

Rund ums Ei

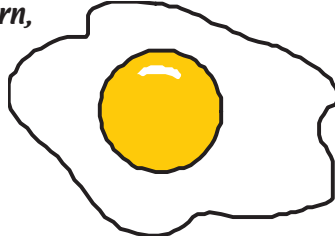
Eier bei Momo sind immer Bio-Eier.

- Was macht ein Bio-Ei aus?
- Woran erkennen Sie ein Bio-Ei?
- Herkunft ▪ Stempel ▪ Gewichtsklassen

-Was macht ein Bio-Ei aus?

▪ Gutes Futter

Bio-Eier stammen von Hühnern, die mit Bio-Getreide und Bio-Hülsenfrüchte gefüttert werden. Sojaschrot, der preiswert importiert wird und zur Fütterung von konventionellen Hühnern eingesetzt wird, ist beim Bio-Bauern ebenso verboten wie gentechnisch veränderte Zutaten.



Hühnerfutter, wie die Natur es gibt:

- regional erzeugtes Bio-Getreidefutter
- rein pflanzliches Futter
- ohne Antibiotika, Dotterfarbstoff, Medikamente und synthetische Leistungsförderer

▪ Viel Raum, tiergerechte Haltung

Bio-Hühner haben freien Auslauf im Stall und im Freien. Frischluft und Tageslicht sind bei Bio-Hühnern vorge-schrieben, ebenso wie ausreichend Platz zum Scharren, Picken und Staubbaden. Die Hühner sollen möglichst artgerecht gehalten werden, mit Grünauslauf bei gutem Wetter und Wintergarten bei Schmuddelwetter. Hühner aus Bio-Haltung haben daher auch fast doppelt so viel Platz zur Verfügung wie konventionelle Hühner.

▪ Klare Kennzeichnung

Bio-Eier erkennt man am Bio-Logo. Sowie anhand des Stempels auf dem Ei: Beginnt der Erzeugercode mit einer „0“, so handelt es sich um einen Bio-Betrieb. Die zusätzliche Angabe „Bioland“ oder „Naturland“ weist auf den höheren, besseren Bio-Standard hin. Die EU-Richtlinie allein ist zwar ein Schritt in die richtige Richtung, aber nicht ausreichend. Ein weiterer Hinweis auf ein Bio-Ei: Aufgrund des Ver-zichts auf künstliche Farbstoffe im Futter ist das Eidot-ter bei Bio-Eiern meist hellgelb und nicht dunkelorange.

▪ Keine Schadstoffe,

keine Medikamentenrückstände

Bio-Eier werden regelmäßig auf Agrarchemikalien hin untersucht. Der Verzicht auf chemisch-synthetische Pflanzenschutzmittel gewährleistet, dass Bio-Eier schadstofffrei sind.

Sie enthalten anders als konventionelle Eier auch keine Rückstände von Medikamenten, von Dioxin oder PCB.

▪ Aktiver Tier- und Umweltschutz

durch kurze Transportwege, artgerechte Haltung, biolo-gischen Landbau

Woran erkennen Sie ein Bio-Ei?

▪ Die Herkunft

Bei Momo finde Sie Eier folgender Herkunft:

- Hof Alpermühle erzeugt nach Naturland-Richtlinien. Ställe finden sich im Oberbergischem sowie in den Niederlanden.
- Biolandhof Altfeld sowie Wening haben ihren Sitz im Münsterland.



▪ Der Stempel auf dem Ei

Die erste Zahl bezeichnet die Haltungsform.

Eine „0“ für ökologische Erzeugung.

Es folgen 2 Buchstaben für die Herkunftsbezeichnung, zB „DE“ für Deutschland.

Schliesslich die Betriebs- und die Stallnummer.

▪ Die Gewichtsklassen

Hühner kennen keine genormten Gewichtsklassen für Eier. Unterschiedliche Eiergrößen liegen in der Natur des Eierlegens. Und das geht so:

- Junge Hühner legen in den ersten Monaten überwie-gend kleine Eier in den Größen S und M.
- Ein Huhn im mittleren Alter legt mittelgroße Eier in der Größe M und L.
- Ein erwachsenes Huhn legt dann große Eier in der Größe L und XL.

Dann gibt es noch XXL Eier, das sind doppel-dottrige, sehr große Eier, wo zwei Eier mit einer Schale umhüllt sind.

Rund 80% der Eier entfallen auf die Größe L und M. Es passiert immer wieder, dass mal die eine oder andere Eiergröße nicht so verfügbar ist. Das liegt hauptsäch-lich am Lebensalter der Hühner und an der Jahreszeit. Vor Ostern werden die M- Eier zum Färben gebraucht und stehen als frische Verkaufseier nicht zur Verfü-gung.

