

Eier aus der Region erhalten Sie bei folgenden Direktvermarktern:

ABENBERG
Else Bauer
Obersteinbach C 3
91183 Abenberg
Tel. 09178 1645
Eier aus Bodenhaltung

Hofmann's Hofladen GbR
Güssübelstr. 4
91183 Abenberg
Tel. 09178 835
Eier aus Bodenhaltung

ALLERSBERG
Christian Fiegl
Wagnersmühle 2
90584 Allersberg
Tel. 09176 1235
Eier aus Bodenhaltung

Hans Hochmeyer
Brunnau 5
90584 Allersberg
Tel. 09176 1335
Eier aus Bodenhaltung

BÜCHENBACH
Karin Katheder
Klosterweg 7
91186 Aurau
Tel. 09171 3761
Eier aus Freilandhaltung

GEORGENSGMÜND
Geflügelhof Griebmeier GbR
Konrad-von-Megenberg-Str. 29
91166 Mäbenberg
Tel. 09172 8250
www.griessmeier.com
Eier aus Bodenhaltung

Bergmann's Hoflädele
Hauslach 15
91166 Georgensgmünd
Tel. 09172 684633
Eier aus Freilandhaltung

HEIDECK
Geflügel- und Schweinehof Christ
Liebenstadt 21
91180 Heideck
Tel. 09177 486746
Eier aus Bodenhaltung

HILPOLTSTEIN
Familie Heinloth
Oberrödel 2
91161 Hilpoltstein
Tel. 09174 9417
Eier aus Bodenhaltung

KAMMERSTEIN
Haager Hofladen
Johannes Spachmüller
Schwabacher Str. 1
91126 Haag
Tel. 09122 13171
Eier aus Bodenhaltung

Jürgen u. Elfriede Götz
Mainbachstr. 8
91126 Haag
Tel. 09122 5246
Eier aus Bodenhaltung

ROHR
Hans Bindner
Lindenweg 3a
91189 Leitelschhof
Tel. 09122 13057
Eier aus Bodenhaltung

Direktvermarktung Fleischmann
Dorfstr. 13
91189 Gustenfelden
Tel. 09122 877113
Eier aus Bodenhaltung

Milch- u. Geflügelhof Familie Wagner
Dorfstr. 8
91189 Gustenfelden
Tel. 09122 81442
Eier aus Bodenhaltung

Eier aus der Region erhalten Sie bei folgenden Direktvermarktern:

ROTH
Bärenhof
Familie Bär
Schwabacher Str. 10
91154 Rothaurach
Tel. 0160 95736481
Eier aus Bodenhaltung

Burmänn's Hof und Laden
Heidenbergstr. 12
91154 Pfaffenhofen
Tel. 09171 63413
www.hofundladen.de
Eier aus Freilandhaltung

Harald Reißmann
Schwabacher Str. 9
91154 Rothaurach
Tel. 09171 7881
Eier aus Freilandhaltung

Seebühler Bauernladen
Rückert und Seitz
Eichelburger Hauptstr. 6
91154 Eichelburg
Tel. 09176 5573
Eier aus Bodenhaltung

Landpension Winkler
Schwander Str. 19
91154 Meckenlohe
Tel. 09171 892384
Eier aus Bodenhaltung

SPALT
Noudlsberger Hof
Matthias Mühling
Ottmannsberg 12
91174 Spalt
Tel. 09175 393
Eier aus Freilandhaltung

THALMÄSSING
Biolandbetrieb Dollinger
Solidarische Landwirtschaft
Offenbau 24
91177 Thalmässing
Tel. 09173 78897
Eier aus Hühnermobil (Freilandhaltung)

Manfred Dorner
Eysölden L 15
91177 Thalmässing
Tel. 09173 77976
Eier aus Freilandhaltung

WENDELSTEIN
Claudia Böhm
Am Bühl 4
90530 Raubersried
Tel. 09129 5582
Eier aus Boden- und Freilandhaltung

Heubeck's Hofladen
Am Bühl 1
90530 Raubersried
Tel. 09129 6518
Eier aus Boden- und Freilandhaltung

SCHWABACH
Der Bauernladen
Helmut Schmidt
Höllgasse 5
91126 Schwabach
Tel. 09122 16256
www.bauernladen-schwabach.de
Eier aus Freilandhaltung

Waltraud Götz
Waikersreuther Str. 15
91126 Schwabach
Tel. 09122 85179
Eier aus Bodenhaltung

Hofladen Baimbachtal
Unterbaimbach 1
91126 Schwabach
Tel. 09122 888693
Eier aus mobiler Freilandhaltung, Eierverkaufsautomat rund um die Uhr

