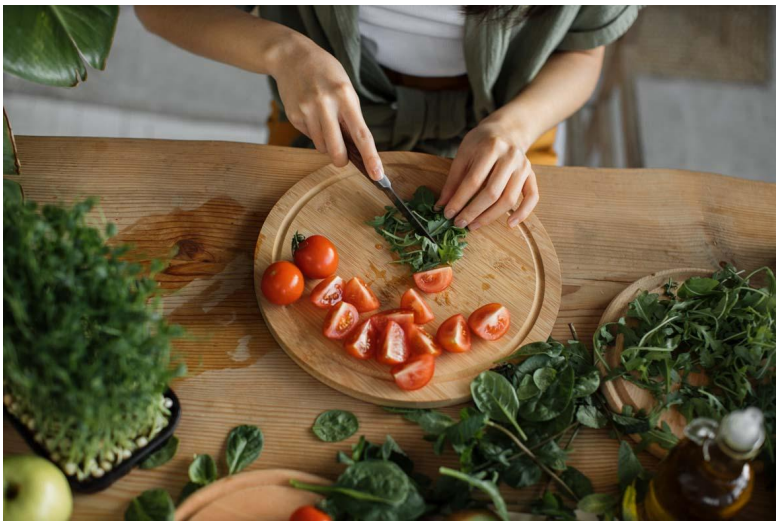
Verbraucherzentrale Hamburg

Warnung: Salmonellen in italienischem Rucola!

Achtung! Seit Juli häufen sich nach Angaben des Robert Koch-Instituts Salmonellen-Erkrankungen, die durch Rucola aus Italien verursacht sein sollen. Wir raten daher vorsorglich vom Verzehr ab und haben wichtige Informationen über Salmonellen für Sie zusammengefasst.



© istock.com/undefined undefined

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

1. Seit Juli häufen sich laut Robert Koch-Institut (RKI) in Deutschland, Dänemark und Österreich Erkrankungen durch Salmonellen (Salmonellose). Sie sollen durch Rucola aus Italien verursacht worden sein.

2. Typische Symptome sind Durchfall, Bauchschmerzen und -krämpfe, Übelkeit und Erbrechen sowie Fieber. In seltenen Fällen kann es auch zu schweren Krankheitsverläufen kommen.
3. Unsere Empfehlung: Rucola aus Italien vorsorglich meiden und den Salat generell gründlich mit Wasser waschen. Das bringt zwar keine absolute Sicherheit, kann aber das Risiko zu erkranken, reduzieren.
4. Gerade bei Kleinkindern, älteren Menschen und Personen mit geschwächtem Immunsystem kann eine Lebensmittelinfektion mit Salmonellen einen schweren Verlauf nehmen.

Stand: 30.09.2024

Bitte beachten Sie, dass dieser Artikel den Stand der Dinge zum Zeitpunkt der Veröffentlichung wiedergibt.

Seit Juli häufen sich laut Robert Koch-Institut (RKI) in Deutschland, Dänemark und Österreich die Fälle, bei denen der eigentlich seltene Erreger „Salmonella Umbilo“ (es handelt sich um eine seltene Unterform der Bakterienart „Salmonella enterica“) Infektionen ausgelöst hat. Bis zum 24. September 2024 wurden in Deutschland 98 Erkrankungsfälle durch Salmonella Umbilo erfasst. Für die Häufung der Salmonellen-Fälle ist mit hoher Wahrscheinlichkeit Rucola-Salat aus Italien verantwortlich. In Österreich hat man die Salmonellen bereits in entsprechenden Proben nachgewiesen.

Wir empfehlen daher vorsorglich, aktuell keinen Rucola-Salat aus Italien zu essen.

Wie gefährlich sind Salmonellen?

Salmonellen sind stäbchenförmige Bakterien, die die Lebensmittelinfektion „Salmonellose“ auslösen. Sie ist in Deutschland die zweithäufigste bakterielle Durchfallerkrankung beim Menschen.

Die Erreger können insbesondere für Immungeschwächte, ältere Menschen und Kinder gefährlich sein. Symptome sind etwa Durchfall, Erbrechen, Bauchschmerzen, Kreislaufprobleme und Fieber. Personen mit diesen Symptomen, die in der Regel

innerhalb einiger Tage nach der Infektion auftreten, sollten unbedingt einen Arzt oder eine Ärztin aufsuchen.

Wie werden Salmonellen übertragen?

Salmonellen werden meistens durch nicht ausreichend erhitzte Eier oder rohe eihaltige Speisen, aber auch durch rohes Fleisch und nicht ausreichend erhitzte Fleischerzeugnisse wie Hackfleisch übertragen. Darüber hinaus können pflanzliche Lebensmittel wie Salate, Sprossen oder Gewürze wie Pfeffer, Kräuter(-tees) oder getrocknete Blatt- und Grasprodukte mit den Erregern verunreinigt sein. Das passiert zum Beispiel, wenn sie im Herstellungsprozess oder während der Verarbeitung mit Salmonellen in Kontakt kommen. Auch in Schokolade wurden Salmonellen schon nachgewiesen; das war beispielsweise 2022 bei Ferrero der Fall.