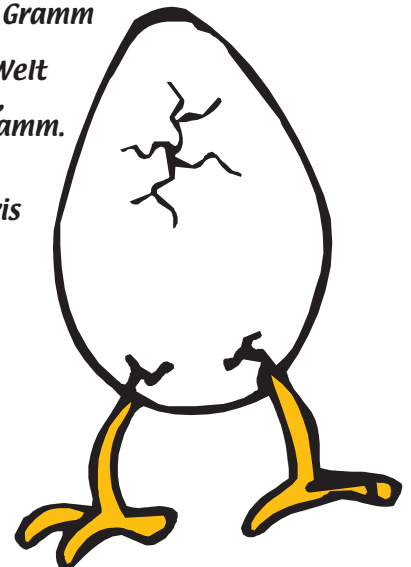
In den Sommerferien werden junge Hühner eingestallt, die von Herbst bis Frühjahr mittelgroße Eier legen und von Frühjahr bis Sommer hauptsächlich große Eier le-gen. In den Sommerferien werden die Althennen gegen Junghennen ausgetauscht und das „Eierjahr“ beginnt von vorne.

Die europaweit gültigen Gewichtsklassen für Hühnereier sind:

- XL für Eier über 73 Gramm
- L für Eier über 63 Gramm
- M für Eier über 53 Gramm
- S für Eier unter 53 Gramm

Das dickste Ei der Welt ist das Straussenei, es wiegt 1,8 Kilogramm.

Das kleinste Ei ist das eines Kolibris mit 0,2 Gramm.



Rund ums Ei - Teil zwei



- Die Eier-Schalen-Farbe.
- Lagerung.
- Haltbarkeit.
- Der Frische-Test.

• Die Eier-Schalen-Farbe

Braune Eier, weisse Eier, bunte Eier
Nicht die Farbe des Gefieders legt die Hühnereierschalenfarbe fest, sondern die Farbe der „Ohrscheiben“, der Haut rund um den Gehörgang.

Doch warum haben wir nur braune Eier?
Das hat einen ganz handfesten Grund: Die Hühner, welche weiße Eier legen sind leicht und können hoch über jeden Zaun fliegen. Die Hühner, welche braune Eier legen sind gemütlicher, bleiben am Boden und „büxen“ nicht aus.

Bunte Ostereier
Die Bauern des Mittelalters zahlten ihre Pacht meist am Gründonnerstag und in Form von Eiern. Das letzte Ei, das die Bauern ihren „Herren“ zahlten, wurde rot gefärbt. Daraus entstand der Brauch, Eier zu Ostern zu verzieren.

• Lagerung

Die Lagerung bei Ihnen zu Hause ist heute gut möglich; schließlich gibt es Kühlschränke.

Dort halten sich Eier recht lang, und zwar mit der Spitze nach unten.

Wichtig ist, die Eier nicht warm zu lagern sowie Temperaturwechsel zu vermeiden. Denn wenn Kondenswasser auf der Schale entsteht wird die natürliche Schutzschicht des Eis abgewaschen.

Selbst beim ganz normalen Hühnerei gibt es einiges zu entdecken. Das fängt schon bei der Schale an. Was so dicht und undurchlässig aussieht, ist in Wirklichkeit porös und überaus löchrig. Denn die Eierschale birgt eine Vielzahl an Poren; ihre Zahl schwankt je nach Eigröße zwischen 8.000 und 10.000.

Dass sich Eier keineswegs mit ihrer Schale gegen die Außenwelt abschirmen, erfährt beispielsweise derjenige, der sie zu lange lagert. Denn im Lauf der Zeit verdunstet die Flüssigkeit des Eis durch die Poren, die Luftblase am stumpfen Ende wird größer, die Eimasse geringer. Wenn man ein altes Ei schüttelt, kann man hören, wie der eingetrocknete Inhalt hin und her wackelt. Weil die Schale luftdurchlässig ist, nehmen Eier auch schnell Gerüche aus der Umgebung auf, in der sie gelagert werden. Wer das weiß, kann unliebsame Überraschungen leicht verhindern.

Um den unverfälschten Geschmack der Eier zu erhalten, sollte man darauf achten, sie nicht in der Nähe von intensiv riechenden Lebensmitteln aufzubewahren. Zu den missliebigen Nachbarn gehören beispielsweise Fisch, Käse, Essig, Südfrüchte und Gewürze. Auch Waschmittel, Kartoffeln und Zwiebeln sind keine gute Gesellschaft für Eier.

Außerdem mögen sie es gar nicht, fürs Kochen und Backen in der Nähe des Herdes gelagert zu werden. Denn die dort entstehenden Gerüche dringen natürlich ebenso leicht durch die Schale.

