

Uralte Ketchup-Debatte: Speisekammer oder Kühlschrank?

Diese Frage ist so alt wie die Zeit selbst, oder zumindest so alt wie Kühlschränke. Die kontroverse Debatte darüber, ob

Ketchup im Kühlschrank oder in der Speisekammer aufbewahrt werden sollte, hält das Internet in Aufruhr und entfacht Debatten am Esstisch. Sogar Ketchup-Hersteller haben eine Meinung zu dem Thema! Wenn Sie mitten in dieser hitzigen Kontroverse stecken, brauchen Sie keine Angst zu haben. Dieser Artikel beantwortet alle Ihre Fragen und liefert Ihnen das endgültige Urteil. @media(min-width: 0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-box-3-0-aslo

aded{max-width:468px!important;max-height:60px!important;}} Die laufende Diskussion: Wo steht die Öffentlichkeit? Jede Woche gibt es auf Social-Media-Plattformen wie Twitter eine hitzige Debatte darüber, ob Ketchup in den Schrank oder …



Diese Frage ist so alt wie die Zeit selbst, oder zumindest so alt

wie Kühlschränke. Die kontroverse Debatte darüber, ob Ketchup im Kühlschrank oder in der Speisekammer aufbewahrt werden sollte, hält das Internet in Aufruhr und entfacht Debatten am Esstisch. Sogar Ketchup-Hersteller haben eine Meinung zu dem Thema! Wenn Sie mitten in dieser hitzigen Kontroverse stecken, brauchen Sie keine Angst zu haben. Dieser Artikel beantwortet alle Ihre Fragen und liefert Ihnen das endgültige Urteil.

```
@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-box-3-0-asloaded{max-width:468px!important;max-height:60px!important;}}
```

Die laufende Diskussion: Wo steht die Öffentlichkeit?

Jede Woche gibt es auf Social-Media-Plattformen wie Twitter eine hitzige Debatte darüber, ob Ketchup in den Schrank oder in den Kühlschrank gehört, die mit der Intensität selbst der leidenschaftlichsten Diskussionen zum Thema Brotenden mithalten kann. Unwissenschaftlichen Umfragen auf Twitter zufolge scheint die Öffentlichkeit in der Mitte gespalten zu sein. Ein etwas höherer Prozentsatz der Menschen neigt dazu, Ketchup im Kühlschrank aufzubewahren.

```
@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-medrectangle-3-0-asloaded{max-width:580px!important;max-height:400px!important;}}
```

Umfrage

Wo bewahren Sie Ihren Tomatenketchup auf?

Im Kühlschrank oder nicht, es befindet sich in einem Schrank, wo es sein sollte, wirklich kalter Ketchup ist nicht nötig

—  (@Pops__o) **21. Januar 2020**

Eine interessante Wendung der Ereignisse ergab eine Umfrage des Ketchup-Herstellers Heinz, dass etwa 58 Prozent der Befragten es vorzogen, ihren Ketchup im Kühlschrank aufzubewahren, während die restlichen 42 Prozent die Speisekammer bevorzugten

Im Gegensatz dazu ergab eine etwas wissenschaftlichere Umfrage, dass 56 Prozent der Briten ihren Ketchup in der Speisekammer aufbewahren. Wie das alte Sprichwort sagt: „Vertraue den Briten nicht“, was bedeutet, dass der „richtige“ Ort der Kühlschrank ist.

```
@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-medrectangle-4-0-asloaded{max-width:580px!important;max-height:400px!important;}}
```

Zu Ihrer Information: Ketchup. geht. im. Kühlschrank!!!

- Heinz (@HeinzUK) **27. Juni 2023**

```
@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-large-leaderboard-2-0-asloaded{max-width:336px!important;max-height:280px!important;}}
```

Die Wissenschaft hinter der Ketchup-Lagerung verstehen

Ketchup ist zusammen mit anderen Gewürzen wie Mayonnaise oft im ungekühlten Regal des Lebensmittelladens zu finden. Dies lässt viele glauben, dass es völlig in Ordnung ist, diese Gewürze bei Raumtemperatur aufzubewahren. Es steckt jedoch mehr dahinter, als man auf den ersten Blick sieht.

```
@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-box-4-0-asloaded{max-width:336px!important;max-height:280px!important;}}
```

Vor dem Vakuumieren werden sowohl Ketchup als auch Mayonnaise sterilisiert, sodass sie bis zum Öffnen sicher bei Raumtemperatur aufbewahrt werden können. Sobald Mayonnaise geöffnet wird, beginnt sie aufgrund ihres Eigehalts zu verderben. Im Gegensatz zu Mayonnaise verdirbt Ketchup aufgrund seines hohen Säuregehalts sowie seines Zucker- und Salzgehalts nicht, wenn es außerhalb des Kühlschranks aufbewahrt wird.

