

# Färben mit Holundersaft und Spinat

### Gekochte Ostereier halten sich bis zu vier Wochen / Tipps für das Bemalen

Leipzig (AFP) • Ob gekocht, gefärbt oder ausgepustet: Zu Ostern schnellert der Eierverbrauch in die Höhe. Wer Eier von glücklichen Hühnern bevorzugt, auf künstliche Farben verzichten will und auch nach Ostern noch bunte Eier übrig hat, sollte einiges beachten:

**Wie lässt sich die Herkunft erkennen?**

Wer zu Ostern Eier von glücklichen Hühnern bemalen und essen will, muss genau hinschauen. Halterungsart und Herkunft lassen sich am Stempelaufdruck ablesen. Die erste Ziffer steht für die Halterungsart, wobei 0 die ökologische Halterungsart kennzeichnet, die besonders hühnerfreundlich ist.

Die Ziffer 1 steht für Freilandhaltung, 2 für Bodenhaltung und 3 für Käfige, wobei Käfigeier inzwischen den geringsten Anteil ausmachen.

Die Buchstaben nach dem Bindestrich geben Auskunft über das Herkunftsland, etwa DE für Deutschland oder NL für die Niederlande. Zuletzt folgt die Kennung des Herstellerbetriebs.

**Gibt es wegen der Vogelgrippe überhaupt genügend Eier?**

Ja, aber es gibt zu Ostern insgesamt weniger Freiland- und Bioeier. Denn die Eier von Legehennen, die wegen der Vogelgrippe nicht mehr ins Freie konnten, müssen als Eier aus Bodenhaltung deklariert werden.

**Ist auch bei gefärbten Eiern aus dem Supermarkt die Herkunft erkennbar?**

Nein, denn gekochte und gefärbte Eier müssen keinen Stempel tragen. Dahinter verstecken sich Verbraucherschützern zufolge aber oft Käfigeier. Wer Wert auf artgerechte Tierhaltung legt, sollte Eier also lieber selbst färben.

**Wie lässt sich der Frischegrad von Eiern erkennen?**

Rohe Eier haben ein Mindesthaltbarkeitsdatum von 28 Tagen, gerechnet ab dem Tag des Legens. Das Datum steht auf der Verpackung, so dass sich das Alter der Eier errechnen lässt. Wer dennoch unsicher ist, macht den Schwimmtest und taucht das Ei in ein mit Wasser gefülltes Glas.

Ein frisches Ei taucht bis auf den Boden. Ältere Eier richten sich teilweise auf oder steigen langsam nach oben. Grund dafür ist die Luftkammer im Ei, die umso größer wird, je älter das Ei ist. Schwimmt ein Ei unter der Wasseroberfläche, ist es mindestens vier Wochen alt und für den Verzehr nicht mehr geeignet.

**Was ist bei künstlichen Ostereierfarben zu beachten?**

Spezielle Eierfarben aus dem Handel wie Brausetabletten, bunte Stifte oder Malkästen sind Verbraucherschützern zufolge meist unbedenklich. Einige der Farbstoffe könnten bei empfindlichen Menschen aber allergieähnliche Reaktio-



Wenn Kinder Ostereier färben, dann können die Eltern einmal Farbe im Handel kaufen oder aber auch auf natürliche Stoffe wie Holundersaft zurückgreifen. Foto: dpa

nen wie Hautrötungen oder Juckreiz auslösen.

**Welche natürlichen Alternativen gibt es?**

Es gibt im Handel auch natürliche Eierfarben. Eier können aber auch genauso gut mit Farben aus der Natur verschönert werden. Rote Bete und rote Zwiebelschalen ergeben prima Rottöne, schwarzer Tee, Zwiebel- und Walnusschalen sorgen für Farbtöne

von Goldgelb bis Braun. Grün werden Eier durch Spinat oder Petersilie und blau bis lila durch Rotkohlblätter oder Holundersaft. Der Sud aus einem halben Liter Wasser, einem Schuss Essig und 250 Gramm Pflanzenteilen sollte 30 bis 45 Minuten kochen, bevor die Eier hineingegeben werden.

**Wie lange sind hart gekochte und gefärbte Eier haltbar?**

Bei Eiern fürs Osternest ist darauf zu achten, dass sie nicht beim Kochen angeknackst werden. Ist die Schale beschädigt, können Keime eindringen, und die Eier verderben schneller. Sie sollten dann in den Kühlschrank gelegt und innerhalb weniger Tage gegessen werden.

Ansonsten halten sich gekochte und selbst gefärbte Eier bei Zimmertemperatur bis zu vier Wochen problem-

los, sofern sie nicht abgeschreckt werden.

Gefärbte Supermarkteier sind mit einem speziellen Schutzlack behandelt und mehrere Wochen haltbar, sofern die Schale intakt ist. Das Niedersächsische Landesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit stellte aber wiederholt fest, dass industriell gefärbte Eier bei Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatums verdorben waren.