

Gesundes Trinkwasser – Speisen und Getränke richtig zubereiten

Trinkwasser ist ein gesundes und gut überwachtetes Lebensmittel. Sie können es auch Kindern bedenkenlos zu trinken geben und Speisen damit zubereiten – wenn Sie einen wichtigen Grundsatz beachten:

Verwenden Sie immer frisches Trinkwasser!

Trinkwasser, das mehrere Stunden oder Tage in der Wasserleitung gestanden hat („Stagnationswasser“), ist nicht mehr frisch. Es ist wie ein Lebensmittel, bei dem das Verfallsdatum abgelaufen ist: Es ist nicht zwingend ungenießbar oder ungesund, aber wir können auch nicht ausschließen, dass es schlecht geworden ist.

Warum ist Stagnationswasser schlecht?

Steht Trinkwasser längere Zeit in der Leitung, können sich Bestandteile des Leitungsmaterials darin lösen. Auch Bakterien, die immer in den Rohren enthalten sind, können sich vermehrt haben. Zudem schmeckt „Stagnationswasser“ häufig nicht mehr gut.

Verwenden Sie Trinkwasser, das mehr als vier Stunden in der Leitung gestanden hat, nicht für die Zubereitung von Getränken und Speisen!

Woran erkenne ich, ob das Wasser frisch ist?

Sie fühlen es! Frisches Trinkwasser kommt kühl ins Haus. Steht es länger in den Leitungen, erwärmt es sich, weil das Haus warm ist. Diesen Temperaturunterschied können Sie deutlich fühlen: Sobald das „Stagnationswasser“ abgelaufen ist, wird es plötzlich deutlich kühler, weil frisches Wasser nachgeflossen ist.

Lassen Sie Trinkwasser solange ablaufen, bis es kühl aus der Leitung läuft. Verwenden Sie es erst dann für Speisen und Getränke!