Wer es also nicht darauf angelegt hat, mit „ungewöhnlichen Aromen“ zu experimentieren, sollte die Eier im geruchsneutralen Karton aufbewahren und stark riechende Lebensmittel gut einpacken. Damit keine störenden Düfte wehen.

• Haltbarkeit

Wir kennzeichnen unsere Eier mit dem Mindesthaltbarkeitsdatum: Dazu rechnen wir zum Legetag 28 Tage hinzu. Die Eier sind während der Mindesthaltbarkeit für alle Zwecke verwendbar.

Zum Backen und Kochen können sie ohne Bedenken auch über das Mindesthaltbarkeitsdatum hinaus verarbeitet werden. Wichtig ist dann das gute Durchgaren des Gerichtes.

Gekochte und gefärbte Ostereier hingegen sind bis zu 6 Wochen haltbar.

• Der Frische-Test

Die Frische von Lebensmitteln gilt als ein wichtiges Qualitätsmerkmal- aus gutem Grund. Denn gerade frische Produkte sind in der Regel besonders gesund und schmackhaft. Das trifft nicht nur für Obst und Gemüse zu, sondern auch für Eier.

Der beste Eiergeschmack allerdings stellt sich drei Tage nach dem Legen ein und bleibt dann zwei Wochen erhalten.

Eiern sieht man es allerdings äußerlich nicht an, wie alt sie sind. Doch es gibt einige Methoden, mit denen sich überprüfen lässt, ob ein Ei vor kurzem gelegt oder schon länger gelagert wurde: und zwar ohne es deswegen zerschlagen zu müssen.

Für den bekanntesten Test benötigen Sie nur ein Glas mit Wasser, in das Sie das Ei legen. Sinkt es zu Boden, handelt es sich um ein ganz junges Exemplar; auch wenn sich das stumpfe Ende leicht aufrichtet, haben Sie es noch mit einem frischen Ei zu tun. Alt ist es allerdings, wenn es an der Oberfläche schwimmt.

Die Erklärung dafür: Bei frischen Eiern liegt die Größe der Luftkammer am stumpfen Ei-Ende unter 6 Millimeter. Je älter das Ei, desto größer die Luftkammer, weil mit der Zeit durch die poröse Eischale Flüssigkeit verdunstet. Da so die Eimasse abnimmt, kann man ein altes Ei auch durch Schütteln nahe am Ohr entlarven: Der geschrumpfte Inhalt „poltert“ hin und her...

Der Wasser-Test lässt sich übrigens auf die Spitze treiben, indem Sie auf einen Liter 100 bis 120 Gramm Kochsalz geben. Dadurch steigt die Tragfähigkeit des Wassers und nur gerade dem Nest entnommene Eier bleiben am Boden liegen. Sind sie einen Tag alt, schweben sie bereits frei über dem Glasboden. Nach sechs Tagen kommen sie der Oberfläche nahe, danach gehen sie gar nicht mehr auf Tauchstation. Je mehr Kochsalz im Wasser aufgelöst wird, desto unbarmherziger fällt dieser Test aus.

Für den unmittelbaren Verzehr eignen sich allerdings selbst solche Eier, die schon vier Wochen alt sind. Und sogar Eier, die sich beim Test als Meisterschwimmer entpuppen, können noch ohne Bedenken zum Backen verwendet werden- sofern sie nicht unangenehm riechen.

Rund ums Ei - Teil drei



- Frische Eier Teil II.
- Eier- Löffel.
- Eier-Knigge: Köpfen oder Klopfen ?

▪ Frische Eier

Wer früher zu Weihnachten ausreichend Eier im Vorrat haben wollte, der musste rechtzeitig vorsorgen: Denn im Winter legten die Hühner nicht genügend, um den Bedarf für die kalte Jahreszeit und fürs Fest zu decken.

Das lag vor allem an den äußeren Umständen der Haltung- häufig fehlten auf den Höfen ideale Hühnerställe. Die Tiere verfügten zwar über genügend Auslauf, hatten im Herbst und Winter aber keinen geschützten Aufenthaltsraum. Die Ställe waren kalt, nass und dunkel, die Hühner Zugluft ausgesetzt. Das mochten die Tiere überhaupt nicht und legten daher nur noch wenige Eier. Deshalb wurden bereits in den Monaten August und September Eier für die Weihnachtsbäckerei eingelagert. Zur Lagerung wickelte man die Eier in feines Seidenpapier und legte sie dicht aneinandergepackt in einen kühlen, trockenen dunklen Raum. Größere Mengen wurden auch in Flüssigkeiten wie Kalkwasser oder Natronwasserglas konserviert. So gelagert behielten die Eier ihre guten Backeigenschaften für mehrere Monate.

Heute sind selbst im Winter genügend tagesfrische Eier aus artgerechter Haltung erhältlich.

