

Eier und Milch - Info

Kategorien: Info, Warenkunde

Zutaten für: 1 Rezept

Warenkunde

Anleitung:

Warum sind manche Eier weiss und andere braun?

Die Farbe des Eies hängt allein von der Hühnerrasse ab. Die meisten weissen Eier stammen von weissen Leghornhennen, die meisten braunen von braunen Hennen. Bei einigen Rassen färben Pigmente die Eierschalen erst wenige Stunden vor dem Legen braun (oder sogar zartgrün). Es gibt auch braun legende weisse und weiss legende braune Rassen. Im Geschmack unterscheiden sich die Eier nicht; allerdings ist die Schale brauner Eier meist dicker. Tatsächlich sagt die Schalenfarbe nichts über die Inhaltsstoffe des Eies aus.

Warum sind Eier verschieden gross?

Die Grösse der Eier hängt von der Rasse und von der einzelnen Henne ab. Eine Junghenne legt zu Beginn ihrer Legeperiode sehr kleine Eier. Das Durchschnittsgewicht der Eier steigt innerhalb eines Jahres von 49 auf 66 Gramm. Je grösser die Eier werden, desto zerbrechlicher und ungleichförmiger wird ihre Schale.

Ist der Genuss von Eiern schädlich?

Eier enthalten im Dotter den Fettbegleitstoff Cholesterin. Andererseits stellt der Körper grosse Mengen eigenes Cholesterin her. Beim gesunden Organismus sorgt ein Regelmechanismus dafür, dass das Nahrungscholesterin kaum Einfluss auf den Blutcholesterinspiegel hat. Gesunde können deshalb selbst entscheiden, wie viele Eier pro Woche sie essen möchten.

Was bedeuten dunkle Dotter?

Die Dotterfarbe sagt nichts über Geschmack, Nährwert und Zustand des Eies aus; ein blasser oder hellgelber Dotter ist ganz natürlich und unbedenklich. Frei laufende Hennen können dunklere Dotter hervorbringen, wenn sie in ihrem Futter Pflanzen finden, die reichlich Carotinoide (ähnlich dem Möhrenfarbstoff) enthalten.

Was sind Doppeldottereier?

Diese Eier haben zwei kleinere Dotter. Es handelt sich um die Anlage von Zwillingen; dennoch können sich aus ihnen keine Küken entwickeln. Doppeldottereier sind genauso geniessbar und wohlschmeckend wie normale Eier.

Woher rührt gelegentlicher Fischgeschmack?

Normalerweise liegt der fischige Geschmack eines Eies an einer Stoffwechselstörung im Eierstock oder im Eileiter der Henne.

Schmecken Freiland Eier besser?

Die verschiedenen Haltungsformen haben keinen Einfluss auf den Geschmack der Eier. Allerdings enthalten Eier von freilebenden Hühnern meist mehr Vitamine.

Eier und Milch - Info

(Fortsetzung)

In den Geschäften sieht man vor Ostern fertig gefärbte Ostereier kann man die bedenkenlos kaufen? Mit dem Färbemittel bekommen die (bereits gekochten) Eier eine zusätzliche Schutzschicht, wodurch die Haltbarkeit verlängert wird.

Warum bildet sich auf gekochter Milch eine Haut?

Durch das Erhitzen der Milch gerinnt Eiweiss und setzt sich als Haut auf der Oberfläche ab. Die Haut besteht also nicht aus Fett.

Soll man Rohmilch aufkochen oder gleich Vollmilch kaufen?

Manche Verbraucher kaufen Rohmilch (ab Hof) und Vorzugsmilch (im Handel), um ein frisches, naturbelassenes Nahrungsmittel zu erwerben, und verlassen sich auf die strengen Anforderungen, die für Gewinnung und Vertrieb unbehandelter Milch gelten. Wie die Erfahrung zeigt, kann es jedoch durch menschliches Versagen oder technische Pannen zu gesundheitlichen Risiken (Gefahr von schweren Infektionen) kommen, die sich nicht völlig ausschalten lassen. Wer dieser Gefahr begegnen will und unbehandelte Milch kurz aufkocht, bekommt ein hygienisch einwandfreies Nahrungsmittel, das aber bei den im Haushalt üblichen Kochverfahren stärker hitzegeschädigt ist als pasteurisierte oder ultrahocherhitzte Milch. Insofern ist pasteurisierte Milch eine günstige Alternative zu aufgekochter Rohmilch, da der Geschmack weniger beeinträchtigt wird und Eiweiss und Vitamine besser erhalten bleiben.

Warum ist Kuhmilch als Säuglingsnahrung ungeeignet?

Kuhmilch ist naturgemäss ideal auf die Bedürfnisse des Kalbs zugeschnitten und unterscheidet sich erheblich von der Frauenmilch. Auch die, früher empfohlene, Dreiviertel- oder Halbmilch entspricht nicht den Bedürfnissen des Säuglings. Bei Verwendung von Rohmilch (auch Vorzugsmilch) kommt die Gefahr bakterieller Infektionen hinzu.

Was bedeutet die Unterscheidung von links- und rechtsdrehender Milchsäure?

Rechtsdrehende oder L(+) Milchsäure entspricht der auch im menschlichen Körper gebildeten, von der Leber leicht umzusetzenden Form. Linksdrehende oder D(-) Milchsäure dagegen galt früher als wenig vorteilhaft, da bei Verzehr grosser Mengen gesäuerter Milchprodukte (besonders von Joghurt) wegen der langsameren Umsetzung eine Übersäuerung des Blutes befürchtet wurde. Wie neuere Untersuchungen ergeben haben, beruhen diese Empfehlungen auf einer Fehleinschätzung der verträglichen Zufuhrmengen für D(-) Milchsäure; sie sind damit gegenstandslos - mit der Einschränkung, dass die Diätverordnung bei Lebensmitteln, die D(-) Milchsäure enthalten, den Hinweis "Nicht für Säuglinge in den ersten drei Lebensmonaten verwenden" vorschreibt.

Milch ist wertvoll - wie kommt es, dass es Menschen gibt, die Milch nicht vertragen?

Milch ist von Natur aus als Nahrung für die Nachkommenschaft von Säugern vorgesehen und entspricht den Bedürfnissen der jeweiligen Art in den ersten Lebensmonaten in idealer Weise. Daher gibt es sehr grosse Unterschiede in der Milch verschiedener Säuger mit der

Eier und Milch - Info

(Fortsetzung)

Folge, dass Menschen nicht jede Milch vertragen. Die Unverträglichkeit von Kuhmilch ist keine Einzelercheinung, sondern besteht, mit Unterschieden je nach Erdteil und Hautfarbe, bei über der Hälfte der Weltbevölkerung: 5 -15% der mitteleuropäischen und nordamerikanischen Bevölkerung, 20-40% der Bevölkerung in Südeuropa, 70-100% der Bevölkerung Asiens und der schwarzen Bevölkerung Afrikas und Amerikas vertragen Kuhmilch nur schlecht oder gar nicht und reagieren auf den darin enthaltenen Milchzucker mit Bauchkrämpfen und Durchfällen. Diese Unverträglichkeit (Lactose-Intoleranz) tritt vor allem bei Erwachsenen auf und ist darauf zurückzuführen, dass der Organismus die Produktion des Milchzucker spaltenden Enzyms Lactase nach der Kindheit weitgehend eingestellt hat. Für diese Personen sind Sauermilchprodukte bekömmlicher, weil hier der Milchzucker weitgehend zur Milchsäure abgebaut wurde. Darüber hinaus treten, vor allem bei Kindern, allergische Reaktionen auf Eiweissstoffe in der Milch (Kuhmilchallergie) auf.