmittel getrennt von anderen Lebensmitteln im Kühlschrank auftauen. Der Auftausaft darf andere Lebensmittel nicht verunreinigen. Aufgetaute Lebensmittel nicht neuerlich einfrieren.

Zubereitung – Durcherhitzen ist wichtig

Rohe Lebensmittel, besonders Geflügel, vollständig durcherhitzen. Beim Anstechen darf der Saft nicht rosa gefärbt, sondern muss klar sein. Werden fertige Speisen nicht gleich verzehrt, rasch abkühlen und anschließend im Kühlschrank lagern. Achten Sie auch beim Wiederaufwärmen auf gründliches Erhitzen.

Sauberkeit ist Trumpf

Lebensmittelbedingte Erkrankungen können mit einfachen Regeln vermieden werden:

Achten Sie beim Kochen auf Sauberkeit von Geräten und Arbeitsflächen (Schneidbretter). Wischtücher und Schwämme häufig wechseln oder auskochen. Zum Abtrocknen saubere Tücher verwenden. Der Kühlschrank sollte sauber sein. Hände vor dem Kochen und nach jedem Hantieren mit rohen Lebensmitteln waschen. Damit vermeiden Sie die Übertragung von Mikroorganismen von einem Lebensmittel auf andere, die nicht mehr erhitzt werden, z. B. Salat.