



Damit das Grillen weiterhin Spaß macht: Informationen und Tipps zur Vermeidung von Lebensmittelinfektionen

Jedes Jahr beobachtet das Landesamt für Gesundheit und Arbeitsschutz Nordrhein-Westfalen (LfGA NRW) im Sommer (drittes Jahresquartal) deutlich erhöhte Fallzahlen von gemeldeten Campylobacteriose- und Salmonellose-Erkrankungen. Aber auch andere lebensmittelassoziierte Erreger (z. B. EHEC-Bakterien) verursachen im Sommer lebensmittelbedingte Erkrankungen. Eine Lebensmittelinfektion äußert sich meistens durch Bauchschmerzen, Durchfall und Erbrechen. Bei Personen mit einem geschwächten oder noch nicht vollständig ausgebildetem Immunsystem (z. B. Babys, Kleinkinder sowie ältere oder abwehrgeschwächte Menschen) kann es auch zu schwereren Verläufen kommen.

Ein möglicher Grund für die erhöhten Fallzahlen im dritten Quartal ist das beliebte Grillen im Sommer. Rohes Grillfleisch oder roher Fisch kann Bakterien enthalten und muss daher vollständig durchgegart werden, damit die Krankheitserreger abgetötet werden. Beim Grillen kann es besonders leicht zu Lebensmittelinfektionen kommen, wenn das Grillgut nicht ausreichend erhitzt wird.

Neben dem unzureichenden Durchgaren von rohem Fleisch oder Fisch ist die Zubereitung von Beilagen (z. B. Gemüse, Salate, Dips), die nicht erhitzt werden, eine potentielle Quelle zur Übertragung von Keimen auf Lebensmittel. Dies geschieht etwa, wenn bei deren Zubereitung Küchenutensilien verwendet werden, die zuvor mit rohem Fleisch oder Fisch in Kontakt gekommen sind. Eine wirkungsvolle Maßnahme, um diese Art der Verbreitung von Krankheitserregern zu vermeiden, ist eine gute Küchenhygiene bei den Grillvorbereitungen. Dies meint neben dem gründlichen Waschen der Hände und Reinigen der Arbeitsflächen insbesondere die Verwendung von getrennten Küchenutensilien (z. B. Messer, Schneidebretter) für die Verarbeitung von rohen, noch zu erhitzenden tierischen Lebensmitteln und Lebensmitteln, die nicht erhitzt werden. So wird eine Übertragung von Krankheitserregern über kontaminierte Küchengeräte verhindert. Bei der Verwendung von Schneidebrettern sind Bretter aus Kunststoff zu empfehlen, da diese in der Regel im Geschirrspüler bei hohen Temperaturen (über 60 °C) gereinigt werden können.

Damit das Grillen weiterhin Freude macht und das Risiko einer Lebensmittelinfektion minimiert wird, haben wir einige Tipps zusammengestellt, wie man lebensmittelbedingte Erkrankungen beim Grillen vermeiden kann:



- Rohe, tierische Lebensmittel auf dem Grill ausreichend durchgaren.
- Obst, Gemüse und Kräuter sorgfältig waschen.
- Getrennte Zubereitung von rohen, noch zu erhitzenden Lebensmitteln und nicht zu erhitzenden Lebensmitteln. Dabei getrennte Küchenutensilien, wie z. B. Messer und Brettchen, verwenden.
- Rohes Fleisch oder rohen Fisch nicht in der Spüle unter fließendem Wasser waschen, um die Übertragung von Krankheitserregern über Spritzwasser auf andere Lebensmittel zu vermeiden.
- Getrennte Teller und Besteck für rohes Grillgut verwenden, damit es nicht mit bereits gegartem Grillgut oder nicht zu erhitzenden Speisen in Kontakt kommt.
- Nach der Zubereitung der rohen, tierischen Lebensmittel Hände, Küchenutensilien und Arbeitsflächen gründlich mit heißem Wasser und Spülmittel reinigen.

Neben dem Grillgut kommen oft selbstgemachte Salate auf den Tisch. Dabei sollte die Mayonnaise nicht mit rohen Eiern zubereitet werden, um auch hier Lebensmittelinfektionen zu vermeiden.

Und auch zum richtigen Transport und der richtigen Lagerung der Lebensmittel im Sommer gibt es hilfreiche Tipps:

Damit sich die Krankheitserreger auf rohen, meist tierischen Lebensmitteln nicht vermehren, sollten die Lebensmittel nach dem Einkauf gekühlt transportiert und bis zur Verarbeitung ausreichend gekühlt gelagert werden.

Quellen und weitere Informationen erhalten Sie unter:

- [Robert Koch-Institut \(RKI\) – Lebensmittelbedingte Erkrankungen](#)
- [Bundesinstitut für Risikobewertung \(BfR\) – Lebensmittelhygiene](#)
- [BfR-Merkblatt – Schutz vor Lebensmittelinfektionen im Privathaushalt](#)
- [Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit \(BIÖG\) – Küchen- und Lebensmittelhygiene](#)
- [Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit \(BVL\) – Lebensmittelbedingte Infektionen und Intoxikationen](#)