



© G. Homolka "die umweltberatung"

Ostereier - bio und natürlich gefärbt!

"die umweltberatung" empfiehlt dem Osterhasen Bio-Eier und Naturfarben

Bunte Bilder von glücklichen Hühnern am Bauernhof zieren die Verpackung – doch die Realität ist grau. Der Großteil der konsumierten Eier stammt immer noch aus Massentierhaltung. Wie Sie ganz leicht ein Bio- oder Freilandei von Eiern aus Bodenhaltung unterscheiden können, hat "die umweltberatung" übersichtlich für Sie zusammengefasst. Tests zeigen, dass immer noch problematische, Allergie auslösende Farben am Markt sind. Mit unseren Färbetipps und Tricks ist garantiert, dass Sie Ihre Bio-Eier nicht in gesundheitsbedenkliche Farbbäder legen.

Zu Ostern gehören gefärbte Eier einfach dazu! Kinder lieben es, im Garten nach versteckten Eiern und Süßigkeiten zu suchen. Aber kein Ei gleicht dem anderen. Eines ist groß, eines ist besonders schön gefärbt und ein drittes ist nach EU-Bio-Verordnung kontrolliert. Für welches würden Sie sich entscheiden?

Ich wollt' ich wär' ein Bio-Huhn!

Hühner, die Freilandei und Bio-Eier legen, haben genügend Auslauf und können ihre natürlichen Verhaltensweisen ausleben.

Alle anderen Hühnerhaltungsformen sind weit von diesen Standards entfernt, auch wenn die Bilder auf den Verpackungen uns pickende Hühner im Grünen zeigen - die Realität sieht anders aus.

Kontrolliert biologisch

Legehühner aus biologischem Landbau genießen besondere Rechte. Sie bekommen täglich biologisches, gentechnikfreies Biofutter. Die tiergerechte Haltung ist hier besonders wichtig – die Tiere können scharren, Nester bauen, ein Sandbad nehmen oder auch ihrer Lieblingsbeschäftigung, dem Picken nachgehen. Die Mindestgröße von Stall und Auslauffläche ist gesetzlich vorgeschrieben. Pro Quadratmeter Stall dürfen maximal sechs Hennen gehalten werden. Die Tiere dürfen regelmäßig ins Freie und pro Tier müssen 4 m² Auslauf zur Verfügung stehen.

Freilandhaltung

Freilandhaltung bedeutet, dass jedes Huhn freien Auslauf hat. Der Stall muss mit Tageslicht ausgeleuchtet

sein, die Hühner müssen auch im Stall die Möglichkeit haben zu scharren und ihre Eier direkt in Nester zu legen. Auch Sitzstangen sind gesetzlich vorgeschrieben. Die Tiere werden artgerecht gehalten und können ihren natürlichen Trieben folgen. Die Tiere haben tagsüber Auslauf ins Freie. Jedem tierschutzgeprüften Freilandhuhn stehen 10 m² zur Verfügung.



© M. Kupka "die umweltberatung"

Bodenhaltung

Die Bodenhaltung ist nicht tiergerecht! Die Hühner werden in fensterlosen, künstlich belichteten Hallen gehalten. Die Tiere erblicken ihr Leben lang kein Tageslicht und dürfen nie ins Freie. Der Boden ist nur zum Teil eingestreut, der übrige Bodenbereich besteht aus Latten und Gitterrosten. Neun Tiere pro Quadratmeter sind erlaubt. Durch diesen Platzmangel werden die Tiere oft aggressiv und verletzen sich mit gegenseitigem Picken. Um das zu verhindern, werden den Tieren oft die Schnäbel auf schmerzvolle Weise gestutzt.

Käfighaltung

Käfighaltung ist die billigste Art der Haltung und für die Tiere eine Qual. Tausende Hühner werden in kleinsten Käfigen gehalten. Einem Huhn steht nur eine Fläche von ca. 550 cm² zur Verfügung, das entspricht nicht einmal der Größe eines A4-Blattes. Es gibt weder Sitzstangen noch Nester. Die Käfige stehen in langen, meist drei- bis fünfstöckigen Reihen. Der Lärm ist durch das Hühnergeschrei kaum zu ertragen. Die Bedingungen sind für die Tiere gesundheitsschädlich. Eine laufende medikamentöse Behandlung ist oft unvermeidbar.

