

Eier



Hühnereier werden in Lebensmitteln vielfältig eingesetzt.

Die **Hauptallergene** sind **Ovomukoid, Ovalbumin, Ovotransferrin, Lysozym** und **Livetine**.
Ovomukoid ist sehr hitzestabil und Ovalbumin wird erst ab Temperaturen über 80 ° C zerstört, so dass gekochte, gebackene oder gebratene Speisen nicht vertragen werden.

Eine Ei-Allergie manifestiert sich meist in den ersten Lebensjahren und ist neben der Kuhmilchproteinallergie die häufigste Nahrungsmittelallergie im Kindesalter. Kinder sind eher gegen Eiklar-Proteine allergisch. Bei Erwachsenen tritt erst eine inhalative Allergie durch Federn von Ziervögeln auf, bevor die Betroffenen auf eihaltige Lebensmittel reagieren. Dabei überwiegt die Sensibilisierung gegen Dotter-Proteine.

Kreuzallergien mit Hühnerfleisch und Eiern anderer Geflügelarten sind möglich.

Achten Sie auf folgende Begriffe:

Eigelb, Eiweiß, Flüssigei, Voll-, Gefrier- oder Trockenei, E 1105 Lysozym, Ovo-Protein, E 322 Lecithin (Ei), Simplese.

Neben Eierspeisen finden sich Eier oder Eibestandteile

- als **Bindemittel** z. B. in Teig- und Backwaren, Panaden, Mehl- und Kartoffelklößen, panierten Speisen, Frikadellen, einigen Wurstwaren (z. B. Corned beef, Sülze) und Bratlingen
- als **Emulgator** z. B. in Saucen, Cremes, Mayonnaise, Speiseeis und Eierlikör, Margarine mit Eigelb und Lecithin, Brotaufstrichen
- als **Lockerungsmittel** z. B. in Backwaren, Süßspeisen, Soufflés
- als **Klärmittel** in Brühe und Aspik, Traubensaft
- zur **Farbgebung** auf Gebäck und Brot

Außerdem in der Rinde von Hartkäse und Ovomaltine.



©by M.Großmann/PIXELIO