

Eier kochen – richtig gemacht !

In etwas mehr als einem Monat ist Ostern, und für viele Betriebe hat die «Hochsaison» des Eierkochens schon begonnen. Höchste Zeit also für eine kleine «Checksite» zum Eierkochen!

Empfehlung	Präzisierung/Begründung
Eier mit guter Schalenqualität verwenden	<ul style="list-style-type: none"> • Schwache Schalen bersten beim Kochen (Brucheier müssen entsorgt werden) • Am besten sind Eier von jungen Herden bis ca. 40 Alterswochen
Nicht zu frische Eier verwenden	<ul style="list-style-type: none"> • Werden zu frische Eier gekocht, sind diese schlecht schälbar (pH-Wert des Eiklars unter 8,7); auch entstehen beim Kochen frischer Eier etwas mehr Brucheier • Die Eier sollten 1 bis 2 Wochen gelagert sein, im Kühlraum gelagerte bis 3 bis 4 Wochen; (der pH-Wert des Eiklars steigt während der Lagerung über den kritischen Wert von 8,7) • Müssen «zu frische» Eier gekocht werden, diese vor dem Kochen mind. 1 Tag warm lagern (z.B. vor einem Warmluftgebläse)
Gelagerte Eier von einwandfreier Qualität verwenden	<ul style="list-style-type: none"> • Nach mehr als 2 bis 3 Wochen Lagerung ist keine weitere Verbesserung der Schälbarkeit mehr festzustellen • Korrekte Lagerbedingungen für die mehrwöchige Lagerung von (roher) Kochware sind: 2 - 5°C Lagertemperatur bei 70 - 85% Luftfeuchtigkeit • Nach langer Lagerung die Eier vor dem Kochen noch einmal sortieren und durchleuchten (Gewichtsverlust, faule bzw. schimmelige Eier) • Qualitätsmängel gekochter Eier wegen «alter» bzw. schlecht gelagerter Rohware sind: <ul style="list-style-type: none"> – der Dotter befindet sich am Rand des Eies (das gallertige Eiklar, das den Dotter in der Mitte hält, ist verflüssigt) – das Risiko blau-grüner Dotterverfärbungen steigt (Eisensulfid-Bildung wegen schwacher Dottermembran und bei gleichzeitig langer Kochzeit) – die Luftkammer ist zu gross
Einheitliches Eigewicht innerhalb einer Koch-Charge wählen	<ul style="list-style-type: none"> • Grosse Eier brauchen eine längere Kochzeit als kleine Eier • Für ein einheitliches Kochresultat idealerweise Eier innerhalb eines Gewichtsbereiches von 5 g in der gleichen Charge kochen
Eier bei Raumtemperatur vorlagern	<ul style="list-style-type: none"> • Eier direkt aus dem Kühlraum brauchen eine längere Kochzeit • Für ein einheitliches Kochresultat sollten alle Eier einer Charge die gleiche Ausgangstemperatur haben
Richtige Kochzeit einstellen	<ul style="list-style-type: none"> • Die Kochzeit nach (dokumentierten!) Erfahrungswerten richten, die für eine jeweilige Kochmethode nach standardisiertem Ablauf gelten • Anpassung der Kochzeit je nach: <ul style="list-style-type: none"> – Grösse der Eier (je schwerer, desto länger) – Anzahl Eier pro Charge (je mehr desto länger) – Alter der Eier (ältere Eier brauchen etwas länger, bis das Eiklar fest wird) – Ausgangstemperatur der Eier (je kühler desto länger)
Stichproben nehmen kurz vor Ablauf der Kochzeit	<ul style="list-style-type: none"> • 2 bis 4 Eier pro Charge (grosse und kleine) aus dem Kocher nehmen und aufschneiden • Das Eiklar soll vollständig fest sein • Der Dotter darf in der Mitte noch zur Hälfte flüssig sein (verfestigt sich beim «Nachkochen» ausserhalb des Kochers)

Eier nicht mit kaltem Wasser abschrecken	<ul style="list-style-type: none"> • Abschrecken mit kaltem Wasser reduziert die Haltbarkeit (durch Unterdruck beim Abkühlen werden Wasser und Keime durch die Schalenporen gesogen) • Abgeschreckte Eier sind <u>nicht</u> besser schälbar • Statt Abschrecken das «Nachkochen» durch verkürzte Kochzeit kompensieren
Brucheier aussortieren	<ul style="list-style-type: none"> • Es dürfen nur gekochte Eier mit intakter Schale verkauft werden (gekochte Brucheier verderben rasch)
Eier korrekt färben	<ul style="list-style-type: none"> • Spezielle, lebensmitteltaugliche Eierlacke verwenden, welche die Schale luftdicht versiegeln und damit die Haltbarkeit erhöhen (siehe auch Datierung) • Eier direkt nach dem Kochen, d.h. noch warm färben (Farbe trocknet schneller) • Auf eine vollständige Farbabdeckung (Versiegelung) der Schale achten • Vor dem Abpacken Eierfarbe trocknen und die Eier abkühlen lassen
Qualität (Kochgrad) ca. 1 Stunde nach dem Kochen überprüfen	<ul style="list-style-type: none"> • Auch nach Verlassen des Kochers bleibt die Temperatur im Innern der Eier hoch («Nachkochen»), deshalb kann der Kochgrad erst nach dem Abkühlen abschliessend beurteilt werden: <ul style="list-style-type: none"> – bei zu wenig lang gekochten Eiern ist der Dotter immer noch flüssig – bei idealer Kochzeit ist der Dotter von wachsartiger, verformbarer Konsistenz und hat eine schöne Farbe und ein gutes Aroma – bei zu langer Kochzeit ist der Dotter hell, «trocken», von brüchiger Konsistenz und von «mehligem» Aroma – bei zu langer Kochzeit steigt das Risiko von blau-grünen Dotterrändern (v.a. bei «älteren» Eiern) • Auf Grund der Ergebnisse die Erfahrungswerte bezüglich Kochzeit anpassen: Sich in kleinen Schritten (+/- ½ Minute) an das ideale Resultat «herantasten».
Gekochte Eier korrekt datieren	<ul style="list-style-type: none"> • Korrekt gekochte und mit Schalenlacken gefärbte Eier sind «mindestens haltbar bis...»: 30 bis 40 Tage nach dem Kochen • Achtung: Eier mit Färbungen, die keine Versiegelung der Schale bewirken (z.B. Farbhölzer oder Zwiebelschalenfärbung) sind wesentlich weniger lang haltbar!

Kochgrad (des Dotters)

Oben: schöne Farbe, wachsweiße Konsistenz (ideal).

Unten: ausgebleicht und stark krümelig (zu lange gekocht).

Bestimmung des Kochgrades

Oben: Bei Stichproben direkt aus dem Kocher darf der Dotter noch zur Hälfte flüssig sein.

Unten: Gleiche Kochzeit und -methode, aber nach 2 Std.: Der Dotter hat sich weiter verfestigt (links unten: ideal).

Qualitätsmängel

Oben: Dotterrandverfärbungen entstehen v.a. bei «alten» Eiern und langem Kochen.

Unten: Dotter am Rand bei «alten» bzw. zu warm gelagerten Eiern.

