

Kann ich abgelaufene Waren oder altes Brot kaufen?

Ja. Verbraucherschützer weisen immer wieder darauf hin, dass ein Mindesthaltbarkeitsdatum kein Verfallsdatum ist. Tipp: Geruch und Aussehen der Waren vorsichtig prüfen, um etwa Schimmelbefall auszuschließen. Dann können auch „abgelaufene“ Produkte noch benutzt werden.

WELCHE PRODUKTE WERDEN AB MONTAG TEURER?

Die Händler wollen keine konkreten Produkte nennen, um Hamsterkäufe zu vermeiden. Sicher ist: Fleisch, Wurst und Butter werden ab Montag „deutlich teurer“, so ein Sprecher von Aldi Nord. Auch Aldi Süd und Rewe kündigten Preiserhöhungen an. Bitter: Aldi geht davon aus, dass die Lebensmittel-Einkaufspreise für den Konzern in den nächsten Wochen um 20 bis 50 Prozent steigen werden.

Wann ist das Einkaufen am günstigsten?

Dazu gibt es keine klaren Statistiken, denn die Werbeaktionen der Supermarkt-Ketten ziehen sich durch die ganze Woche. Besondere Schnäppchen gibt's aber zum Feierabend bei Obst und Gemüse: Was noch übrig ist, wird 30 Prozent oder mehr reduziert – wie auf dem Wochenmarkt. Nachteil: Die Auswahl ist dann oft deutlich geringer.

Muss ich ein schlechtes Gewissen haben, wenn ich hamstere?

„Menschen hamstern, weil sie sich nach Sicherheit sehnen. Das ist prinzipiell nicht falsch, aber recht sinngemäß, weil man genau wissen müsste, was knapp werden wird“, sagt Frank Roselieb (52), Leiter des Kieler Instituts für Krisenforschung. „Hamstern ist übrigens kein deutsches Phänomen, es passierte während der Corona-Pandemie auch in anderen Ländern.“

Was hält wie lange, wenn es eingefroren wurde?

Bei minus 18 Grad halten:
 Verquirlte Eier 8 bis 12 Monate
 Butter 6 bis 9 Monate
 Hackfleisch bis 3 Monate
 Schnitzel bis 8 Monate
 Käse 2 bis 4 Monate
 Quark bis 12 Monate
 Obst und Gemüse 3 bis 6 Monate
 Brot und Brötchen bis 6 Monate
 Kuchen bis 6 Monate

Ab Montag knallen bei Aldi die Preise hoch wie nie. Andere Discounter ziehen nach

DIE BESTEN TIPPS FÜR CLEVERES EINKAUFEN

Darf mir der Supermarkt Hamsterkäufe verbieten?

Ja! Rechtsanwalt Arndt Kempgens (53): „Im Supermarkt gelten Hausrecht und Privatautonomie. Abgabebeschränkungen sind rechtlich einwandfrei.“

Kann ich zum Essen zu den Tafeln gehen?

Wer dort essen will, muss hilfsbedürftig sein und das auch nachweisen. Jede Tafel legt dafür eine Einkommens-Obergrenze fest (meist zwischen 900 bis 1300 Euro monatlich). Für die erste Registrierung brauchen Sie die entsprechenden Papiere wie Rentenbescheide oder Einkommensnachweise. Großfamilien müssen zusätzlich nachweisen, wie viele Kinder im Haushalt leben. Nach der ersten Anmeldung müssen Sie beim nächsten Mal nichts mehr vorlegen.

WAS KANN ICH SELBST ANBAUEN?

Auf kleinem Raum (etwa auf dem Balkon) kann man viele essbare Pflanzen anbauen. Dazu zählen vor allem Kräuter, Blattsalate und kleinere Gemüsesorten wie Radieschen. Auch Gemüse wie Zucchini, Tomaten oder Paprika können in größeren Töpfen gezogen werden. Wichtig: Die Pflanzen brauchen je nach ihren Ansprüchen genügend Wärme und Licht, außerdem sollten sie nicht direkt im Wind stehen.

Wie kann ich Mehl, Eier und Fett beim Kochen ersetzen?

Zum Kuchenbacken kann man Apfelmus statt Eiern verwenden (ca. 3 EL/Ei). Wo es geschmacklich passt, gehen auch Bananen (1/2 Banane/Ei). Fleisch bekommt man statt in teurem Öl mit einem Löffel Zucker knusprig angebraten. Statt Mehl können Sie etwa für Gugelhupf oder Schokokuchen Semmelbrösel aus altbackenen, hellen Brötchen oder Grieß nehmen – Eier sollten dann aber im Rezept bleiben, damit alles zusammenhält.

HELFEN APPS BEIM SPAREN?

Sven Reuter (54), Erfinder der App Smhaggle: „Mit Angeboten aus Werbeprospekten ließen sich zuletzt gute 30 Prozent sparen. Jedoch sind nur etwa 200 pro ProdukteWoche reduziert. Zum Vergleich: Discounter haben im Durchschnitt 2500 Produkte.“ Reuters App vergleicht, wo Lieblingsartikel am günstigsten sind. Darüber hinaus bieten Supermarkt-Ketten in ihren eigenen Apps auch oft Extra-Rabatte an.