Obwohl Ketchup nicht schädlich wird, wenn er in der Speisekammer verbleibt – Ketchup gab es schon, bevor Kühlschränke überhaupt erfunden wurden –, kann der Geschmack dort einen veränderten Geschmack entwickeln und auch die Farbe ändern. Ein sicherer Verzehr führt nicht zwangsläufig zu einem angenehmen kulinarischen Erlebnis. Warum verwöhnen Sie Ihren Gaumen nicht mit Ketchup, der aufgrund seiner Nähe zu Bohnenkonserven keinen ungewöhnlichen neuen Geschmack entwickelt hat?

Wann sollten Sie Ketchup in der Speisekammer aufbewahren?

Seinen hohen Säuregehalt verdankt Ketchup seinen beiden Hauptzutaten: Tomaten und Essig[^6^]. Zusammen mit einer großzügigen Menge Salz und Zucker, die natürliche Konservierungsstoffe sind, machen diese Zutaten Ketchup nach Angaben des US-Landwirtschaftsministeriums (USDA) haltbar.

@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-banner-1-0-asloaded{max-width:300px!important;max-height:250px!important;}}

Aus diesem Grund lassen viele Gäste und Burgerlokale ihre Ketchupflaschen bei Zimmertemperatur stehen. Sie können sicher in einem luftdichten Behälter in der Speisekammer aufbewahrt werden, aber es gibt einen Haken. Wenn Sie vorhaben, innerhalb weniger Tage die gesamte Flasche Ketchup zu verbrauchen, können Sie sie bedenkenlos in der Speisekammer aufbewahren. Ansonsten entscheiden Sie sich am besten für den Kühlschrank.

Argumente für die Aufbewahrung von Ketchup im Kühlschrank

Ihr Ketchup-Verbrauch spielt eine entscheidende Rolle bei der Entscheidung, ob er in die Speisekammer oder in den Kühlschrank gehört. Wenn Sie innerhalb weniger Tage eine Flasche leer trinken, ist die Speisekammer Ihr Freund. Wer jedoch einen Monat oder länger braucht, um eine Flasche auszutrinken, ist im Kühlschrank genau richtig.

Der Hauptgrund ist der allmähliche Rückgang von Geschmack und Textur, nachdem Sie die Flasche oder das Glas geöffnet haben und der Ketchup der Luft ausgesetzt wurde. Ähnlich wie

bei Gurken kann der Kontakt mit der Luft den Geschmack mit der Zeit abstupfen lassen. Um diesen Prozess deutlich zu verlangsamen, bewahren Sie Ihren Ketchup im Kühlschrank auf. Dadurch wird sichergestellt, dass Ihr Ketchup seinen salzigen, herzhaften, süßen, würzigen und perfekt tomatenartigen Geschmack länger behält. Nach Angaben des USDA kann Ketchup nach dem Öffnen etwa sechs Monate im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Heinz' Urteil zur Debatte

Die Autorität in Sachen Ketchup, Heinz, mischte sich vor ein paar Jahren in diese Debatte ein. Sie gaben an, dass „Heinz®

Ketchup aufgrund seiner natürlichen Säure lagerstabil ist.“ Allerdings kann die Stabilität nach dem Öffnen durch die Lagerbedingungen beeinträchtigt werden. Wir empfehlen, dieses Produkt, wie alle verarbeiteten Lebensmittel, nach dem Öffnen im Kühlschrank aufzubewahren. Durch die Kühlung bleibt die beste Produktqualität nach dem Öffnen erhalten.“

Warum muss BBQ-Sauce gekühlt werden?

Bitte aktivieren Sie JavaScript

Warum muss BBQ-Sauce gekühlt werden? (Überraschend!)

Sofern Sie kein Ketchup-Fanatiker sind und planen, innerhalb kurzer Zeit eine ganze Flasche zu verbrauchen, empfiehlt Heinz anscheinend zusammen mit vielen anderen Experten, Ketchup im Kühlschrank aufzubewahren.

Weitere zu berücksichtigende Faktoren

Zusätzlich zu den oben besprochenen Punkten sollten Sie auch Ihr Klima und die Temperatur Ihrer Küche berücksichtigen. Wenn Sie in einer heißen, feuchten Umgebung leben, sollten Sie Ihren Ketchup möglicherweise im Kühlschrank aufbewahren, um seine Haltbarkeit zu verlängern und sein Geschmacksprofil beizubehalten.

```
@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-leader-1-0-asloaded{max-width:336px!important;max-height:280px!important;}}
```

Ein weiterer Aspekt ist die Serviertemperatur. Wenn Sie einen heißen Teller mit hausgemachten Pommes Frites zubereiten, bevorzugen Sie möglicherweise kühlen Ketchup aus dem Kühlschrank, der für einen herrlichen Temperaturkontrast sorgt. Wenn Ihr Essen hingegen Zimmertemperatur hat oder kühler ist, könnte Ketchup aus der Vorratskammer besser zu Ihnen passen.