Dies deshalb, weil die Bio-Hühner bessere Lebensbedingungen als früher geboten bekommen. Die Ställe sind isoliert und daher warm und trocken, reichlich Einstreu trägt zum Wohlfühl bei. Aus diesem Grund bleiben die Tiere den Winter über fleißig.

▪ Eier-Löffel

Vielleicht haben Sie auch schon einmal so eine unangenehme Überraschung erlebt: Sie freuen sich auf ein leckeres Frühstücksei, nehmen den ersten Löffel und legen ihn gleich wieder weg. Denn das Ei schmeckt irgendwie muffig, stumpf und unangenehm metallisch. Daran ist in diesem Fall mit Sicherheit nicht das Ei schuld, sondern der Löffel, wahrscheinlich ein silbernes Exemplar. Silberlöffel aber vertragen sich grundsätzlich nicht mit Eiern.

Das liegt an einem chemischen Vorgang: Beim Kochen wird im Ei Schwefelwasserstoff freigesetzt, der mit dem Silber des Löffels reagiert. Der läuft schwarz an, ein neuer Stoff entsteht- Silbersulfid. Das Ei wird damit ungenießbar.

Genauso verhält es sich, wenn gekochte garnierte Eier auf einem Silbertablett serviert oder Frühstückseier mit Silbermessern geköpft werden. Was sonst zu einer feinen Gesellschaft gehören mag, verdirbt hier den Geschmack.

Perfekten Eigenuss versprechen dagegen Löffel aus Horn, Knochen oder Plastik. Bereits seit Menschengedenken wird Horn und Knochen zur Herstellung von Besteck und anderen Gegenständen des täglichen Bedarfs verwendet. Es soll allerdings nicht in der Spülmaschine, sondern nur mit lauwarmem Wasser gereinigt werden. Geschmacksneutral wie Horn ist auch ein Löffel aus Plastik. Wer es gern edler mag, kann auch Eierlöffel aus Perlmutter verwenden. Das Material wird aus den Schalen großer Muscheln gewonnen. Auch Löffel aus Edelstahl gelten mittlerweile als geeignet. Die Palette der Möglichkeiten reicht also von ganz schön edel bis preiswert und schlicht- je nach Geschmack und Geldbeutel. Nur das Tafelsilber, das passt nicht zum Ei.

▪ Eier-Knigge: Köpfen oder Klopfen

Manche Fragen scheinen einfach unlösbar zu sein und führen schon seit Jahrhunderten zu hitzigen Debatten. Dazu gehört das Rätsel, was wohl zuerst da wahr: Huhn oder Ei?

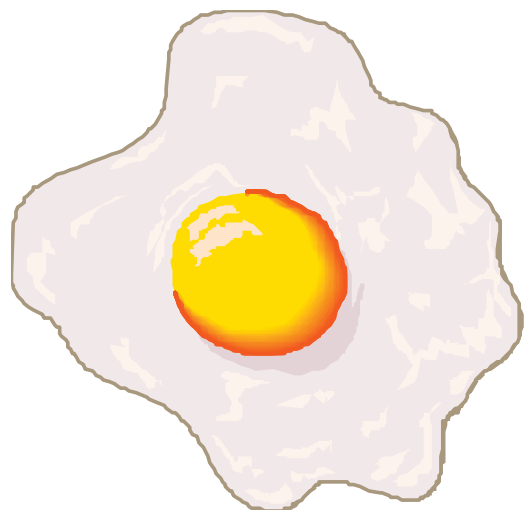
Wahre Glaubenskriege werden bis heute auch darüber ausgefochten, wie man mit Anstand an den köstlichen Inhalt eines gekochten Eis rankommt- durch köpfen oder aufklopfen?

Früher galt es als übler Verstoß gegen die Tischsitten, ein Ei zu köpfen. Eier durften nicht mit dem Messer in Berührung kommen. Ein solches „Schneideverbot“ galt auch für Gemüse und andere Speisen, denn die nicht anlaufgeschützten Messerklingen liefen bei der Berührung mit manchen Säuren schnell blauschwarz an- was nicht nur unappetitlich aussah, sondern sich auch auf den Geschmack der Speisen auswirken konnte. Also wurde das Ei an seiner Spitze mit einem Löffel aufgeklopft und der obere Teil abgehoben oder gepellt. Diese Methode gilt bei vielen noch heute als einzige der Etikette entsprechende Variante.