Berlin - **Hört das denn gar nicht mehr auf? Seit Monaten knallen die Preise für Lebensmittel, Benzin etc. rauf – und am Montag gibt's den nächsten Hammer!**

Discount-Riese Aldi macht u. a. Butter, Aufschnitt und Fleisch „signifikant teurer“, so ein Konzernsprecher. Es droht eine Preiswelle, „die es so noch nie gegeben hat“. Handels-Präsident Josef Sankt-johanser in der NOZ: „Die 2. Welle an Preissteigerungen kommt, und die wird sicherlich zweistellig. Wir werden das zeitnah überall in den Supermärkten an den Preisschildern sehen können.“

Aldi prescht vor, die anderen Handelsriesen ziehen nach!

Rewe kündigte gegenüber BILD höhere Preise an: „Wir sind aktuell mit einer Vielzahl von steigenden Kosten bei Rohstoffen, Energie und Logistik sowie Preiserhöhungen der Lebensmittelindustrie und Lieferanten

konfrontiert“, so ein Sprecher.

► Edeka teilte BILD auf Anfrage mit, dass sich wegen der „aktuellen Situation auf den Weltmärkten“ steigende Verkaufspreise „nicht immer vermeiden“ ließen.

► Auch der nächste Urlaubs-Flug wird teurer, warnt Matthias von Randow, Hauptgeschäftsführer vom Fliegerverband BDL: „Der Kerosinpreis steigt und hat sich in kurzer Zeit fast verdoppelt. Das erhöht die Gesamtkosten der Fluggesellschaften erheblich und wird nicht ohne Folgen für die Ticketpreise bleiben können.“

Die Union fordert wegen des Teuer-Schocks die Ampel-Regierung zum Sparen auf! „Die Ampel macht dieses Jahr rund 300 Milliarden Euro Schulden – so viel wie nie!“, so Parlaments-Geschäftsführer Thorsten Frei (48). „Sie heizt damit die Inflation weiter an. Höchste Zeit, dass die Ampel den Bundeshaushalt an die Wirklichkeit anpasst.“

(jif/JCB)

Auch Merkel schnell noch in den Supermarkt

Berlin - **Altkanzlerin Angela Merkel (67, Foto) war gestern auch noch mal groß einkaufen, bevor die Preise massiv angezogen werden.** Passanten entdeckten sie in ihrem Lieblings-Supermarkt in Berlin-Mitte. Ihre Geldbörse trug sie in der Hand, zuletzt war sie ihr aus der Tasche geklaut worden (BILD berichtete).

Fotos: TOM WERNER/GETTY IMAGES, FABRIZIO BENSCH/REUTERS



ICH KAUFE JETZT AUF VORRAT
 Andreas Mathes (36), Installateur aus Hattersheim (Hessen): „Unglaublich! Früher sind wir zu zweit mit 400 Euro im Monat für Essen und Trinken ausgekommen, jetzt reichen nicht mal 500 Euro. Nicht nur Öl und Mehl, auch Ketchup und Majonäse sind teurer. Dinge wie Waschmittel gibt's kaum noch. Wir kaufen jetzt auf Vorrat. Und wenn's etwas nicht gibt, muss man eben was anderes kochen.“ (cd)

DAS RÄT DEUTSCHLANDS RABATT-KÖNIG

Von K. FRANZKE JR.

Krefeld - **Seine größte Leidenschaft ist das Sparen!** Und darin ist Büro-Angestellter Sven Lucka (38) aus Krefeld (NRW) ein König. Mehr noch: Er ist der schlaueste Rabatt-Hamsterer. Der vierfache Familienvater kombiniert Gutscheine, Rabatte und Coupons so trickreich, dass er bei jedem Einkauf jede Menge spart: „Durch Corona haben einige Coupon-Firmen die Rabatte gekürzt, aber im Jahr spare ich um die 4000 Euro dank überlegtem Einkaufen.“

Seine besten Tipps für den Einkauf im Supermarkt und der Drogerie:

► Auf „Keine Werbung“ am Briefkasten verzichten! Lucka sagt: „In den Werbeprospekten sind immer Coupons zu finden. Die sind Goldwert!“

► Sein absoluter Renner: Kassenbons fotografieren und Boni sammeln. Das geht so: Apps wie Scondoo, Coupios und Markt guru zahlen Geld für bestimmte Produkte aus (z. B. 100 Prozent des Kaufpreises für einen neuen Quark oder 1 Euro Rabatt für eine Marmelade). **Sven: „Ich muss mich vor dem Einkauf über die Aktionen informieren, dann ist alles kinderleicht.“**



Sven Lucka (38) inmitten seiner Schnäppchen: Er fotografiert mit dem Handy Kassenbons ab und kassiert dafür Bonus

Foto: HOJABR/STRAH

So frisst der TEUER-SCHOCK Gehalt und Rente auf

Berlin - **Teuer, teuer, Teuer-Schock!** Die Hammer-Inflation frisst bei Millionen Lohn- und Rentenerhöhung auf! BILD sagt, wie viel Beschäftigte und Rentner bei 6 % Inflation 2022 unterm Strich weniger (bzw. trotzdem mehr) haben:

- Bau: rund 4,5 % weniger
- Chemie: noch offen wegen Tarifrunde
- Gastronomie: bis zu 6 % mehr
- Gebäudereiniger: bis zu 3,5 % minus
- Handel: rund 4,5 % weniger
- Holz/Kunststoff: - 4 %
- Kfz-Handwerk: - 4 %
- Logistik: je nach Tarifstufe bis zu 2 % weniger
- Metallindustrie: noch offen wegen Tarifrunde
- Öffentliche Banken: - 4,5 %
- Öffentlicher Dienst: rund 4 % weniger
- Pflegekräfte: bis zu 1 % plus
- Rentner: rund 3 % weniger