

Vorwort:

Sollte es zum Zusammenbruch der Versorgung kommen, könnten in Deutschland Lebensmittelkarten ausgegeben werden, um wenigstens eine einigermaßen gerechte Versorgung – wenn auch auf sehr niedrigem Niveau - sicher zu stellen. Wo überall Lebensmittelkarten lagern, findet Ihr hier:

http://www.derpatriot.com/index.php?content=lokal_artikel&ID=yX-361315&RESSO

Danach stehen einer Person folgende Tagesrationen zur Verfügung:

5 Gramm Fett,
50 Gramm Brot,
25 Gramm Nahrungsmittel,
25 Gramm Käse u
50 Gramm Fleisch.

Alle diese Produkte gehören zu den so genannten „bewirtschafteten Erzeugnissen“, deren Palette vom Getreide über Hülsenfrüchte und Kartoffeln bis zu Fisch, Milch und Futtermitteln für Nutztiere reicht.

Nicht gerade viel, was da einem Menschen pro Tag zusteht und das reicht gerade, um nicht gänzlich zu verhungern. Deshalb empfiehlt sich eine Bevorratung als Ergänzung bzw. um einer einseitigen Ernährung vorzubeugen.

Allgemeines:

Die Menge der Vorräte lieber höher dimensionieren, denn in der Not finden sich immer mehr Menschen ein, die existenzielle Hilfe brauchen.

Auch als Tauschobjekt ist das eine oder andere sehr gut zu gebrauchen !

Schafft Euch einen Schnellkochtopf an. So lassen sich langwierig zu kochende, aber gut lagernde Zutaten wie getrocknete Erbsen, Linsen, Bohnen schnell zubereiten, auch in Zeiten von zeitweiligen Stromsperrern. Solltet Ihr Gasflaschen/-kartouchen verwenden, spart es enorm viel Verbrauch.

Probiert selber mehrere Rezepte aus, die Eurem Geschmack entsprechen, denn wenn es so weit ist, der Tag X kommt und Ihr aus Eurem gut gefüllten Lager eine Dosensuppe holt, werdet Ihr sehr schnell feststellen, dass das Verpackungsbild mit dem Inhalt nichts gemein hat.

Den widerlichen, künstlichen Geschmack sollte man sich nur antun, wenn sonst nichts mehr im Keller ist.

Empfehlenswert sind aber die Halbfertigprodukte aus den Konserven wie Sauerkraut, Linsen, Bohnen etc. Hier kann man noch in den Geschmack eingreifen und hat eine gewisse Flexibilität, was bei den Dosensuppen/-fertiggerichteten nicht mehr möglich ist.

Lagerung / Verfallsdatum:

Die Lagerung von Konserven dürfte im Allgemeinen kein Problem sein. Das angegebene Verfallsdatum ist in den meisten Fällen irrelevant und dient einzig und allein dem „Warenumschlag“.

Insbesondere in Essig eingelegtes Gemüse hält sich fast unendlich, auch bei Fisch in Öl ist das Verfallsdatum in der Regel Makulatur.

Voraussetzung ist allerdings die Lagerung. Als Lagerung empfiehlt sich eine kühle, dunkle und trockene Lagerung, dann sind fast alle Lebensmittel sehr viel länger haltbar, als angegeben.

Konserven kühl bei ca. 10° bis 15° C lagern ist optimal

Getreide, Trockenobst, Zwiebeln usw. ebenfalls kühl bei wenig Luftfeuchtigkeit (bis 25 %) und vor allem luftig lagern - möglichst ist Säcken aus Naturmaterial. Getreide entweder je Woche 1 x umschaukeln und dabei in die Luft werfen (es muss stauben) oder in einem Jutesack aufhängen und wöchentlich im Sack durchwälzen (darunter stellen, mit beiden Händen mehrfach nach oben drücken und schütteln)

Kartoffeln kühl – bei etwa 6°C trocken, dunkel und frostfrei lagern. Wichtig bei der Einlagerung ist eine Kartoffelhorde (Baumarkt) oder eine einfache offene Holzkiste (kein Vollholz)

Da kann Luft an die Kartoffeln, es fault nichts. <http://www.google.de/search?q=Einkellerungskartoffeln>

Alles Wurzelgemüse kann in einer Erdmiete (für größere Ernten) oder in Kisten aus Vollholz aufbewahrt werden, die mit Sand gefüllt sind. Spätestens im nächsten Frühjahr fangen die Gemüse aber an zu Treiben und müssen verbraucht werden.

Mehl und ähnliche Produkte nicht in geschlossenen Schränken sondern in Regalen aufbewahren.

Lagerungsmöglichkeiten gibt es auch in der kleinsten Wohnung, z.B der Platz über Türen, Schränken usw kann als Zwischenboden genutzt werden kann. Die meisten Konserven kann man stapeln bis zur Decke - Schlafzimmer eignen sich auf Grund der eher niedrigeren Temperaturen besonders. Und ist es nicht auch schön, wenn man frühmorgens aufwacht und seine Schätze betrachten kann und am Abend mit einem Blick auf seine Schätze beruhigt einschlafen kann, dass man auch in der nächsten Zeit nicht zu hungern braucht. Auch Schränke kann man umstellen, sodass der größte Teil der Konserven dahinter in Regalen verschwinde kann - man sollte sich mal umsehen - auch in Nischen kann man vieles unterbringen.

