

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 «Checkliste» zum Eierkochen!

Empfehlung	Präzisierung/Begründung
Eier mit guter Schalenqualität verwenden	• 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	• 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	• 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: – 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	• 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	• 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	• Die Kochzeit nach (dokumentierten!) Erfahrungswerten richten, die für eine jeweilige Kochmethode nach standardisiertem Ablauf gelten • Anpassung der Kochzeit je nach: – 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	• 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)