Landwirtschaftskammer Steiermark

Presseinformation

Graz, 11. April 2019

Ostereier-Tipps

Glatte Schale. Eier mit möglichst glatter Schale sind zu bevorzugen, denn auf ihnen haftet die Farbe am besten. Auf rauer Schale wird der Farbton weniger intensiv. Des Weiteren werden bei Eiern mit weißer Schale die Farben klarer als bei braunen Schalen. Kleine Eier, die in der Regel von jungen Hühnern gelegt wurden sind robuster als große Ovale. Der Grund ist die dickere Schale, die beim Kochen und Färben vor haarfeinen Sprüngen besser schützt. Was unbedingt noch im Geschäft geprüft werden sollte, ist die vollkommene Unversehrtheit der Schalen jeden Eies. Zudem gilt die Devise: möglichst frisch.

Doch wie frisch ist das Ei? Bei verpackten Eiern ist auf dem Karton das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) angegeben. Es ist das Datum, dass 28 Tage nach dem Legetag auf dem Kalender steht. Bis zu diesem Datum garantiert der Hersteller die Haltbarkeit. Vorausgesetzt die Eier wurden richtig gelagert. Für das perfekte Osterei sind 7 bis 14 Tage alte Eier am besten. Denn sie verfügen bereits über eine etwas vergrößerte Luftkammer im Inneren des Eies. Damit können beim Kochen Druckunterschiede ausgeglichen werden und es ermöglicht ein gutes Schälen.

Frischetest. Lässt sich das Alter eines Hühnereies nicht mehr nachvollziehen, kann die Frische über einen einfachen Test geprüft werden. Das Ei wird in ein mit Wasser gefülltes Glas getaucht. Sinkt es auf den Boden, ist es frisch. Bleibt es an der Wasseroberfläche, ist das Ei nur noch durcherhitzt zu verzehren. Das Ei schwimmt oben, da sich mit zunehmendem Alter die Luftblase im Inneren vergrößert.

Schutzschicht erhalten – Zwischenlagerung. Rohe Eier haben auf ihrer Schale eine natürliche Schutzschicht. Sie verhindert ein Eindringen von unerwünschten Keimen. Dieser Selbstschutz bleibt aber nur dann wirksam, wenn die Eier nicht gereinigt oder häufigen Temperaturschwankungen ausgesetzt sind. Zur Zwischenlagerung im Haushalt ist eine Aufbewahrung im Kühlschrank empfehlenswert. Am besten im Ei-Fach oder in einer Eierkartonage. Auf keinen Fall ungeschützt und direkt neben Lebensmittel mit starkem "Aroma" lagern, denn rohe Eier nehmen leicht Fremdgerüche über die Poren der Eierschale auf.

Eier hart kochen – so geht's. Eier vor dem Kochen auf Zimmertemperatur erwärmen lassen. Das schützt vor dem Platzen der Eischale. Zum Kochen die Eier in sprudelnd heißes Wasser geben und je nach Größe 10 bis 12 Minuten kochen lassen. Erhitzt man die Eier im kalten Wasser, darf die Garzeit erst dann berechnet werden, wenn das Wasser zu kochen anfängt. Ein deutlicher Nachteil der "Kaltmethode": Das Eiklar verteilt sich nicht gleichmäßig um den Dotter.

Mit kaltem Wasser abschrecken? Ja, wenn es sich um Frühstückseier handelt, die gleich gegessen werden. Nein, bei Ostereiern, die ein paar Tage aufbewahrt werden. Das Abschrecken des Eies mit kaltem Wasser beendet ganz rapide den Garvorgang, das ist für die exakte Berechnung der Kochzeit ein Plus. Jedoch können mit dem Abschreckwasser Bakterien durch feinste Schalenrisse in das Innere des Eies gelangen. Werden diese Eier bei Raumtemperatur gelagert, sind sie bereits nach wenigen Tagen verdorben. Nicht abgeschreckte Eier bleiben deutlich länger – bis zu einem Monat - haltbar.

Blau-grüne Verfärbung nach dem Kochen. Die grünliche Verfärbung des Eidotterrandes sieht zwar nicht sehr appetitlich aus, ist aber weder schädlich noch führt sie zu geschmacklichen Veränderungen. Sie entsteht durch eine Reaktion des im Eidotter vorhandenen Eisens mit Schwefelverbindungen aus dem Eiklar. Das dadurch entstehende Eisensulfid ist für die Verfärbung verantwortlich.

Kontakt: Mag. Rosemarie Wilhelm, rosemarie.wilhelm@lk-stmk.at, 0316/8050-1280, 0664/1836360