

Was das Ei alles kann ...

Das Ei hat eine harte Schale mit viel Inhalt. Es ist nährstoffreich und hat die besten Eigenschaften für die Verwendung in der Küche.



Das **Ei** – ein geniales Lebensmittel!
Seine wertvollen Inhaltsstoffe machen es zu einem der **nährstoffreichsten** Lebensmittel. Durch seinen perfekten Aufbau ist es sehr lange haltbar.



#dieesserwisser

Vollei

Verwendung als **Bindemittel** und auch als Lockerungsmittel bei der Zubereitung von Hackfleischspeisen, Mehl-, Grieß- und Kartoffelknödel sowie Backwaren.

Eigelb

LEGIEREN – Flüssigkeiten werden beim Kochen **eingedickt** oder verfeinert.

EMULGIEREN – Emulgatoren **verbinden** zwei ursprünglich nicht mischbare Stoffe (z. B. Fett und Wasser). Eigelb enthält Lecithin (Fettsäureverbindung) = hervorragender Emulgator (z.B. Mayonnaise oder Sauce)

FÄRBERN – Die gelbe Farbe (durch Carotinoide) des Eidotters ist ein gutes **Färbemittel**.

Eiklar

Verwendung als Eischnee – vor allem als **Lockerungsmittel** bei Süßspeisen und speziell auch als Triebmittel von Gebäcken.

KLÄREN – Eiklar bindet Trübstoffe

KLEBEN – z. B. Hagelzucker an Gebäcken, Enden von Teigtaschen

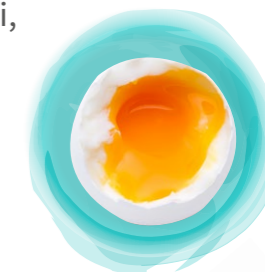


In der Küche

Binden, Emulgieren, Färben, Klären, Kleben, Legieren, Lockern

Selbst bereits eine Speise

Eierspeis, weiches Ei, Omelette, Spiegelei



37% frische Eier aus dem Lebensmittel-Einzelhandel
34% Gastronomie
25% verarbeitete Lebensmittel
4% als Ostereier und Jauseneier

Insgesamt werden jährlich rund **2,2 Milliarden** Eier in Österreich konsumiert.

GEFRIEREIER

Tiefgefrorene Eier sind meist aus Volleier und für weiterverarbeitende Lebensmittelbetriebe von Bedeutung.

FLÜSSIGEIER

Eier werden pasteurisiert. Verwendung vorwiegend in der Gastronomie und Lebensmittelindustrie.

TROCKENEIER

Eier werden getrocknet und zu Pulver vermahlen. Bis zu 10 Jahre haltbar.



Produzenten

Hühner, Enten, Gänse, Puten, Wachteln, Strauße



Frischeier sind über die Einzelei-Kennzeichnung hinsichtlich Herkunft und Haltungsform klar erkennbar. Bei verarbeiteten Eiern ist die Herkunft und somit auch die Haltungsform der Legehennen anonym.

