

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 80 (2023)
Heft: 1-2

Rubrik: Konsum & Lebensstil

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 30.01.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

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.