Manche sehen es aber lockerer. Nachdem das Anlaufen in Zeiten von Edelstahlmessern Schnee von gestern ist, gestattet Inge Wolf auch das Köpfen- aber nur für Geübte, „damit der Eihut nicht wie eine Rakete über den Tisch fliegt“, wie die Vorsitzende des „Arbeitskreises Umgangsformen International“ schreibt. Außerdem rät Inge Wolf: „Dosieren Sie Ihren Hieb genau und setzen Sie ihn auch ziemlich weit oben an. Sonst besteht die Gefahr, dass noch flüssiges Eigelb

wie Lava bei einem Vulkanausbruch nach allen Seiten herunterfließt.“

Wer angesichts solcher Bilder die dezente Variante mit aufklopfen und pellen bevorzugt, sollte um ein Phänomen wissen: Bei allzu frischen Eiern lässt sich die Schale kaum vom Eiweiß lösen. Auch wer sein Ei gern aufs Brot schneidet, stellt bei zu frischen Exemplaren fest, dass das Eiweiß abbröckelt, gleichgültig, ob es nun fünf oder zehn Minuten gekocht hat.



bitte wenden ->

- Eier- Becher.
- Eier abschrecken.
- Fischgeruch in Eiern.

• Eier-Becher

Es gibt sie in den verschiedensten Formen, Farben und Materialien: Eierbecher. Ob als edles Designer-Objekt oder schlichtes Plastikteil ohne sie wäre es ganz schön schwierig, ein Ei mit Sitte und Anstand auszulöffeln. Denn wenn die untere Hälfte des gekochten Eis umkippt, läuft bekanntlich das noch flüssige Eigelb raus. Und von Klementine, aus der Waschmittel- Werbung von früher wissen wir, dass „Ei, Blut, Kakao“ zu den hartnäckigsten Flecken zählen.



Vielleicht sind Eierbecher deshalb schon bei den Römern bekannt gewesen. Erst seit dem 17. Jahrhundert tauchen sie regelmäßig in mitteleuropäischen Adelskreisen auf, natürlich aus edlem Material wie Gold und Silber, mit Juwelen verziert. Becher aus Silber gehören immer noch zu den traditionellen Geschenken, etwa zu Taufen.

Die heutige Form der Eierbecher mit der runden Öffnung, in der das Ei „thront“, begann ihren Siegeszug von Frankreich aus. Während einer Übergangszeit gab es in Deutschland wendbare Becher mit einer runden und einer ovalen Öffnung. Denn hier zu Lande legte man damals noch das kaum gekochte Ei längs in das Gefäß und löffelte es nach dem Aufklopfen nicht aus, sondern tunkte Brot hinein, bis die Schale leer war.

Um Flüssiges ging es auch bei zweckentfremdeten Eierbechern, in denen ein Apotheker aus New Orleans sein Brandweingemix servierte. Da die Amerikaner das französische Wort für Eierbecher „coquetier“, nicht aussprechen konnten, machten sie „cocktail“ daraus- so jedenfalls will es die Legende.

Heute zählen Eierbecher zu Kultobjekten, beispielsweise das „Huhn Sonja“, der klassische DDR-Eierbecher von Sonja-Plastik. Die Vielfalt der Aufbewahrungsmöglichkeiten bildet ein Paradies für Sammler: aufblasbare Mini- Schwimmringe, Basketballkörbe aus Draht, Kunststoff-Hände, Ufo-Becher stellen mittlerweile die schlichteren Varianten mit aufgedruckten Ansichten von Ferienorten oder Hotels in den Schatten. Doch für welches Modell auch immer Sie sich entscheiden: Es kommt vor allem auf dessen Inhalt an.

• Der Eierschreck

Eier abschrecken, also nach dem Kochen unter kaltem Wasser abkühlen, hat entgegen der volkstümlichen Annahme keinen Einfluss auf das Schälverhalten. Das Abschrecken dient allein dem Beenden des Kochvorgangs, also damit ein weiches Ei, Minuten nach dem Kochen auf dem Frühstückstisch, auch dann noch ein weiches ist, denn sonst brodelt es innerlich weiter.

Ob ein Ei einfach zu schälen ist oder nicht, hängt allein mit der Frische des Eis zusammen. 7 bis 14 Tage nachdem das Ei gelegt wurde lässt es sich am besten schälen.

• Fischgeruch in Eiern

„Entscheidend ist, was oben reinkommt“, könnte man in Abwandlung eines Worts von Altkanzler Kohl sagen- jedenfalls bezogen auf den Geschmack eines Hühnereis. Denn was die Tiere füttern, bestimmt nicht nur die Farbe des Eidotters, sondern auch, ob ein Ei mundet oder nicht. Es ist erstaunlich, welche Folgen der Speisezettel der Hühner für den Eigeschmack haben kann. Das werden vor allem diejenigen bestätigen, die sich an früher erinnern, als noch Fischmehl im Hühnerfutter verwendet wurde- mit den entsprechenden Folgen für das Aroma des Eis. Diese Zeiten sind glücklicherweise vorbei. Heute gilt, was schon das Buch „Geflügelzucht“ im Jahr 1924 hervorhob: „Den feinsten Geschmack haben die Eier derjenigen Hühner, welche viel zartes Grün und Körner fressen“.

