



★ ★ ★ ★ ★ DIE BESTEN LEBENSMITTEL DER REGION



präsentiert von
DRANSMANN
KÜCHENWELT
www.dransmann.com



Udo Engelke versorgt die
Osnabrücker auf
den Wochenmärkten



Wer backt mit gutem Gewissen?

Es ist Frühjahr, das Fest aller Eier wird gefeiert. Grund genug, dem Ei mal etwas auf die Schale zu rücken. 233 Eier essen die Deutschen im Jahr. Ja, auch die Osnabrücker, spezielle regionale Zahlen sind dabei jedoch nicht bekannt. Deutschlandweit teilt sich der Markt wie folgt auf: 11,7% der Eier sind Bio-Ware. 26,1% stammen aus Freilandhaltung, 60,7 aus Bodenhaltung und die restlichen 1,5% aus Kleingruppenhaltung. Der Trend zum Bio-Ei ist dabei ständig steigend.

Udo Engelke von den Gemüsegärtnern aus Kalkriese versorgt die Osnabrücker auf Wochenmärkten und mit seinem Biokisten-Lieferservice. Bio-Eier aus regionaler Produktion setzen sich durch, so der Trend, den auch er beobachtet. Dabei sind die Eier der artgerecht lebenden Legehennen, die mit Getreide, Ackerbohnen oder Erbsen gefüttert werden, deutlich teurer als die Konkurrenz aus dem konventionellen Supermarkt. 10 Bio-Eier können schon mal 4,50 € kosten.

Bei der Nachzucht von Hennen geht's den Hähnchenküken an den Kragen. Da sie natürlich keine Eier legen können, landen sie oft im Schredder. Der ernährungsbewusste Osnabrücker hilft mit seinem Eier-Kauf

dabei, die sogenannte Bruderhahninitiative (www.bruderhahn.de) zu unterstützen: Jedes gekaufte Bio-Ei bringt einen Cent dafür, dass männliche Küken nicht mehr geschreddert werden, sondern als Nutztier aufwachsen dürfen. Gleiches bietet auch der Superbiomarkt in allen drei Filialen an. Hier ist der Mehrpreis 4 Cent pro Ei, die direkt in ein eigenes Projekt mit gleicher Zielsetzung fließen. Eier von glücklichen Hühnern – gehören dazu nicht auch glückliche Hähne?

Mit so gestärktem Gewissen geht es erstmal auf den Markt: Eier kaufen für den leckeren Mandelkuchen. | [Julia Eismann](#)

Einkaufsliste

- 150g Butter
- 200g Zucker
- 2EL Milch
- 200g gem. Mandeln
- 50g helles Mehl (getestet mit Dinkel)
- 1 Ei
- 2 Eiweiß, sehr steif geschlagen
- 1P Backpulver

Zubereitung „Mandelkuchen“

Zuerst die Eiweiße zu sehr steifem Eischnee schlagen und zur Seite stellen. Butter und Zucker cremig rühren, Milch und Ei untermengen, dann Mandeln, Mehl und Backpulver hinzugeben und unterrühren. Nun den Eischnee mit einem Teigschaber unterheben.

Für eine kleine Springform (18cm) ergibt dieser Teig einen sehr hohen Kuchen. Dafür bei 160°C ca. 30 Minuten backen. Es empfiehlt sich eine Stäbchenprobe in der Mitte des Kuchens. Bei einer großen Springform muss die Backzeit entsprechend angepasst werden.

Wir wünschen Guten Appetit!

