



© M.Kniel "die umweltberatung"

## Ostereier - bio und natürlich gefärbt!

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

In Österreich werden jährlich ca. 1,9 Milliarden Eier verbraucht. Obwohl die Verpackungen bunte Bilder von glücklichen Hühnern am Bauernhof zeigen, stammt nach wie vor ein Großteil der konsumierten Eier aus Käfig- und Bodenhaltung. Welche Unterschiede es in den Haltungsformen gibt und wie Sie ganz leicht ein Bio- oder Freilandei erkennen können, hat "die umweltberatung" übersichtlich für Sie zusammengefasst. Mit den zusätzlichen Tipps und Tricks zum umweltfreundlichen Eierfärben braucht sich Ihr Osterhase nicht mehr zu verstecken.

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!

Reichlich Auslauf, die Möglichkeit zu scharren, Nester zu bauen oder ein Sandbad zu nehmen – das macht ein Huhn zum glücklichen Huhn. Hühner, die Freilandei und Bio-Eier legen, führen ein solches Leben. 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.

### Käfighaltung

Die Käfighaltung ist in Österreich seit 2009 verboten, jedoch bis 2011 in der EU gestattet. Importierte Eier oder Eiprodukte können weiterhin aus Käfighaltung stammen. Sie ist die billigste Haltungsform. Dabei werden tausende Hühner in kleinsten Käfigen gehalten. Einem Huhn steht nur eine Fläche von ca. 550 cm<sup>2</sup> 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 erträglich. Die Bedingungen sind für die Tiere gesundheitsschädlich. Eine laufende medikamentöse Behandlung ist oft unvermeidbar.



© k. foglar-deinhardstein "die umweltberatung"

### Bodenhaltung

Auch 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.

### 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 m<sup>2</sup> zur Verfügung.

### Kontrolliert biologisch

Legehühner aus biologischem Landbau genießen besondere Rechte. Sie bekommen täglich biologisches,



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

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 m<sup>2</sup> Auslauf zur Verfügung stehen.

### 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.

### Versteckte Eier aus Käfighaltung

Die Käfighaltung ist in der EU zwar verboten, trotzdem landen Käfigeier noch sehr oft in unseren Mägen. Die Gastronomie und die Nahrungsmittelindustrie greifen immer noch auf Importeier aus dem Osten zurück. Dort ist die Käfighaltung erlaubt und auf den Zutatenlisten von Kuchen, Gebäck, Teigwaren, Süßspeisen & Co ist eine Deklaration der Haltungsbedingungen nicht vorgeschrieben. Wer auf Käfigeier ganz verzichten will, der muss auch hier auf Bio umsteigen.

### UNSER TIPP

- 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 Farbreste entfernen lassen. In Edelstahltopfen können sich die Farben verändern, sie sind daher nicht so gut geeignet.

- Reiben Sie die gekochten, kalt abgeschreckten Eier mit einem in Essig getunkten Schwamm ab. Naturfarben halten dadurch besser.
- Um störende Fingerabdrücke zu vermeiden, poliert man die noch nassen Eier mit einem Küchenpapier trocken.
- Wenn die bereits gekochten Eier in das Färbebad eingelegt werden sollen, geben Sie zum Eierkochwasser 1 - 2 Esslöffel Essig dazu.
- Man kann die Pflanzenteile mit Wasser kochen, abseihen und die Eier in der Brühe ca. 10 Minuten hart kochen oder die Eier direkt im pflanzenhaltigen Sud kochen. Die schwimmenden Pflanzenteile erzeugen oft hübsche Muster auf der Eierschale.

### 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 ist im Weltladen erhältlich!

### Holundersaft (violett)

Kochen Sie 0,5 l Holundersaft (Muttersaft) mit 0,5 l Wasser auf und legen Sie gleich die Eier 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 (braungelb – goldbraun)

Geben Sie mindestens eine Handvoll Zwiebelschalen in ½ Liter Wasser und lassen es 20 Minuten kochen. Legen Sie die bereits gekochten Eier, je nach gewünschtem Farbton, zwischen einer Stunde und 30 Minuten ein.

### Naturfarben fix & fertig

Eine andere Möglichkeit, Eier natürlich zu färben, ist die Verwendung von fertigen Pflanzenauszügen. Diese erhalten Sie als Natureierfarben im Bioladen. Die Far-



ben sind ähnlich einfach wie künstliche Eierfarben zu verwenden, sind jedoch nicht gesundheitsschädlich.

Für Kinder sind Eiermalereien auf der Basis von Pflanzenextrakten besonders lustig. Diese können sie wie Wasserfarben mit einem Pinsel auf die Schale aufgetragen.

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 Färbebad und kochen 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.

#### UNSER TIPP

- 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, das bringt die Eier zum Glänzen und verlängert die Haltbarkeit.

## Synthetische Farbstoffe

Greenpeace und Ökotest haben synthetische Farbstoffe unter die Lupe genommen. Konventionelle, fertig gefärbte Eier schneiden dabei schlecht ab. Es werden nämlich bedenkliche Farbstoffe eingesetzt. Leider machen die Farben nicht immer bei der Schale Halt und dringen oft bis ins Ei ein und werden mitverzehrt. Einige Farbstoffe stehen im Verdacht, Asthma und Allergien auszulösen und auch Krebserkrankungen zu fördern.

### 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"

Die Natur bietet eine bunte Farbpalette

### WEITERE INFORMATIONEN

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

[www.umweltberatung.at/rezepte](http://www.umweltberatung.at/rezepte)

**Mehr zu Farbstoffen finden Sie auf:**

[www.marktcheck.at](http://www.marktcheck.at)

"die umweltberatung" verrechnet für die Zusendung von Infomaterialien Versandkosten. Viele Materialien können Sie auf [www.umweltberatung.at/downloads](http://www.umweltberatung.at/downloads) kostenlos herunterladen.

## VOM WISSEN ZUM HANDELN



**Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!**

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

"die umweltberatung"  
02742 718 29  
niederosterreich@umweltberatung.at

Text: Mag.<sup>a</sup> Michaela Knieli "die umweltberatung" Wien  
April 2011