Frisch geschrotetes Futter und genügend Auslauf mit einem ausgewogenen natürlichen Nahrungsangebot, vor allem eisenhaltige Grünpflanzen, z.B. Brennesseln, führen zu einem gesunden, schmackhaften Ei. Auf diese Weise werden Fehler in der Fütterung vermieden, die zu Geschmacksveränderungen führen können. Bekannt sind solche Effekte, wenn altes Futter ranzig oder falsch zusammengesetzt ist, etwa durch zu hohe Bestandteile an Raps und Ackerbohnen. In den alten Geflügelzuchtbüchern aus dem frühen 20. Jahrhundert wird außerdem davor gewarnt, dass die Eier einen muffigen Geschmack annehmen, wenn die Hühner sehr viele Maikäfer fressen! Und selbst eine andauernde Fütterung mit Zwiebelresten würde ihre Spuren hinterlassen. Es kommt also auf die richtige Mischung des Futters und seine einwandfreie Qualität an.

Es geschieht selten, aber doch immer mal wieder: Sie schlagen Ihr Frühstücksei auf und verziehen sofort die Nase- es stinkt nach Fisch! Die Erklärung dafür ist schnell zur Hand: „Fischmehl, die haben die Hühner bestimmt mit Fischmehl gefüttert!“ Wissenschaftler vom „Institut für Tierzucht“ der „Bundesforschungsanstalt für Landwirtschaft“ haben eine Erklärung gefunden. Verursacht wird der Fischgeruch von dem Stoff Trimethylamin (TMA). Die TMA-Vorläufersubstanzen sind in vielen Futtermitteln enthalten, nicht nur im Fischmehl. In der Regel sorgt die Verdauung der Hühner dafür, dass TMA im Darm zu TMA-Oxid umgewandelt wird und geruchlos den Körper verlässt. Bei manchen Tieren aber klappt das nicht, und zwar nur bei solchen, die braune Eier legen. Wegen einer genetisch bedingten Stoffwechselstörung wird bei diesen Hühnern das TMA nicht verarbeitet und landet im Eidotter. Bei weißschaligen Eiern ist das Problem dagegen unbekannt.

Deswegen muss man aber jetzt nicht die Farbe wechseln. Denn die Zuchtexperten gehen neue Wege: Die braun legenden Hühner werden erstmal auf den Stoffwechsel-Defekt getestet. Wenn sie die Störung in sich tragen, werden diese Hennen nicht weitergezüchtet und können so die Anlagen nicht vererben. Auf diese Weise soll das Phänomen nach und nach völlig verschwinden. Dann müssen auch die Genießer braunschaliger Eier nicht mehr fürchten, am Frühstückstisch überrascht zu werden.

Rund ums Ei - Teil fünf



- Das Gelbe vom Ei.
- Einschlüsse im Ei.
- Das Weiße vom Ei.

▪ Das Gelbe vom Ei

Warum die Dotterfarbe schwankt.

Längst ist es sprichwörtlich geworden, das „Gelbe vom Ei“. Dass es aber manchmal gar nicht so gelb ist, wie der Volksmund sagt, sondern eher orange oder noch dunkler, wirft immer wieder Fragen auf.

Das Wichtigste gleich vorweg: Einfluss auf den Geschmack des Eis hat die Dotterfarbe nicht. Dennoch besitzt sie Bedeutung, was die optischen Vorlieben der Konsumenten angeht. So mögen die europäischen Kunden eine eher dunkle Farbe, während beispielsweise in den USA ein helles Gelb bevorzugt wird.

In der konventionellen Hühnerhaltung ist es kein großes Problem, die gewünschte Schattierung zu erzielen. Dem Futter werden einfach synthetische Farbstoffe zugesetzt. Das ist bei unseren Bio-Eiern ausdrücklich verboten.

Sie erhalten ihre Dotterfarbe durch die natürlichen farbgebenden Stoffe im Bio-Futter, allen voran durch Mais und Weizen: Mais erzeugt ein kräftiges, Weizen ein helleres Gelb. Das Grün im Auslauf sowie Luzernegrünmehl machen sich kaum bemerkbar, da sich die Hühner in erster Linie vom Getreidefutter ernähren.

Unterschiede ergeben sich jedoch bei der Futtermischung. Weil die Hennen bei uns in kleinen Gruppen gehalten werden, ist nicht jede Schrotung und Mischung identisch. Außerdem sorgen die Tiere selbst dafür, dass Eigelb nicht gleich Eigelb ist. Denn die starken Hennen dominieren die Futterplätze und picken sich die dicksten gelben Brocken heraus.