Für 1 Jahr sind pro Person folgende (reichlich bemessene) Vorräte angebracht:

Die Mengenangaben sind Durchschnittswerte und können natürlich für Jeden unterschiedlich aussehen - entsprechend der persönlichen Vorlieben.

Pro Person und Jahr sind (großzügig berechnet) pro Tag ca. 2 500 kcal (10 500 kJ) zu berechnen und werden durch folgende Produkte ergänzt, bzw. ausgetauscht.

Kleine Einzelverpackungen kaufen, da Lebensmittel nach Anbruch relativ schnell verbraucht werden müssen.

Kohlehydratreiche Lebensmittel

24 kg Mehl (oder Korn, wer möchte)

12 kg Grieß

36 kg Reis

36 kg Teigwaren

12 kg Zucker

12 kg Zwieback/Knäckebrot

20 Kg Schokolade, diverse

10 kg Maizena (zum Andicken von Soßen, Kaltschalen, Suppen usw.)

5 kg Sago (siehe Maizena)

5 kg Haferflocken

5 Kg Marmelade

5 kg. Schokocreame

5 kg. Kakao

5 kg Rosinen / Nüsse / Studentenfutter

5 kg Honig

5 kg Kekse

Eiweißreiche Lebensmittel

12 kg Dosenfleisch (Vollkonserven)

12 kg Milchpulver

24 kg getrocknete Linsenfrüchte (Linsen, Bohnen, Erbsen)

6 kg Dosenfisch

3 kg Volleipulver (Bezugsquelle bei Bäcker oder Konditor erfragen)

5 Kg Dauerwurst (oder mehr)

20 Gläser sauren Fisch

einige Stangen Räucherkäse (hält mehrere Monate)

Räucherschinken (möglichst Schwarzwälder -> über Holz geräuchert)

Fette und Öle

12 kg Milchpulver (Haltbarkeit meist mit 2 Jahren angegeben, in Wirklichkeit jedoch wesentlich höher)

12 kg/l Speisefett/Speiseöl

10 kg Speck (mit Zwiebeln angebraten ersetzt ein Fleischgericht)

20 Büchsen Corned Beef oder Frühstücksfleisch

20 Büchsen Thunfisch,

20 Büchsen Sardinen

20 Büchsen anderen Fisch

36 Dosen / Gläser Wurst (versch. Sorten) Leberwurst ergibt eine gute Suppe auch ohne Fleisch

20 Gläser Bockwürste

20 Gläser Mayonaise

Obst

150 grosse Konserven / Gläser (versch. Produkte und nach Geschmack)

Dörrobst (Apfelringe, Zwetschgen, Aprikosen) kann man auch selbst machen (siehe Sparsamkeit)

Rosinen / Nüsse / Studentenfutter

Gemüse

150 grosse Konserven / Gläser (versch. Produkte und nach Geschmack)

z.B.: Saure Gurken / Tomaten / Pilze / Sauerkraut / Rotkohl im Glas / Bohnen / Mischgemüse usw.

Zusätzlich als Beilage oder an Salate:

Mixpickel / saure Maiskölbchen / mariniertes Paprika / Artischockenherzen / Oliven in Gläsern / Kidney-Bohnen / Gemüsemais / geschälte Tomaten /

Sonstiges

Trockenhefe, Backpulver, Puddingpulver, Vanillezucker / Vanille-Stangen, Gelatine

Instant-Bouillon oder Brühwürfel (wer es mag), Essig, Gewürze - insbesondere asiatische wird man kaum noch bekommen. Im Mittelalter wurden Gewürze mit GOLD aufgewogen, so kostbar waren diese. Asiatische Gewürze wirken zudem antiseptisch.

Senf, Mayonnaise, Ketchup / Tomatenmark

5 Kg Kaffee (avtl. Instant-Kaffee – kann auch kalt angesetzt werden)

3 Kg Tee

6 kg Salz

Multivitamin-tabletten oder -kapseln - Anzahl je nach Präparat. Nicht vom Discounter oder aus der Drogerie holen, die Mengen an notwendigen Vitaminen kann man nur durch höhere Dosierung ausgleichen. Dann sind die Mittel aus der Apotheke am Ende doch preiswerter.

1 kg Ascorbinsäure in Pulverform (weit mehr einlagern, da auch als Ersatz für Essig oder Zitronensaft nützlich)

Einige Flaschen reinen klaren (weißen) Korn oder Wodka - eignet sich nicht nur zum Tauschen, der vorübergehender Erwärmung sondern auch zur Desinfektion von Wunden, als Einreibungen und zum Gurgeln bei eitrigen Hals- und Zahnentzündungen

Maiskörner sind ideal zum Lagern, billig und halten ewig. Die getrockneten Maiskörner können mit wenig Fett im großen Topf zum "puffen" gebracht werden, Zucker oder Salz darüber streuen, fertig ist der Snack.

