



Fakten, Fakten, Fakten...

Grüner Dotter, das Ei muss schlecht sein

- Die Lagerdauer des Eis hat mit der Verfärbung wenig zu tun.
- Wenn sich das Eidotter grün verfärbt, liegt das an einer langen Kochzeit von über 10 Minuten – bei hart gekochten Eiern ist das nicht ungewöhnlich.
- Die grünliche Schicht auf dem Eidotter ist Eisensulfid. Das bildet sich aus im Dotter freigesetztem Eisen und Schwefelwasserstoff im Eiweiß. In der im Ei vorkommenden Konzentration ist Eisensulfid harmlos, Sie können die Eier mit dem gefärbten Dotter also problemlos verzehren (so lange sie nicht anderweitig verdorben sind).

Ob das Ei noch gut ist...

- Eier können zwei Wochen nach Ablauf des MHDs noch ohne Bedenken verzehrt werden. Einzige Ausnahme ist, wenn Sie Eier für Speisen wie Tiramisu oder andere Desserts, die nach rohen Eiern verlangen, verwenden. In dem Fall sollten die Eier so frisch wie möglich sein. Dies geht aus einer Empfehlung der Verbraucherzentrale hervor.
- Riechen die Eier faulig, sollten Sie sie lieber wegwerfen. Das Gleiche gilt, falls die gekochten Eier bereits faserig schmecken, dann besser nicht weiter essen. Kochen Sie Eier hart und verzehren diese nicht am gleichen Tag, müssen sie nicht sofort entsorgt werden. **Hartgekochte** Eier halten im Kühlschrank etwa ein bis zwei Wochen. Industriell bemalte Ostereier sind wegen eines Schutzlackes sogar noch länger haltbar.

Sollen Eier in den Kühlschrank?

- In Nordamerika werden Eier im Kühlschrank gelagert. Hierzulande wird sogar davon abgeraten und empfohlen Eier bei Zimmertemperatur zu lagern. In Deutschland kauft man Eier im Supermarkt oder aber auf dem Wochenmarkt direkt vom Bauern. Dort werden sie meist ungekühlt in der Auslage angeboten. Wer aber in den USA im Supermarkt nach Eiern sucht, wird im Kühlregal fündig.
- Hierzulande aber gilt der Rat, Eier bei Zimmertemperatur zu lagern. Der Grund dafür ist ganz einfach. Eier werden bei uns nicht wie in Nordamerika gewaschen. Aus Sorge vor Salmonellen oder anderen Verunreinigungen waschen auch manche Verbraucher bei uns rohe Eier nach dem Einkauf ab oder reinigen sie. Das sei allerdings nicht empfehlenswert, sagt die Verbraucherzentrale. Eier haben eine natürliche

Schutzschicht. Wird die beschädigt, können Keime leichter in das Innere des Eis gelangen - der Grund, warum die Eier in Nordamerika gekühlt werden müssen.

- Damit Eier nicht kontaminiert werden, wird in Europa vorgesorgt. Dafür werden Hühner beispielsweise gegen Salmonellen geimpft und darauf vertraut, dass die Schale des Eis von Natur aus gegen Keime und Bakterien schützt.

Die Faustregel besagt: Hat das Ei noch seine natürliche Schutzschicht, sollte man es besser bei Zimmertemperatur lagern. So wird das Ei nicht feucht und es gibt keinen Nährboden, auf dem Bakterien wachsen können.

Braune Eier schmecken besser

- Die Farbe der Eischalen sagt nichts über den Geschmack des Eis aus. Es kann lediglich sein, dass braune Eier ein kleines bisschen stabiler sind, da die Schale mehr Kalk enthält.

Am liebsten ein frisches Ei zum Frühstück

- Davon können wir nur abraten: ganz frische Eier lassen sich abgekocht sehr schlecht schälen.
- Sehr frische Eier haben nur eine kleine Luftblase im Inneren, Eihaut und Schale sind eng miteinander verbunden. Beim Abpellen kleben beide Häute noch an der Schale fest, wodurch das durch das Kochen fest gewordene Eiklar mit abreißt.
- Es spielt keine Rolle, ob Sie Ihre Eier hart- oder weichkochen. Je älter Eier werden, desto mehr Luft dringt durch die Schale nach innen, gleichzeitig treten Kohlenstoffdioxid und Wasser aus. Dies führt zu einem Lösen der beiden Eihäute voneinander, das innere Häutchen haftet am Eiklar, das äußere an der Schale. Hierdurch lassen sich die Eier besser abpellen. Aus diesem Grund sollten Sie keine lege-frischen Eier kochen und abpellen, erst nach drei bis fünf Tagen haben sich die beiden Eihäute leicht voneinander getrennt.

Hauptsache, Abschrecken, dann klappt es auch mit dem Schälen

- Es ist ein Irrglaube, dass Sie Eier unbedingt kalt abschrecken müssen, damit sich die Schale besser lösen lässt. Das Abschrecken dient bei weich gekochten Eiern vielmehr dazu, dass das Innere Eigelb nicht durch die noch bestehende Hitze nachgart und sich verfestigt. Kurz abgeschreckt bleibt das Eigelb bei entsprechender Kochzeit flüssig.
- Zudem können Sie die Eier besser anfassen, ohne sich die Finger zu verbrennen. Ein hart gekochtes Ei hingegen sollte nicht abgeschreckt werden, wenn es nicht sofort verzehrt wird. Das eindringende Wasser schwemmt Bakterien unter die Schale, die schnell zu Zersetzungsprozessen führen.

Fällt Ihnen sonst noch etwas ein? Wir versuchen gerne alle Ihre Fragen zu beantworten,

Ihr Geflügelhof Eichinger