So kann die Dotterfarbe auch innerhalb einer Hühnerherde unterschiedlich sein. Bio-Eier sind eben kein standardisiertes Massenprodukt. Sie werden in kleinen Haltungen unter natürlichen Bedingungen gelegt. Hierher rühren die Unterschiede bei Geschmack und Dotterfarbe, die in der konventionellen Hühnerhaltung so nicht zu entdecken sind.

Dass sich oft sogar die Jahreszeiten auf die Farbe der Eidotter auswirken, zeigt sich vor allem im September. Dann hängt der haushohe Holunderstrauch voller schwarzer Beeren - ein gefundenes Fressen für die Hühner. Falls das Gelb Ihres Frühstückseis also einmal eher Dunkelgelb leuchtet, wissen Sie, was im Auslauf auf dem Speiseplan stand.

▪ Einschlüsse im Ei

Gelegentliche Einschlüsse im Ei, rote oder braune Flecken, sind unbedenkliche Blut- oder Fleischflecken. In der Handelsklasse A soll das nicht vorkommen, deshalb geben wir kostenlosen Ersatz.

▪ Das Weiße vom Ei

Hühnereier sind etwas Besonderes - nicht nur, was den Geschmack angeht.

Vor allem das Eiklar besitzt vielfältige Eigenschaften, die z.B. bei Enteneiern fehlen. Das weiß jeder, der einmal versucht hat, Eiklar von Enteneiern zu Schaum zu schlagen: ein Vorhaben, das auch nach stundenlangen Mühen nicht gelingt.

Im Hühnereiklar dagegen stecken Proteine, die beim Schlagen gerinnen und dem Schaum Festigkeit geben. Diese Bindekraft wurde auch zur Herstellung von Farben genutzt. Und bis heute setzen Winzer bei der Weinherstellung frisches Eiklar ein, um zu herbe Weine milder zu machen, ohne deren Geschmack zu verändern - eine Technik, die schon die alten Römer kannten.

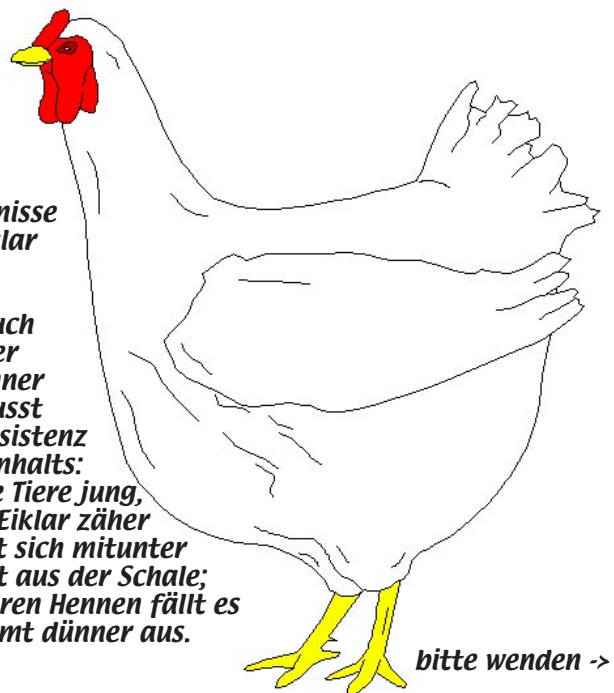
Mit rund 58 Prozent ist das Eiklar Hauptbestandteil eines Hühnereis. Es umgibt schützend den Eidotter, aufgeteilt in vier Schichten. Beim Aufschlagen lassen sich zumindest zwei deutlich unterscheiden: Unmittelbar am Dotter sitzt zähflüssiges Eiklar, die äußere Schicht weist dagegen eine dünnere, wässrige Beschaffenheit auf.

Für viele gilt der Zustand des Eiklars als Altersindikator: Läuft beim Aufschlagen das Eiweiß weit auseinander, ist das Ei alt; bei frischen Eiern zerläuft das dünne Eiklar weniger.

Doch wie bei jeder Faustregel gibt es auch hier Ausnahmen. Denn vor allem im Sommer läuft das Eiklar auch bei frischen Eiern weiter auseinander als im Winter. Das liegt am Durst der Hühner: Wenn es heiß ist, trinken sie größere Mengen Wasser als sonst im Jahr - was sich beim Eiklar niederschlägt, das wässriger wird. Das haben schon unsere Großmütter beobachtet. Nicht umsonst heißt es im Volksmund: Im Sommer genügen drei Eier, um die Pfanne zu füllen, im Winter braucht es fünf. Natürlich muss zusätzlich beachtet werden, dass in der warmen Jahreszeit der Alterungsprozess der Eier schneller abläuft.

Damit sind aber immer noch nicht alle Geheimnisse ums Eiklar gelöst.

