

Konsum & Lebensstil

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **80 (2023)**

Heft 1-2

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Schon gewusst?

Bewusst durch den Alltag: Clever haushalten, Ressourcen sparen, Umwelt schonen und die Natur bewahren.

Im Winter Schnee «naschen»?



Wenn frische weisse Flocken vom Himmel fallen, machen sich Kinder vielfach einen Spass daraus, Schnee auf der Zunge schmelzen zu lassen. In grösseren Mengen sollten sie jedoch keinen Schnee essen – egal, wie sauber und weiss er auch aussehen mag. Denn Schnee kann (wie Regen) Schadstoffe aus verschmutzter Luft aufnehmen und so z.B.

eine hohe Feinstaubbelastung enthalten. Am Boden nimmt Schnee oft auch Partikel aus Abgasen, Streusalz und Tierkot auf. Solche Verschmutzungen lassen sich nicht unbedingt mit blossem Auge erkennen. Also lieber aufpassen.

Kartoffeln: Fertigschnitze heikel

Es scheint bequem, ist aber nicht unbedingt gesund: zubereitungsfertige, vorfrittierte Kartoffelschnitze aus der Tüte. Nur fünf von zehn dieser «Potato Wedges» genannten Kartoffelspalten schnitten in einem Test auf heikle Stoffe (u.a. Chlorat, Pestizide, Glykoalkaloide) gut ab, berichtet «Saldo». Auch im Fokus der Untersuchung: Acrylamid, das beim Eritzen der Kartoffeln entsteht. Vermeiden lässt sich die Bildung dieses gesundheitsschädlichen Stoffes, wenn man den Ofen auf maximal 200 Grad (ohne Umluft) bzw. 180 Grad (mit Umluft) einstellt.

Tipp: Kartoffelspalten selbst machen! Aus festkochenden, geputzten Kartoffeln Schnitze schneiden, kurz in kaltes Wasser legen, trocknen. Dann in einer Schüssel mit Olivenöl, Knoblauch, Paprika, Salz und Kräutern nach Wahl mischen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen. Bei 200 Grad ca. 30 Minuten backen, zwischendurch wenden.



21

...Tage: So lange dürfen Eier ab Legedatum verkauft werden. Grund:

Ohne Kühlung bleiben sie mit intakter Schale entsprechend frisch.

Eine Lagerung im Kühlschrank verlängert die Haltbarkeit nochmals um Wochen.