



© grafikplusfoto / fotolia.com

Viele bunte Eier

Zu Ostern gehört das Eiersuchen einfach dazu. Besonders viel Spaß bereitet die Vorbereitung, wenn Eier selber gefärbt werden. Gesundheits- und umweltbewusst werden gerne **Naturfarben** dazu verwendet.

Krokusse und erste Tulpen schießen aus dem Boden und Ostern steht vor der Tür. Zweige werden mit Häschen und ausgeblasenen Eiern behängt. Ein Hauch von Frühling liegt in der Luft. Das christliche Osterfest hat zunächst einmal nichts mit dem Eiersuchen zu tun. Doch der Brauch, am Ostersonntag bunte Eier zu verstecken und suchen zu lassen, ist weit verbreitet. Mehr und mehr Menschen achten beim Kolorieren

auf gesundheitsfreundliche Farben und informieren sich dazu in der Apotheke. Eine schöne Osterdekoration im Schaufenster kann auf Kompetenz und Beratung hinweisen. Auch eine spezielle Osteraktion, bei der Rezepte und „Farbensets“ angeboten werden, könnte eine gelungene Werbemaßnahme sein. Doch Achtung, die Apothekenbetriebsordnung zählt abgepackte künstliche oder natürliche Eierfarben nicht zu den apothekenüblichen Waren. Farbhölzdrogen wie Blau-, Rot-

oder Gelbholz, aber auch die Krappwurzel haben keine Zulassung als Lebensmittelzusatzstoff und dürfen daher nicht für das Färben von Eiern abgegeben werden. Deshalb werden in der Offizin zum Färben nur die typischen Pflanzendrogen mit entsprechenden Eigenschaften empfohlen.

So kommt die Farbe zur Geltung Damit die Eier eine gleichmäßige Färbung annehmen, sollten diese vorher vorsichtig mit etwas Spülmittel

gereinigt werden. Für strahlende, klare Farben sind weiße Eier besser geeignet als braune. Zum Kolorieren sollten alte Behälter, Töpfe oder Schalen benutzt werden, denn einige der Farbstoffe hinterlassen Spuren, die nur schwer wieder zu entfernen sind. Zunächst wird mit den Materialien ein Sud hergestellt. Harte Wurzelteile, Stängel oder Blätter sollten über Nacht eingeweicht und erst am nächsten Tag aufgekocht werden. Der Pflanzensud wird mit 30 Gramm des Färbepulvers in

Die Basica® Intensiv-Kur für volle Leistungskraft

einem Liter Wasser hergestellt. Nach dem Aufkochen sollte die Mischung mindestens eine Viertelstunde ziehen. Nun werden die Schalen, Blüten, Blätter oder das Pulver abgeseiht und die Eier in den Topf gelegt. Für eine komplette Färbung sollte darauf geachtet werden, dass das Wasser die Eier vollständig bedeckt. Die Kochzeit beträgt

die Säure auf dem Ei verbleibt, desto stärker bleicht die behandelte Stelle aus.

Eine andere witzige Idee ist, die zu färbenden Eier mit Blättern und Blüten in eine alte Strumpfhose zu geben und dann in die Farbe zu legen. So entstehen interessante Marmorierungen – auf jeden Fall sehr individuelle.

»Nicht alle Naturfarben sind gesundheitlich unbedenklich.«

in der Regel zehn Minuten. Noch warme Eier nehmen die Farbe generell am besten auf, deshalb sollten die zu färbenden Eier auch direkt nach dem Kochen in den Sud gegeben werden. Je nachdem, welche Farbintensität gewünscht ist, verbleiben sie mehrere Minuten im Sud. Durch die Zugabe von einem Teelöffel Alaun auf einem Liter Wasser lässt sich diese noch verstärken. Pottasche beispielsweise verstärkt die Gelbtöne (ein Teelöffel auf einen Liter Wasser) und wenn vorab ein Schuss Essig in den Sud gegeben wird, bleiben die Farben besser am Ei haften. Abschließend werden die fertigen Eier mit etwas Öl schön glänzend poliert.

Tupfen und Streifen Wer keine einfarbigen Eier möchte, kann seiner Kreativität freien Lauf lassen und hübsche Muster auf die Schale zaubern. Essigsäure ätzt die Farbe weg und so kann mit einem Pinsel und etwas Essig die obere Farbschicht mehr oder weniger stark angeätzt werden. Je länger

Wichtig zu wissen Färbungen mit Naturmaterialien erzielen keine Knallfarben wie chemische Farbstoffzubereitungen, sondern zarte Kolorierungen mit inneren Mustern und feinen Marmorierungen. Nicht alle Naturfarben sind allerdings gesundheitlich unbedenklich. So wurde früher lange die Krappwurzel (*Rubiae tinctoriae radix*) aufgrund ihrer roten Farbstoffe zum Färben von Stoffen verwendet. Heute wird eine krebsauslösende Wirkung der in der Wurzel enthaltenen Hydroxyanthrachinone vermutet. Auf der sicheren Seite ist derjenige, der geeignete Lebensmittel oder Teedrogen aus der Apotheke verwendet. Lebensmittel mit färbender Wirkung sind Spinat, Rote Beete, Rotkohl, schwarzer Tee oder Zwiebelschalen. Geeignete Teedrogen aus der Apotheke sind zum Beispiel Curcumawurzel, Birkenblätter, Kamillenblüten, Matetee, Heidelbeeren und Malvenblüten. ■

Dr. Katja Renner, Apothekerin



Ihre Empfehlung bei Stress und Erschöpfung

Die Basica® 14-Tage Intensiv-Kur

- unterstützt Energiestoffwechsel und Nerven
- reduziert Müdigkeit und Erschöpfung
- stabilisiert das Säure-Basen-Gleichgewicht



2-Phasen-Effekt

Energie
am Tag



Regeneration
in der Nacht



Der 2-Phasen-Effekt mit hoch dosierten basischen Mineralstoffen, Vitaminen und Spurenelementen aktiviert und regeneriert bei chronischen Erschöpfungszuständen.

Information und Bestellung:

Tel. 089/99 65 53-137 • Fax 089/99 65 53-888
Protina Pharm. GmbH

Basica®

Die Basica® Intensiv-Kur ist ein diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät). Zur diätetischen Behandlung von Personen mit chronischen Erschöpfungszuständen und stressbedingten Erkrankungen mit metabolischer Störung.