Denn auch das Alter der Hühner beeinflusst die Konsistenz des Ei-Inhalts: Sind die Tiere jung, ist das Eiklar zäher und löst sich mitunter schlecht aus der Schale; bei älteren Hennen fällt es insgesamt dünner aus.



bitte wenden ->

Rund ums Ei - Teil sechs

- Sol-Eier Rezept
- Eier-Preis
- Eier-Ersatz
- Eier-Energie & Nährwert
- Weiterführende Informationen



▪ Sol- Eier als Partysnack

Früher gehörte es zur Kneipe wie Stammtisch und Zapfhahn: das große Glas mit Sol- Eiern auf der Theke. Nicht nur, weil es sich dabei um einen beliebten Snack handelte, sondern auch, weil Sol- Eier dem Alkohol „Substanz“ entgegensetzten.

Inzwischen beginnt in der Gastronomie die Renaissance des Sol- Eis und zunehmend werden die Leckerbissen auch auf Partys angeboten- nicht nur zu Silvester. Sol- Eier können jedes Grillfest und jede Party bereichern. Vor allem lassen sie sich mit geringem Aufwand schon Tage vor der Feier zubereiten.

Das „Sol“ im Namen steht für „Sole“, ein Wort, das stark salzhaltiges Wasser bezeichnet, aus dem in Salinen oder auf Gradierwerken Salz gewonnen wird. Im Zusammenhang mit Eiern geht es bei Sole aber um Salzbrühe zum Einlegen. Das war früher eine beliebte Möglichkeit, Lebensmittel über längere Zeit aufbewahren zu können. Denn sehr salzige Lebensmittel bieten Mikroorganismen kaum Möglichkeiten zum Wachstum und sind lange haltbar.

Heute gelten Sol- Eier als Delikatesse, die sich leicht selbst herstellen lassen. Es gibt viele Rezeptvarianten, daher nur eine Anleitung als Beispiel:

Zutaten:

- 12 Eier
- 1 Liter Wasser
- 50 Gramm Salz
- 3 bis 4 getrocknete Chilischoten
- 2 Thymianzweige
- 2 Schalotten
oder 1 kleinere Zwiebel
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Teelöffel Kümmel



Die Eier werden in zehn bis zwölf Minuten sehr hart gekocht, anschließend die Schalen eingeschlagen. Für die Sole das Wasser mit den Zutaten aufkochen und zehn Minuten bei kleiner Flamme köcheln. Eier in ein Glas legen, den Sud durch ein Sieb darübergießen und abkühlen lassen. Das Glas verschließen und an einen kühlen Ort stellen. Zwei Tage lang sollten die Eier mindestens durchziehen, nach vier bis fünf Tagen schmecken sie am besten.

Zum Essen das Ei schälen, halbieren, das Eigelb vorsichtig herausnehmen und die Grube mit Essig, Öl, Senf oder einer eigenen Soßenkreation füllen. Dann das Eigelb wieder aufsetzen und ab damit in den Mund.

Einen guten Appetit und schöne Gartenfeste!

▪ Eier- Preis

15 Eier der Größe L wiegen zusammen 1 Kilo. Angenommen ein Ei kostet 35 Cent, dann kostet ein Kilo Eier 5,25 Euro. Das ist nicht viel.

▪ Eier- Ersatz

Kein Ei im Haus? Vegane Ernährung? 2 Esslöffel Sojamehl ersetzen ein Ei in Ihrem (Back-)Rezept.

▪ Eier- Energie

Der Energiefaktor, den das Huhn zur Herstellung eines Eis verbraucht, liegt irgendwo zwischen 4 und 7, das heisst das die 4- bis 7-fache Menge an Getreide-Energie verfüttert wird, um entsprechende Eier-Energie zu erhalten. Andere tierische Produktionen benötigen die 9- 15 fache Energie.

▪ Eier- Nährwert

im Hühnerei je 100g essbaren Anteils, circa:

Energie
155 kcal - 646 kJ

Hauptnährstoffe
Eiweiss 13g - Kohlenhydrate 1g - Fett 11g

Vitamine in mg
Vit.A 0,27 - Vit.E 2,02 - Vit.K 0,05 - Vit.B1 0,1
Vit.B2 0,31 - Vit.B6 0,08 - Folsäure 0,07

Mineralstoffe in mg
Natrium 144 - Kalium 147 - Calcium 56 - Phosphor 216
Magnesium 12 - Fluor 0,1 - Eisen 2,1-

▪ Weiterführende Informationen

Weitere Informationen zum Thema Legehennenverordnung und Eierkennzeichnung finden Sie auf der Webseite des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft unter:
-> www.freiheit-schmeckt-besser.de

Verbandsregelungen bei
-> bioland.de
-> naturland.de

Sobald es Eier in Demeter-Qualität gibt würden wir diese bevorzugt anbieten.
-> demeter.de

momo-raoul

