

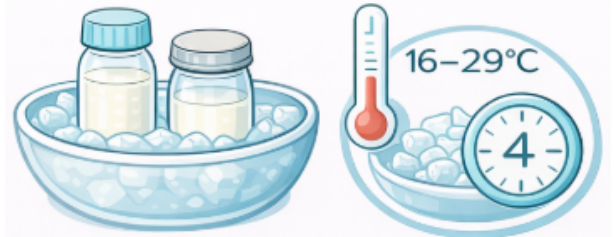
Übersicht: richtige Lagerung von Muttermilch

Vorbereitung



Hände Waschen

Vor dem Abpumpen oder der Handgewinnung Hände mit Seife waschen



geeignete Behälter verwenden

- Plastikbehälter in Lebensmittelqualität (ohne BPA und BPS)
- Glasbehälter
- Spezielle Muttermilchbeutel

Milch zusammenschütten

- Beide Behälter vorher kühlen
- frische Milch zuerst abkühlen lassen, dann zur älteren Milch hinzugeben

Lagerung von Muttermilch



Kühlschrank (4 °C)

- bis 4 Tage

Gefrierfach (-17 °C)

- 3-6 Monate



Auftauen

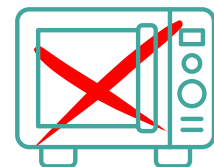
- Über Nacht im Kühlschrank (geringster Fettverlust)
- unter warmen fließendem Wasser
- im Wasserbad (max. 40°C)
- im Flaschenwärmer

Wichtige Hinweise



aufgetaute Milch

- bei Zimmertemperatur max. 2 Std.
- im Kühlschrank aufgetaut: bis 2 Tage lagerbar



Nicht in der Mikrowelle erwärmen

Tipp: Zur Fütterung möglichst nicht länger als 3 Monate lagern, da sich Nährstoffe reduzieren können.