

EIER FÄRBEN GANZ NATÜRLICH

Bunt gefärbte Ostereier gehören einfach zur Osterzeit dazu. Allerdings enthalten die herkömmlichen Eierfarben häufig sogenannte Azofarbstoffe, welche im Verdacht stehen bei empfindlichen Personen pseudoallergische Reaktionen hervorzurufen. Ebenso gibt es in der wissenschaftlichen Literatur Hinweise darauf, dass diese Farbstoffe ADHS verstärken bzw. die Aufmerksamkeit von Kindern beeinträchtigen. Eine natürliche Alternative ist also gefragt, bei der auch die Kinder mithelfen können und der Verzehr der gefärbten Eier unbedenklich ist!

Eier färben mit Zwiebelschalen und Wildkräutern

1. Viele gelbe Zwiebelschalen in einem Topf mit Wasser und einem Esslöffel Essig aufkochen.
3. Die leicht feuchten Blätter oder Papierstücke auf den Eiern fixieren, das Strumpfstück darüber ziehen, fest zudrehen und zubinden.



2. Möglichst helle Eier, gesammelte Blätter von Wildkräutern (oder auch von den Kindern ausgeschnittene Herzen, Punkte etc. aus Papier), alte Strumpfhosen oder -socken und Bindfäden vorbereiten.
4. Die zimmerwarmen Eier einige Minuten im Sud kochen, Temperatur reduzieren und rund 30 Minuten ziehen lassen. Auswickeln und abschrecken.



Das gesamte GeKiBu-Team wünscht Ihnen ein frohes und entspanntes Osterfest!

Für den Inhalt und die Fotos verantwortlich: Martina Schmidt, BSc, im Auftrag des GeKiBu-Teams