Versteckte Eier aus Käfighaltung

Die Käfighaltung ist seit 2012 in der EU verboten. Tierschutzorganisationen kritisieren jedoch, dass trotzdem noch Käfigeier, teilweise sogar aus illegaler Produktion, in verarbeiteten Produkten wie Kuchen, Gebäck, Teigwaren, Süßspeisen oder Saucen zu finden sind. Auf den Zutatenlisten dieser Produkte ist eine Deklaration der Haltungsbedingungen nicht vorgeschrieben - Gastronomie und die Nahrungsmittelindustrie greifen immer noch auf Importeier aus Käfighaltung zurück. Wer auf Käfigeier ganz verzichten will, muss auf Bio umsteigen.

Kennzeichnung: Null heißt Bio

Seit 2004 wird jedes Ei mit einem Code gekennzeichnet, der Auskunft über Haltungsform, Herkunft und Haltbarkeit gibt. Somit ist es ganz einfach für Sie, ein Bio-Freilandei aus Österreich zu erkennen.



© M. Kupka "die umweltberatung"

- 0 = aus biologischer Landwirtschaft
- 1 = aus konventioneller Freilandhaltung
- 2 = aus Bodenhaltung
- 3 = aus Käfighaltung
- AT = aus Österreich
- 1234567 = Erzeuger-Code
- MHD = Mindesthaltbarkeitsdatum

UNSERE TIPPS

- Sie können Eier durchaus nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums zum Kochen oder Backen verwenden. Verdorbene Eier erkennen Sie ganz sicher am Geruch!
- Lagern Sie Eier am Besten mit der Spitze nach unten im Kühlschrank, dann sind sie länger haltbar.
- Gekochte Eier halten im Kühlschrank ca. 14 Tage.

Natürlich bunte Ostereier!

Seit dem 19. Jahrhundert ist es Brauch, zu Ostern Eier bunt zu färben und zu verschenken. Die bunten Eier symbolisieren das Leben und die Fruchtbarkeit. Beim Färben kann man getrost auf synthetische Farben verzichten, denn die Natur bietet eine bunte Farbpalette. Mit Früchten, Wurzelteilen und Zwiebelschalen lassen sich sehr schöne Rot-, Gelb- und Violett-Töne erreichen. Naturfarben kann man ganz einfach selbst herstellen. Das macht vor allem Kindern Spaß!

So wird's gemacht

Verwenden Sie einen möglichst alten Emailletopf, da sich manchmal nicht alle Farbstoffe entfernen lassen. In Edelstahltopfen können sich die Farben verändern, sie sind daher nicht so gut geeignet.

- Bereiten Sie die Färbebäder nach Rezept zu, lassen Sie den Sud abkühlen und seihen Sie ihn dann ab.
- Wenn man den Sud nicht abseiht und die Eier da-

rin färbt, ergeben die schwimmenden Pflanzenteile hübsche Muster auf der Eischale.

- Ein mitgekochter Eisennagel kann die Farbe verstärken.
- Die Eier werden in einen Topf mit den verschiedenen Suden gelegt und zugedeckt einmal kurz aufgekocht. Anschließend wird der Herd abgedreht und der Topf auf der heißen Herdplatte gelassen. Die Eier werden hart und man spart so bis zu 60 % Energie. Lassen Sie die Eier im Topf bis sie die gewünschte Farbe haben.
- Vorsichtig werden die Eier aus dem Topf genommen und auf einem Küchentuch getrocknet.
- Mit ein paar Tropfen Öl oder Speck reibt man die gefärbten Eier ein, das verschließt die Poren, sorgt für eine gute Haltbarkeit und bringt die Eier zum Glänzen.

Die Farben:

Curcuma (goldgelb)

Geben Sie 2 gehäufte Esslöffel fein gemahlene Curcuma-Wurzel in einen ½ Liter Wasser und lassen Sie es zehn Minuten kochen. In diesem Sud werden die Eier zehn Minuten hart gekocht.

UNSER TIPP

Fair gehandeltes Curcuma aus dem Weltladen!

Holunderbeeren (schokoladenbraun)

Weichen Sie 4 Esslöffel getrocknete Holunderbeeren eine halbe Stunde in 1 l warmen Wasser ein und lassen Sie die Mischung anschließend ca. 40 Minuten zugedeckt köcheln. Den Sud abkühlen lassen und abseihen. Anschließend werden die Eier darin kurz aufgekocht und solange darin liegen gelassen, bis die Farbe gefällt.

Holundersaft (violett)

Kochen Sie 0,5 l Holundersaft (Muttersaft) mit 0,5 l Wasser auf und legen Sie die Eier gleich in den Sud. Hier werden die Eier zehn Minuten hart gekocht.

Heidelbeeren getrocknet (Beerentöne)

Kochen Sie 1 Liter Wasser mit 20 g Heidelbeeren auf und lassen Sie das Gemisch zehn Minuten köcheln. Anschließend werden die Eier darin hart gekocht.

