

# Bio-Eier

## Lebensmittel der Woche



© BIO AUSTRIA/Stephanie Golser



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION



**LE 14-20**  
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer  
Landwirtschaftsfonds für  
die Entwicklung des  
ländlichen Raums.  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete.



© BIO AUSTRIA

### Allgemeines

Eier sind aus vielen typisch österreichischen Gerichten nicht wegzudenken – Eiernockerl, Eierspeise, geröstete Knödel und Kaiserschmarrn sind nur einige davon. Obwohl in Österreich Käfighaltung verboten ist, stammt jedes siebte Ei aus dieser Form der Tierhaltung. Vor allem in Gastronomie und in fertigverarbeitenden Produkten werden Eier aus Käfighaltung verwendet.



© BIO AUSTRIA/Sonja Fuchs

### Herkunft und Geschichte

Mit mehr als 20 Milliarden Tieren (täglicher Weltbestand) sind Hühner die häufigsten Haustiere des Menschen. Knochenfunde in China weisen darauf hin, dass das Haushuhn bereits vor etwa 8000 Jahren domestiziert wurde. In Mitteleuropa dürfte es Hühner seit etwa 800 v. Chr. als Haustiere geben. Damals waren sie allerdings noch flugfähig und weniger standorttreu und wurden in Ställen gehalten.

Das Haushuhn stammt vom Bankivahuhn, einem Wildhuhn aus Südostasien ab und gehört zur Familie der Fasanenartigen (Phasianidae). Im Laufe der Jahrtausende ist eine Vielzahl unterschiedlicher Hühnerrassen entstanden. Im europäischen Rassegeflügelstandard werden 180 Rassen und Farbenschläge unterschieden. In der industriellen Landwirtschaft kommen Lege- und Masthybridhühner zum Einsatz.

### Konsum

In Österreich werden durchschnittlich 230 Eier pro Kopf und Jahr gegessen. Knapp 6 Millionen Legehennen werden in Österreich gehalten, etwa 10% davon im Bio-Bereich. Erkennen kann man Bio-Eier anhand der aufgestempelten Nummer. Ist die erste Ziffer eine „0“, stammt das Ei aus biologischer Haltung.

### Bio-Besonderheiten

Bio-Eier werden von Hennen gelegt, die mindestens 4 m<sup>2</sup> Auslauf je Henne ins Freie haben. Auf BIO AUSTRIA-Betrieben muss jeder Legehennen mindestens 10 m<sup>2</sup> Auslauf ermöglicht werden. Legehennen verbringen ihre Tage mit Futtersuche, sie scharren im Freien nach Insekten und „baden“ in Sonne und Staub. Die Nächte verbringen die Hennen ruhend und

#### Wussten Sie, dass

- Bio-Hühner nicht mit gentechnisch veränderten Futtermitteln gefüttert werden?
- Bio-Hühner einen Stall mit Tageslicht und täglich Zugang ins Freie haben?
- Die Stallungen auf Bio-Betrieben ausreichend Einstreu, Sitzstangen, Rückzugsmöglichkeiten, Nester, Fressplätze und Tränken bieten müssen, damit die Hühner ihr arttypisches Verhalten ausüben können?

schlafend auf Sitzstangen. Wie bei allen Tieren ist die Stallfläche und der zusätzliche Auslauf genau geregelt, damit sie genügend Platz haben und keinen Stress erleiden. Gefüttert werden die Bio-Legehühner mit heimischen Bio-Futtermitteln, die ohne den Einsatz von Gentechnik erzeugt werden.

### In der Verarbeitung

Eier werden nur selten roh verzehrt, meist werden sie gekocht oder einem Teig beigefügt. Sie sollten lichtgeschützt, kühl und mit der stumpfen Seite nach oben gelagert werden. Eier bleiben bei Zimmertemperaturen ca. zwei bis drei Wochen frisch, im Kühlschrank mindestens vier Wochen. Da Eier sehr leicht fremde Gerüche annehmen, sollte man sie nicht in der Nähe stark riechender Lebensmittel aufbewahren. Hartgekochte Eier kann man ca. 14 Tage im Kühlschrank aufbewahren.

### Bio-Facts

- BIO AUSTRIA-Betriebe müssen alle Betriebszweige biologisch bewirtschaften – eine Umstellung nur von Teilen des Betriebes ist verboten.
- Auf BIO AUSTRIA-Betrieben werden in der Legehühneraufzucht auch die Junghähne aufgezogen, die sonst als Küken getötet werden würden.
- Legehennen auf BIO AUSTRIA-Betrieben haben mindestens 10m<sup>2</sup> Auslauf ins Freie je Henne.

### Frühlingsomelette (für 4 Personen)

#### Bio-Zutaten

700g Spinat oder Brennesseln  
2 Knoblauchzehen  
100g Weißbrot  
6 Eier  
Salz, Pfeffer  
Ev. Muskat  
3 EL Olivenöl



#### Zubereitung:

Spinat (od. Brennesseln) blanchieren, gut abtropfen lassen. Knoblauch hacken, Brot zerbröseln. Eier verquirlen, Knoblauch, Brot, Gewürze, grob gehackten Spinat (od. Brennesseln) dazugeben. In einer Pfanne Öl erhitzen und die Masse eingießen, stocken lassen, dann Hitze reduzieren. Wenn die Unterseite goldbraun ist, wenden (mit Hilfe eines Tellers), fertig braten. Eventuell mit Käse bestreuen.