

Maisbraten mit Champignons

200 ml Gemüsebrühe, Thymian und 125 g Maisgrieß kurz aufkochen und 10-12 Minuten quellen lassen.

4 Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden

1 Möhre und 1 kleine Petersilienwurzel raspeln und in wenig Öl glasig dünsten

2 Eier, 150 g Gouda, 100g Grünkerngrieß, 1 Bund Petersilie, 1 Essl. Majoran, 40g gehackte Mandeln, Salz und Pfeffer

Alle Zutaten in einer Schüssel mischen und zu einem Teig verkneten. Evtl. 1-2 Essl. Creme Fraiche hinzugeben.

Der Teig sollte die Konsistenz von Frikadellenteig haben. Den Teig zu einem länglichen Teil formen und auf Backpapier legen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad 35-40 Minuten backen.

500 g Champignons waschen, putzen und in Scheiben schneiden.

Zwiebeln, Champignons und 4 klein geschnittene Salbeiblätter in wenig Butter andünsten. Mit Wasser und Weißwein ablöschen.

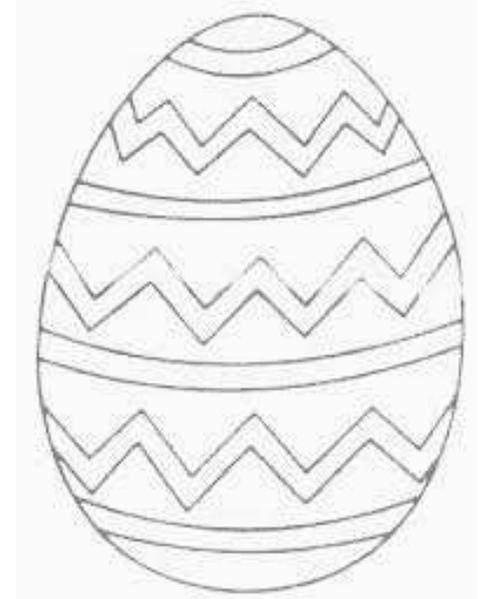
Mit Sojasoße, Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und mit etwas Sahne verfeinern.

1 Essl. Speisestärke zum binden.

Wir fordern:

- Tierschutz konsequent umsetzen
- Verbot der Käfighaltung von Legehennen.
- Keine staatliche Förderung industrieller Tierhaltung
- Förderung von tier- und umweltgerechter bäuerlicher Landwirtschaft
- Verbindliche Tierschutzkennzeichnung für Lebensmittel, damit die Konsumentinnen und Konsumenten erkennen können, wie Tiere gehalten werden.
- Verbrauchertäuschung in der Werbung zu verbieten
- Kontrollen in der Tierhaltung optimieren und intensivieren.

EI, WO KOMMST DU HER?



Diese Frage sollten Sie stellen, wenn Sie für den Osterhasen die Eier einkaufen.

0 – DE – 0234567*

*fiktive Zahlen

Bündnis 90/ Die Grünen
OV Müllheim-Neuenburg und Umgebung
info@gruene-muellheim-neuenburg.de
www.gruene-muellheim-neuenburg.de

0 – DE – 0234572*

Seit 2005 besteht die Kennzeichnungspflicht für Eier. An Hand der Kennzeichnung können Sie feststellen, wie das Huhn lebt das Ihr Osterei gelegt hat und aus welchem Land das Ei kommt.

Die Zahl steht für die Lebensumstände der Hühner

- die – 0 - steht für ökologische Haltung = Freilandhaltung und Biofutter
- die – 1 - steht für Freilandhaltung –aber konventionelles Futter
- die – 2 - steht für Bodenhaltung – kein Käfig, aber wenig Platz,
- die – 3 - steht für Käfighaltung - "Kleingruppen" oder "Kleinvoliere" - grausame Tierquälerei und Salmonellenrisiko,

- DE- die beiden Buchstaben stehen für das Herkunftsland

- 0234567* – Die Ziffern geben Auskunft über die Betriebs- und Stallnummer

Durch die Kennzeichnung ist es einfacher geworden, Käfig-Eier liegen zu lassen. Sie haben die Wahl, aus welcher Produktion Sie ihre Eier kaufen möchten.

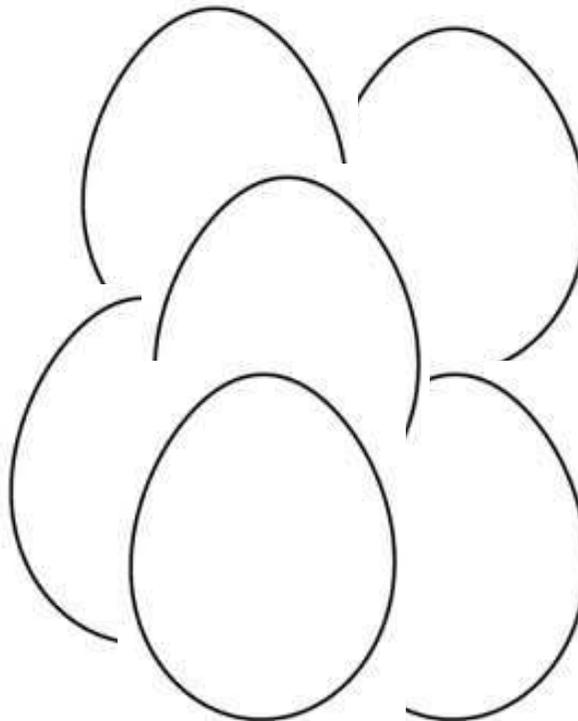
Viele Verbraucher lehnen Eier mit der - 3 - ab. Teilweise haben Einzelhandelsgeschäfte diese auch ganz aus dem Sortiment genommen.

Gefärbte Eier unterliegen nicht der Kennzeichnungspflicht. Deshalb ist bei gefärbten Eiern die Gefahr groß, dass unter der Farbe die Kennzeichnung -3- verborgen ist.

Nicht erkennbar ist auch, welche Eier in Teig- und Backwaren oder anderen Lebensmitteln verarbeitet sind, da es hierfür keine Kennzeichnungspflicht gibt.

Von den 10 Milliarden in Deutschland produzierten Eiern werden 50 Prozent von privaten Haushalten, 30 Prozent in der lebensmittelverarbeitenden Industrie und 20 Prozent in Großküchen und Bäckereien verbraucht. Bei der Hälfte der deutschen Eier haben wir beim Essen also keine Wahl.

Um die 17,5 Milliarden Eier werden in Deutschland jährlich verbraucht, das sind etwa 214 Stück pro Einwohner. Das ist annähernd die doppelte Menge dessen, was in Deutschland an Eiern produziert wird.



Weniger ist mehr!

Das gilt sowohl für den Eierverbrauch als auch für den Fleischkonsum.

Essen ist wertvoll.

Bewusster Konsum und Verschwendung vertragen sich nicht. Doch vom achtsamen Umgang mit Lebensmitteln sind wir noch weit entfernt. Über 11 Millionen Tonnen genießbarer Lebensmittel landen alleine in Deutschland jährlich im Müll.

„Sie haben es in der Hand“.

Sie entscheiden beim Einkauf mit über Haltungsbedingungen und die Art der Produktion und über gesunde Ernährung.

Wie wäre es mit einem vegetarischen Ostermenü mit biologisch angebaute Produkten aus der Region?

Zum Beispiel:

Petersilienwurzelsuppe

Bunter Frühlingssalat

Maisbraten mit Champignons,
dazu Rosenkohl

Apfelschaum mit Mandeln

Wir wünschen Ihnen ein frohes Osterfest.