Ebenso ist es möglich, dass Salmonellen von einem verunreinigten Lebensmittel auf ein ursprünglich nicht verunreinigtes Lebensmittel übertragen werden – zum Beispiel, wenn man dasselbe Schneidebrett benutzt. Auch das Berührern einer infizierten Person oder kontaminierter Oberflächen kann die Übertragung begünstigen. Deshalb ist gute Hygiene in der Küche wichtig. Für eine Salmonelleninfektion sind im Vergleich zu einer Campylobacter-Infektion viele Keime nötig.

Bei Menschen mit geschwächtem Immunsystem, Säuglingen, Kleinkindern und älteren Menschen können jedoch schon wenige Keime krank machen. In fetthaltigen Lebensmitteln wie Käse oder Salami reicht bereits eine kleine Menge aus, um eine Infektion zu verursachen. Nach der Infektion oder dem Verzehr von kontaminierten Lebensmitteln kann es 6 bis 72 Stunden dauern, bis man merkt, dass man krank ist.

Wie schütze ich mich vor einer Salmonellose?

Salmonellen bevorzugen Temperaturbereiche zwischen 10 und 47 °C und vermehren sich dort am besten. Selbst bei Kühlschranktemperaturen können sie sich ausbreiten, allerdings deutlich langsamer. Außerdem können sie mehrere Monate in der Umwelt und in oder auf verschiedenen Lebensmitteln überleben. Deshalb ist es neben der allgemeinen Küchenhygiene besonders wichtig, kühlpflichtige und empfindliche

Lebensmittel wie rohes Fleisch oder rohe tierische Produkte unmittelbar nach dem Einkauf entsprechend **im Kühlschrank zu lagern** oder – falls sie nicht zeitnah verzehrt werden können – zuzubereiten beziehungsweise einzufrieren. Bei empfindlichen pflanzlichen Lebensmitteln wie Rucola empfehlen wir, diese vor dem Verzehr gründlich **mit Wasser zu waschen**. Das bringt zwar keine absolute Sicherheit, kann aber verschiedene Risiken reduzieren.

Salmonellen werden durch Minusgrade im Gefrierschrank nicht abgetötet. Darum ist es in jedem Fall wichtig, das Fleisch bzw. die Speisen vor dem Verzehr bei **Temperaturen über 70 °C mit einer Garzeit von mindestens 10 Minuten** zu erhitzen. Nur so kann eine sichere Abtötung der Erreger erreicht werden. Wer nicht auf tierische Speisen verzichten möchte, die auch roh gegessen werden, wie beispielsweise Mayonnaise mit rohem Ei oder Mett, sollte immer auf eine ausreichende Kühlung und die Frische der Eier achten.

Grundsätzlich raten wir **Risikopersonen** (Schwangere, Kleinkinder und Säuglinge, ältere und immungeschwächte Menschen) von **rohen tierischen Lebensmitteln und Speisen mit rohen Zutaten** (z. B. Rohmilch und Rohmilchkäse, Desserts mit rohen Eier, selbst hergestellte Mayonnaise, Rohwurst und Mett oder Räucherlachs und Sushi) eher ab. Denn ohne Erhitzen steigt die Wahrscheinlichkeit einer lebensmittelbedingten Infektion.

Ob ein Lebensmittel mit Salmonellen oder anderen Keimen belastet ist, lässt sich mit bloßem Auge nicht erkennen – anders das beispielsweise bei Schimmel der Fall ist. Hier ist oft schon auf den ersten Blick erkennbar, dass das Lebensmittel nicht mehr in Ordnung ist. Gerade im Umgang mit empfindlichen Lebensmitteln ist es daher immer wichtig, **Hygieneregeln** einzuhalten. Dabei spielen neben der richtigen Lagerung von Lebensmitteln, gründlichem **Händewaschen** sowie der regelmäßigen **Reinigung von Küchengeräten** vor allem das richtige **Erhitzen** und **Kühlen** eine wichtige Rolle.

UNSER ANGEBOT

Sie haben Fragen? Unsere Expertinnen und Experten für Lebensmittel- und Ernährungsthemen sind telefonisch für Sie erreichbar unter: (040) 24832-240 (Mo und Di 9 - 13 Uhr sowie Do 14 - 17 Uhr).

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

https://www.vzhh.de/themen/lebensmittel-ernaehrung/schadstoffe-lebensmitteln/warnung-salmonellen-italienischem-rucola