Hofladen Fleischmann
Dietersdorfer Str. 20
91126 Wolkersdorf
Tel. 0911 635553
Eier aus Bodenhaltung

Familie Hörndler
Raubershof 1
91126 Schwabach
Tel. 0911 6328205
Eier aus Bodenhaltung

WINDSBACH
Direktvermarktung Kotzbauer
Winkelhaid 21
91575 Windsbach
Tel. 09871 1524
Eier aus Bodenhaltung



März 2018 - Auflage: 4.000
Gedruckt auf 100% Altpapier

März

Eine Initiative des
Landkreises Roth und
der Stadt Schwabach
zur
Förderung regionaler
Wirtschaftskreisläufe



Produkt des Monats

www.schwabach.de

www.agenda21-roth.de



mit
Rezepten
und
Adressen

EIER



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
Liebe Gemießer regionaler Produkte,

nach dem Lebensmittelskandal der mit Fipronil belasteten Eier im letzten Jahr sind „original regionale“ Eier gefragter denn je. Jeder, der eine gesunde Alternative sucht, sollte gezielt auf Qualitätsprodukte aus der Region zurückgreifen.

Auf unseren heimischen Bauernhöfen wachsen die Hühner in Boden- oder Freilandhaltung mit ausreichend Auslauf auf. Mit dem Kauf frischer Eier ab Hof versichert man sich aber nicht nur der Gesundheit von Tier und Produkt, man unterstützt auch die heimische Landwirtschaft und ermöglicht Energieeinsparung durch kurze Transportwege.

Wo Sie Eier aus dem Landkreis Roth und der Stadt Schwabach frisch ab Hof kaufen können und aus welcher Haltung sie stammen, finden Sie in diesem Flyer.

Das Ei – ein wahres Kraftpaket

Eier sind aus ernährungsphysiologischer Sicht kleine Kraftpakete. Sowohl Eiklar als auch Eigelb enthalten biologisch hochwertiges Eiweiß.

Der menschliche Körper kann dieses leicht verdauliche Eiweiß zu fast 100 % in körpereigenes Eiweiß umsetzen. Das ausschließlich im Dotter enthaltene Fett besteht größtenteils aus einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Daneben liefert das Ei Vitamine der B-Gruppe, darunter auch Folsäure, Vitamin D und K sowie Lecithin als Emulgator. Das im Ei enthaltene Cholesterin beeinflusst den Cholesterinspiegel im Blut kaum. Das durchschnittliche Gewicht eines Hühnereies beträgt 60 g. Die Eischalenfarbe ist abhängig von der Genetik. Bei der Bewertung der Inhaltsstoffe spielt es keine Rolle, ob die Eier weiß, braun oder grün sind.

ERZEUGERCODE:

Jedes Ei verrät, woher es kommt!

HALTUNGSFORM:

- 0 = ökologische Erzeugung
- 1 = Freilandhaltung
- 2 = Bodenhaltung
- Länderkürzel:
 - DE für Deutschland
 - Bundesland: 09 für Bayern
 - Betriebs- und Stallnummer

0-DE-093456

QUALITÄTSNORMEN:

Güteklassen-Einteilung

In den Verkauf an Endverbraucher gelangen üblicherweise nur Eier der Güteklasse A bzw. frisch.

Gewichtsklassen-Einteilung

- S (klein, unter 53 g)
- M (mittel, 53 bis unter 63 g)
- L (groß, 63 bis unter 73 g)
- XL (sehr groß, 73 g und mehr)

Rezepte

Eierlikörmousse mit Rhabarberwürfel

für 4-6 Personen

- 2-3 Bl weiße Gelatine
- 1 Ei
- 1 Eigelb
- 30 g Zucker
- 100 ml Eierlikör
- 50 ml Milch
- 150 ml Sahne

Rhabarberwürfel:

- 750 g Rhabarber
- 1 Limette oder Zitrone (unbehandelt)
- ¼ Vanillestange
- 80 g Zucker
- 100 ml Wasser

Für die Mousse die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Ei, Eigelb, Zucker, Eierlikör und Milch in einem Schlagkessel verrühren und über einem heißen Wasserbad cremig-dicklich aufschlagen. Dann herausnehmen, kurz kaltschlagen und die ausgedrückte Gelatine unterrühren. Die Masse in Eiswasser setzen, abkühlen lassen, dabei ab und zu umrühren und den Rest unterheben. Die Mousse in eine Schüssel oder portionsweise in kalt ausgespülte Förmchen füllen, mind. 4 Stunden kalt stellen.

