

# Checkliste für die Wahl der Meal Prep Boxen

- Material prüfen:** Entscheide dich für Glas, BPA-freien Kunststoff oder Edelstahl basierend auf deinen Vorlieben und Bedürfnissen.
  - Glas** ist ideal für Geschmacksneutralität und Vielseitigkeit.
  - BPA-freier Kunststoff** ist leicht und oft kostengünstiger.
  - Edelstahl** ist robust und langlebig, aber nicht für die Mikrowelle geeignet.
- Auslaufsicherheit:** Stelle sicher, dass die Behälter 100% dicht sind, um Unfälle zu vermeiden.
- Mikrowellen-, Spülmaschinen- und Ofenfestigkeit:** Überprüfe, ob die Behälter für Mikrowelle, Spülmaschine und/oder Ofen geeignet sind, je nachdem, wie du sie verwenden möchtest.
- Stapelbarkeit:** Wähle Behälter, die gut im Kühlschrank und Schrank stapelbar sind, um Platz zu sparen.
- Größen und Formen:** Entscheide dich für verschiedene Größen und Formen, um eine Vielzahl von Mahlzeiten und Snacks vorbereiten und lagern zu können.
- Ersatzteile verfügbar:** Prüfe, ob Ersatzdeckel oder Dichtungsringe erhältlich sind, um die Langlebigkeit der Behälter zu maximieren.
- Benutzerfreundlichkeit:** Achte darauf, dass die Behälter leicht zu öffnen und zu schließen sind und eine einfache Reinigung ermöglichen.