Und nun etwas aus meinem Nähkästchen ----> Lebensmittelkarten:

soweit ich aus Erzählungen weiß, müssen die schon in den letzten beiden Kriegsjahren 1944 / 1945 eingeführt worden sein. Ich kann mich nur an die nach dem Krieg erinnern. Die waren so zwischen A 4 und A5 groß und jeder Monat hatte eine andere Farbe. In der Mitte war ein Feld u.a. für den Namen und die Sondermarken.

Auf diese Sondermarken gab es immer mal was Besonderes. Das wurde bekannt gemacht - aber auch ohne Bekanntmachung sprach sich so etwas schnell rum (wie zu DDR-Zeiten) und alles rannte los, um was zu ergattern.

Manchmal Seife (ecklig stinkende), mal Stopfgarn, Strick, Nägel, Bürsten, Läusekämme, Spiritus, Kerzen, Strickgarn (keine Ahnung, aus was das zusammengesponnen war, aber es wärmte weder noch behielt das daraus Gestrickte seine Form), Klopapier (Marke Sandpapier), Stopfnadeln, Papier usw. - alles also wichtige Dinge, aber natürlich immer viel zu wenig, um alle damit versorgen zu können.

Und dann gab es auch Sondermarken für Lebensmittel: Eier, Kartoffeln z.B. oder Ersatzkaffee (der 3 x aufgebriht wurde) aus Roggen, geröstet und gemahlen, eine wahre Wonne gegen den Kaffee aus Eicheln (brrrrrrr).

Für Nährmittel, Fette und ich glaube auch für Fleisch/Wurst (aber meist gab es nur Knochen mit ein paar Fetzen Fleisch dran) gab es Einzelmarken, je nachdem wie man eingestuft wurde. Für Kinder und Schwangere gab es einen Liter Milch pro Woche, später dann etwas mehr.

Und dann ging das große Rechnen los - Nährmittel: entweder Brot oder Nudeln oder Mehl oder Zucker, es gab nicht von allem alles und reichte bei weitem nicht, um satt zu werden.

Beim Einkaufen musste man selbst das Einwickelpapier, die Tüten und Gläser mitbringen.

Ich habe mal die Tagesration an Brot der ganzen Familie (3 Weiber und ich) auf einmal aufgefressen - ja gefressen. Das waren 4 Scheiben !!! Vor dem Brotkasten war ein Schloss und der Kasten war IMMER verschlossen, bis auf einmal.

Das hatte ich mit meinen Luchsaugen entdeckt - Kasten auf, das Brot rausgerissen, unters Bett geflüchtet, damit es niemand sah und beidhändig in den Mund gestopft. Danach war es mir schlecht, vermutlich, weil ich es gar nicht richtig durchgekaut habe, sondern nur reingeschlungen aus Angst es könnte mir einer wegnehmen, bevor es alle war.

Und die ganze Familie saß danach da und heulte und ich hatte ein schlechtes Gewissen. Die heulten aber nicht, weil sie nun nichts zu essen hatten, sondern weil ich so einen Hunger hatte und sie mir nicht mehr geben konnten.

Die Geschäftsleute mussten diese Marken, die sie vorher von den Karten abgeschnippelt hatten, auf Bögen kleben und beim Bürgermeisteramt abgeben, weil es ja nicht so viele Farben gab (grau, gelb, blau, rot, grün aber alles nur dreckige verwaschene Farben) und wenn man gewollt hätte, hätte man im 6. Monat die schon mal abgeschnittenen Marken wieder verwenden können - das musste natürlich unterbunden werden.

Meine Patentante hatte eine Fleischerei und wir haben dann 1 - 2 x in der Woche immer abends dort gegessen und geklebt wie die Weltmeister - natürlich nur auf Zeitungspapier und selbst das war rar. Dafür gab es dann auch mal ein Stückchen Wurst extra.

Irgendwann gab es dann auch Rossschlächtereien. Dort bekam man für so ein paar Marken etwas mehr Fleisch und Knochen. Aber vor dem Geschäft standen Massen von Menschen und nie hat es für alle gereicht. Ein einziges Mal hatten wir das Glück etwas zu bekommen, ein Riesepaket war das und meine Oma hat 3 Tage gebrutzelt und eingekocht und eingelegt ... und natürlich weggeschlossen.

++++

Lebensmittelkarten:

Kuckt dir doch an wie sie mit LEBENSMITTEL umgehen. Es wird alles weggeschmissen. Und wenn ältere Menschen schimpfen weil man LEBENSMITTEL wegschmeißt - dann LACHT MAN SIE AUS. Wenn ältere Menschen von "Vorrat" reden werden sie blöd angeschaut. Was kann der moderne Mensch um ans Lebensmittel zu kommen? Richtig ins Supermarkt gehen. Das aber die Supermärkte innerhalb DREI TAGE ausverkauft sein können - wenn es zum runter kommt - wissen 99,5% (ältere Menschen nicht mitgezählt) nicht.