Den Rhabarber waschen, Schale abziehen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Die Limette/Zitrone waschen, abtrocknen, Schale dünn abreiben und den Saft auspressen. Vanillestange vorbereiten, Mark auskratzen. Den Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren lassen, mit Saft und Wasser ablöschen, Vanillemark und -stange zugeben und aufkochen lassen. Dann wenige Min. kräftig kochen lassen, die Rhabarberwürfel einlegen, noch einmal aufkochen lassen, von der Herdplatte ziehen und abkühlen lassen.

Zum Anrichten:

Von der Mousse 2 Nocken abstechen und mit Rhabarberwürfel und Minze- oder Estragonblättchen anrichten. Oder die Förmchen am Rand mit Messer lösen, kurz in heißes Wasser tauchen, stürzen und anrichten wie oben beschrieben.

Pochierte Eier auf Blattspinat

- 4 - 6 Eier
- ca. 60 ml Weißweinessig
- 3 l Salzwasser

Für die pochierten Eier das Salzwasser mit einem Schuss Essig zum Kochen bringen. 1 EL Essig in eine Tasse geben und ein Ei darin aufschlagen. Das Eigelb muss dabei ganz bleiben.

Wenn das Wasser kocht mit einem Schneebesen einen kräftigen Strudel erzeugen und die Eier nacheinander vorsichtig in diesen entstandenen Strudel gleiten lassen. Durch den Strudel legt sich das Eiweiß um das Eigelb. Die Eier dann 3-5 Min. ziehen lassen, dabei mit Löffel oder Kochlöffel das Eiweiß in Form bringen. Eier mit Schaumlöffel herausnehmen, abgetropft anrichten.

Für das Spinatgemüse:

- 1 kg Blattspinat
- 20 g Butter
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 2 - 3 EL Sahne
- nach Belieben:
- 50 g geriebenen Käse

Spinat verlesen, falls nötig entstielen, gründlich waschen und gut abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Butter erhitzen, Zwiebel andünsten, Knoblauch zugeben und kurz mitdünsten. Dann den Spinat zugeben, kurz mitdünsten, zudecken und bei mäßiger Hitze ca. 5 Min. garen. Danach mit Salz, Pfeffer und geriebenem Käse verfeinern. Zum Servieren den Spinat in eine Schale geben und die Eier darauf anrichten.

Gefüllte Eier im Kressebeet

Eigelbmasse:

- 12 Eier
- 2 TL Senf
- 150 g Frischkäse
- 100 g Crème fraîche
- Salz, Pfeffer

Basilikumfüllung:

- ½ Bund Basilikum
- 1 Knoblauchzehe
- 1½ EL Crème fraîche
- 1 EL Milch
- 1 TL Paprikapulver, Cayennepfeffer, Salz
- Basilikumblättchen für die Garnitur

Schinkenfüllung:

- 2-3 EL fein gewiegter Schinken
- 1 EL Schnittlauchröllchen
- 1 EL Crème fraîche
- Pfeffer, Curry
- Schnittlauch für die Garnitur

Meerrettichfüllung:

- ½ Zwiebel, sehr fein gewürfelt
- 1 EL Dill, fein geschnitten
- 2 TL Meerrettich
- Salz, Pfeffer
- Dill zum Garnieren

Zum Anrichten:

- 2 Beete Kresse



Das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Roth unterstützt diese Aktion.

Die Eier 10 Min. hart kochen, abschrecken, schälen, der Länge nach halbieren und die Eigelbe herauslösen. Eigelbe durch ein Sieb streichen, mit Senf, Frischkäse und Crème fraîche glatt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen und in 3 Portionen aufteilen.

Für die Basilikumfüllung, Basilikum grob schneiden, zusammen mit Knoblauch, Crème fraîche und Milch pürieren, mit einer Eigelbportion glatt rühren und mit Paprika, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Füllung in 8 Eihälften einspritzen, mit zurückgehaltenen Basilikumblättchen verzieren.

Für die Schinkenfülle, feingewiegten Schinken mit Schnittlauchröllchen, Creme fraîche und einer weiteren Eigelbportion glattrühren, abschmecken und ebenfalls in 8 Eiweißhälften spritzen. Dann mit Schnittlauch verzieren.

Für die Meerrettichfülle alle Zutaten mit der restlichen Eigelbmasse glatt rühren, abschmecken und in die restlichen Eihälften füllen. Mit Dillblättchen garnieren.

Kresse vom Beet schneiden, auf Servierplatte verteilen und die Eihälften darauf anrichten.

