

10 interessante Fakten rund um das Ei, mit denen Sie nicht nur beim Osterfrühstück glänzen.

1

12 Mrd. Eier

wurden 2016 in Deutschland produziert.

Mit 7,6 Milliarden Eiern stammt der größte Anteil der Erzeugung aus der Bodenhaltung.



2

Beste Lagerung unter 5 °C

zum Schutz vor Vergiftungen.

Bei Temperaturen unter 5 °C vermehren sich Salmonellen nicht, bei Zimmertemperatur hingegen explosionsartig.



3

Etwa 16% Eiweiß des Tagesbedarfs

eines Erwachsenen deckt ein Ei der Gewichtsklasse L (ca. 70 g).

Eier gehören wegen ihres hohen Eiweißgehalts zu den biologisch wertvollsten Nahrungsmitteln.



4

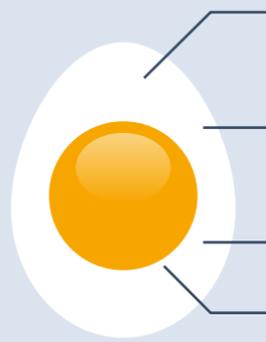
Ein Ei – viele Vitalstoffe

9 g Eiweiß

ca. 8 g Fett
und Spuren von
Kohlenhydraten

alle Mineralstoffe

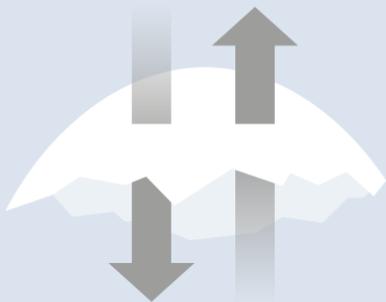
alle Vitamine
(außer Vitamin C)
überwiegend im Eigelb



5

Luftdurchlässig durch etwa 10.000 Poren

Durch diesen Luftaustausch können auch Geruchsstoffe in das Ei gelangen. Deshalb sollten Eier nicht in der Nähe stark riechender Lebensmittel lagern.



6

3,5 Mrd. Hühner

(Schätzung)

Das Huhn ist der am häufigsten vorkommende Hausvogel der Welt.



7

Eier besitzen einen natürlichen Selbstschutz

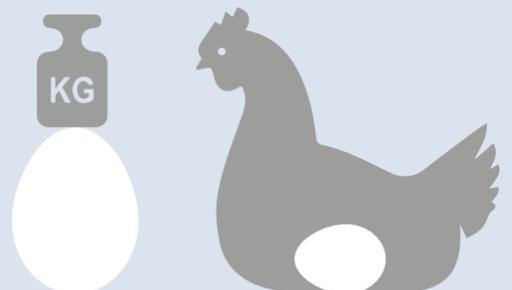
Eier sind die einzigen tierischen Frischprodukte, die im Laden nicht in der Kühltheke aufbewahrt werden müssen – zumindest in Deutschland und solange sie nicht älter als 18 Tage sind. Der Grund: Eier schützen sich selbst – sowohl durch ihre Schalenhaut als auch mithilfe verschiedener Proteine innerhalb des Eiklars. Dennoch empfiehlt es sich, Eier direkt nach dem Kauf kühl zu lagern. Dazu eignet sich auch das bei vielen Lieberr-Geräten vorhandene BioFresh-Fach.

Bio
Fresh

8

Die dünne Schale hält mehrere Kilo aus

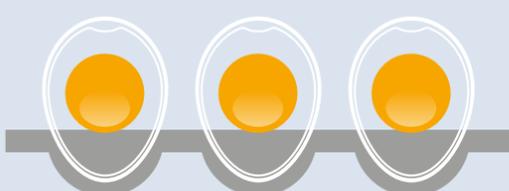
Dank ihrer speziellen Form sind Eier sehr stabil – dies ist besonders beim Bebrüten wichtig. Wirkt eine Kraft auf eine Stelle der Schale, verteilt sich diese Kraft auf die gesamte Oberfläche des Eis.



9

Spitze nach unten – länger haltbar

Lagern Eier mit dem spitzen Ende nach unten, halten sie länger – die Luftkammer befindet sich dann oben. Wenn das Ei andersherum liegt, steigt die Luftblase langsam auf, die Eihaut löst sich und Keime können eindringen.



10

Natürlich war das Ei zuerst da!

Evolutionsforscher haben diese Frage längst geklärt: Hühner sind Vögel und die gibt es erst seit 150 Mio. Jahren auf der Erde. Eier wurden aber beispielsweise auch schon von Riesenlibellen vor 300 Mio. Jahren gelegt.