Rote Rüben (rot)

Schälen Sie 4 rote Rüben. Lassen Sie diese 45 Minuten zugedeckt köcheln. Danach seihen Sie die Rüben ab und versetzen den Sud mit einem Schuss Essig. Anschließend werden die Eier im Farbbad hart gekocht.

Zwiebelschalen (rot – rotbraun)

Geben Sie zwei Handvoll Zwiebelschalen in 1 Liter Wasser und lassen es 20 Minuten kochen. Legen Sie die bereits gekochten Eier, je nach gewünschtem Farbton, bis zu einer Stunde ein.

Naturfarben fix & fertig

Eine andere Möglichkeit, Eier natürlich zu färben, ist die Verwendung von fertigen Pflanzenausügen. Diese erhalten Sie als Natureierfarben im Bioladen. Die Farben sind ähnlich einfach wie künstliche Eierfarben zu verwenden, sind jedoch nicht gesundheitsschädlich.

Für Kinder sind Eiermalfarben auf der Basis von Pflanzenextrakten besonders lustig. Diese können sie wie Wasserfarben mit einem Pinsel auf die Schale auftragen. Fertige Farben sowie Rohstoffe erhalten Sie in Bioläden, Reformhäusern, Apotheken und Drogerien.

Kein Ei gleicht dem anderen!

Mit Blättern lassen sich wunderschöne Muster bilden. Waschen und trocknen Sie die noch rohen Eier ab. Danach feuchten Sie ein Kleeblatt oder andere kleine Pflanzenblätter auf der Vorderseite an. Legen Sie das Blatt mit der feuchten Seite auf das Ei und drücken es ein wenig an, sodass es gut haftet. Knöpfen Sie einen ca. 10 cm langen Nylonstrumpf auf einer Seite zu und ziehen ihn vorsichtig über das Ei. Halten Sie dabei das Blatt mit einem Finger fest, damit es nicht verrutscht. Dehnen Sie den Strumpf gut und streifen ihn glatt. Danach knöpfen Sie ihn auf der zweiten Seite zu. Legen Sie das Ei ins Färbbad und kochen Sie es hart. Danach nehmen Sie das Ei aus dem Sud und fönen es an der Stelle, an der sich das Blatt befindet. Zuletzt ziehen Sie das Blatt behutsam ab und erhalten ein wunderschönes Muster.

UNSERE TIPPS

- Verwenden Sie weiße und braune Eier, so kommen verschiedene Farbschattierungen zustande.
- Erzeugen Sie Muster, indem Sie mit einem kleinen Pinsel Zitronensaftkonzentrat auf die Eierschale auftragen. Das Ei nimmt an dieser Stelle dann keine Farbe an.
- Polieren Sie die gefärbten Eier mit einer Speckschwarte oder Öl, das bringt die Eier zum Glänzen und verlängert die Haltbarkeit.



© K. Foglar-Deinhardstein "die umweltberatung"

Mogelpackung im Eikarton

Jahrelang wurden Eier mit synthetischen Farbstoffen gefärbt, die im Verdacht stehen, Asthma und Allergien auszulösen. Mittlerweile hat Greenpeace grünes Licht für Supermarktware gegeben. Doch wo Eier lose verkauft werden, besteht das Problem weiterhin, denn für unverpackte, gekochte und gefärbte Eier gibt es keine verpflichtenden Kennzeichnungsbestimmungen. So können mit der derzeitigen Regelung den KonsumentInnen weiterhin weit gereiste Käfigeier untergejubelt werden, die von Hennen stammen, die mit gentechnisch verändertem Futter aufgezogen wurden und mit problematischen Farbstoffen gefärbt wurden.

KURZ GESAGT

Bevorzugen Sie Eier aus kontrolliert biologischer Landwirtschaft.

Mit Bio-Eiern bekommen Sie mehr Dotter für Ihr Geld. Bio-Eier haben ein deutlich höheres Dottergewicht und sind garantiert gentechnikfrei. Die Eier schmecken nicht nur besser, sondern stammen garantiert von glücklichen Hühnern.



© K. Foglar-deinhardstein "die umweltberatung"

ZUM NACHLESEN

Mehr zu Farbstoffen finden Sie auf:

www.marktcheck.at

WEITERE INFORMATIONEN von "die umweltberatung"

**Rezepte für übrig gebliebene
Ostereier finden Sie auf:**

www.umweltberatung.at/rezepte

Die **Videoanleitung** zum Eierfärben finden Sie auf

www.youtube.com/umweltberatung



**RUFEN SIE UNS AN,
WIR BERATEN SIE GERNE!**

"die umweltberatung" Wien
01 803 32 32
service@umweltberatung.at
www.umweltberatung.at