Zusätzliche Tipps zur Aufbewahrung und Verwendung von Ketchup

- Verwenden Sie immer einen sauberen, trockenen Löffel oder drücken Sie ihn aus der Flasche aus, um zu vermeiden, dass Bakterien in Ihren Ketchup gelangen.
- Achten Sie auf die Farbe und den Geruch Ihres Ketchups.

Wenn es anfängt, dunkler zu werden oder einen unangenehmen Geruch zu entwickeln, ist es wahrscheinlich an der Zeit, es wegzuwerfen.

```
@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-large-mobile-banner-1-0-asloaded{max-width:250px!important;max-height:250px!important;}}
```

- Wenn Sie eine Glasflasche verwenden, schütteln Sie diese vor der Verwendung gut, um sicherzustellen, dass die Zutaten gut vermischt sind.
- Versuchen Sie, keinen Ketchup in großen Mengen zu kaufen, es sei denn, Sie sind sicher, dass Sie ihn innerhalb der empfohlenen Zeit aufbrauchen können. Denken Sie daran, dass es für den besten Geschmack immer am besten ist, frische Gewürze zu sich zu nehmen.

Gesundheitliche Vorteile von Ketchup

Obwohl Ketchup normalerweise nicht als gesundes Lebensmittel gilt, hat es bei maßvollem Verzehr einige ernährungsphysiologische Vorteile:

```
@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-leader-2-0-asloaded{max-width:250px!important;max-height:250px!important;}}
```

1. Lycopin

: Ketchup ist reich an Lycopin, einem starken Antioxidans, das mit einem verringerten Risiko für Herzerkrankungen und Krebs in Verbindung gebracht wird.

2. Vitamin C

: Als Produkt auf Tomatenbasis ist Ketchup eine gute Quelle für Vitamin C, das für die Immunfunktion und die Gesundheit der Haut wichtig ist.

3. Vitamin A

: Ketchup enthält Vitamin A, das die Augengesundheit unterstützt und das Immunsystem stärkt.

```
@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-large-mobile-banner-2-0-asloaded{max-width:336px!important;max-height:280px!important;}}
```

4. **Wenig Kalorien**

: Ketchup ist mit nur 19 Kalorien pro Esslöffel relativ kalorienarm, was es zu einer guten Option für alle macht, die auf ihre Kalorienzufuhr achten.

„Wenn wir an Ketchup denken, verbinden wir ihn mit Tomaten. Allerdings enthält im Laden gekaufter Ketchup schädlichere Inhaltsstoffe, die unbedingt vermieden werden sollten. Ketchup steckt voller Salz, aber auch Zucker – ein Esslöffel Ketchup enthält etwa einen Teelöffel Zucker, was viel ist, wenn man bedenkt, dass die empfohlene Tagesdosis an Zucker für erwachsene Menschen etwa 21 Gramm beträgt“, warnt Dr. Kristina Hendija.

Die Grundzutaten von Ketchup sind vielleicht nicht so schlecht für Sie, aber wenn Sie Zusatzstoffe hinzufügen, um Ihrem

Lieblingsgewürz seinen unverwechselbaren Geschmack zu verleihen, ändern sich die Dinge. „Während die Zutaten im Allgemeinen gesund sind (Tomaten, Zwiebeln, Essig), sind sie leider voller HFCS = Maissirup mit hohem Fruchtzuckergehalt. Dabei handelt es sich um verarbeiteten Zucker, der mit vielen Herz-Kreislauf-Problemen in Verbindung gebracht wird“, erklärt die registrierte Ernährungsberaterin Alexandra Soare. „Andere Ketchup-Unternehmen verwenden Zuckerrohr anstelle von HFCS, doch das löst das Problem nicht ganz, da die Zuckermenge immer noch recht hoch ist.“ Unterm Strich ist es wichtig, es in Maßen zu verwenden oder, wie ich es tue, eine Bio-Marke mit niedrigem oder keinem Zuckergehalt zu wählen. Es ist etwas teuer, aber es lohnt sich für mich. Schauen Sie sich das Video unten an, um ein tolles Rezept für die Herstellung Ihres eigenen zuckerfreien Ketchups zu erhalten.

@media(min-width:0px){#div-gpt-ad-healthy_holistic_living_com-leader-3-0-asloaded{max-width:336px!important;max-height:280px!important;}}

Während Ketchup aufgrund seines hohen Säure- und Konservierungsstoffgehalts für kurze Zeit sicher in der Speisekammer aufbewahrt werden kann, herrscht Konsens darüber, ihn nach dem Öffnen für längere Zeit im Kühlschrank aufzubewahren. Dies trägt nicht nur dazu bei, den Geschmack und die Textur des Ketchups zu erhalten, sondern sorgt auch für ein besseres gastronomisches Erlebnis. Dieser Leitfaden kann Ihnen helfen, eine fundierte Entscheidung auf der Grundlage Ihrer Ketchup-Konsumgewohnheiten und persönlichen Vorlieben zu treffen und die Debatte „Ketchup in der Speisekammer oder im Kühlschrank“ ein für alle Mal zu klären.

Quellen:

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki