

Bewusst kaufen, natürlich färben

09.04.2014, 11:34 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *VERBRAUCHER INITIATIVE e. V.*

VERBRAUCHER INITIATIVE gibt Tipps zum Färben von Ostereiern

Berlin, 09. April 2014. Mit Sonne, Blumen und Vogelgezwitscher hat der Frühling Einzug gehalten. Die Osterbräuche spiegeln die Freude daran wieder, seit Jahrhunderten gehören dazu auch bunte und verzierte Eier. Von natürlich selbstgefärbt bis bunt gekauft, ist heute alles möglich. Die VERBRAUCHER INITIATIVE e. V. gibt Tipps rund um das Ei.

Als „Party-Eier“ finden sich hartgekochte Hühnereier in Knallfarben heute fast das ganze Jahr im Sortiment der Supermärkte. Welche Lebensmittelfarbstoffe für ihre intensive Farbe verantwortlich sind, steht auf dem Etikett. Auch der Schutzlack, der ihnen lange Haltbarkeit und Glanz verleiht, gehört zu den Lebensmittelzusatzstoffen und ist dort angegeben. Woher die Eier stammen und wie die Hühner gehalten wurden, muss allerdings nicht angegeben werden. „Wer beim Ostereierkauf auch an die Hühner denkt, sollte daher lieber frische Eier aus Bio- oder Freilandhaltung kaufen und sie selbst färben“, rät Laura Gross von der VERBRAUCHER INITIATIVE.

Handelsübliche Farbpäckchen versprechen leichte Handhabe und einheitliche Ergebnisse – von Pastell- bis zu knallbunten Metallic-Farben ist inzwischen alles möglich. Dabei handelt es sich um Lebensmittelfarben, die als Zusatzstoffe zugelassen sind. Durch winzige Risse und Sprünge der Eierschale gelangen sie beim Färben leicht bis ins Eiweiß und werden in geringen Mengen mitgegessen. Das ist für die meisten Menschen völlig unbedenklich. Einige dieser Farbstoffe können jedoch bei empfindlichen Menschen allergieähnliche Symptome auslösen.

Wer Lust am Experimentieren und Freude an sanften Farben hat, setzt auf Farbstoffe aus der Natur:

- Blau bis Lila: Rotkohlblätter, Holundersaft
- Rottöne: Rote Bete, rote Zwiebschalen, Rooibostee
- Goldgelb bis Braun: Kümmel, Kamille, Schwarzer Tee, Zwiebschalen
- Grün: Spinat; Brennnesselblätter, Petersilie

Für das Farbbad werden zunächst 250 g Pflanzenstückchen mit 500 ml Wasser und einem Schuss Essig 30 bis 45 Minuten gekocht. In diesem Sud werden die Eier hart gekocht und abgekühlt. Sie nehmen die Farbe am besten an, wenn sie zuvor mit Essig abgerieben wurden. Dabei verschwindet auch der obligatorische Stempel. Ob mit Gemüse oder Farbblette – selbst gefärbte Eier sind mit unversehrter Schale und hartgekocht zwei bis drei Wochen im Kühlschrank haltbar.

Mehr Informationen über Farbstoffe und alle anderen Lebensmittelzusatzstoffe finden Sie unter www.zusatzstoffe-online.de.

Die VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. ist der 1985 gegründete Bundesverband kritischer Verbraucherinnen und Verbraucher. Schwerpunkt ist der ökologische, gesundheitliche und soziale Verbraucherschutz. Der eingetragene, gemeinnützig anerkannte Verein finanziert sich überwiegend aus den Beiträgen von rund 8.000 Einzelmitgliedern und 176 Organisationen sowie zahlreichen Einzelspenden.

Die VERBRAUCHER INITIATIVE e.V. betreibt außerdem neun Internetseiten, u.a. zu Zusatzstoffen oder Gütezeichen, die über www.verbraucher.org erreicht werden können.

News-ID: 788795 • Views: 609 (Stand: 02.06.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/788795/Bewusst-kaufen-natuerlich-faerben.html>