

Marktcheck Oster-Sortiment, April 2022

Ostereierfarben unter der Lupe

Greenpeace kritisiert auch heuer die Ostereierfarben zum Selberfärben. Fast 40 Prozent der Färbeprodukte in den Supermärkten enthalten nach wie vor gesundheitsgefährdende Stoffe wie Azofarben. Gerade wenn Kinder Eier färben, kommt die Farbe oft auf die Haut und von dort in den Mund. Ist die Eierschale beschädigt, werden die problematischen Farbstoffe sogar mitgegessen. Produkte bekannter Marken wie Fixcolor und Heitmann enthalten diese Stoffe bei etlichen Produkten immer noch. Auf den Eierfarben findet sich aber im Gegensatz zu Lebensmitteln mit diesen Farben kein Warnhinweis. Die kritisierten Farbstoffe können die Haut reizen, Asthma auslösen und die Entstehung der Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung (ADHS) begünstigen. Dass es auch ohne geht, zeigen die bereits gekochten, gefärbten und verpackten Eiern in den Supermärkten, die alle ohne bedenkliche Farbstoffe auskommen. Grünes Licht für die Ostereierfarben zum Selberfärben gibt Greenpeace für die Produkte bei Hofer und Lidl, sie sind alle frei von den kritisierten Farbstoffen.

Gesundheitsgefährdende Farbstoffe

Die folgenden, von der EU zugelassenen, Lebensmittel-Farbstoffe stehen im Verdacht, die oben beschriebenen negativen Auswirkungen auf die Gesundheit zu haben. Auf den Produkten ist entweder die E-Nummer oder der Name des Farbstoffes angegeben.

E 102 (Tartrazin), Azofarbe

E 110 (FD&C Yellow Nr. 6 , Gelborange S, Sunsetgelb FCF; gelborange), Azofarbe

E 122 (Azorubin, Carmoisin), Azofarbe

E 124 (Cochenillerot A, Ponceau 4R), Azofarbe

E 129 (Allurarot), Azofarbe

E 104 (Chinolingelb), kein Azofarbstoff

E 127 (Erythrosin), kein Azofarbstoff (kein Warnhinweis, aber Verwendung nur mehr eingeschränkt zulässig)

Liste empfehlenswerter Ostereierfarben im Supermarkt

Die folgenden beim Marktcheck geprüften Produkte sind frei von gesundheitsgefährdenden Farbstoffen.

Marke	Artikel	Lebensmittelzusatzstoffe		erhältlich bei
Brauns	Eierfarbe gelb	E 101 Riboflavin-5-Phosphat; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	😊	Spar, Interspar

Brauns	Eierfarbe grün	E 133 Brillantblau FCF, E 101 Riboflavin-5-Phosphat; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	☺	Spar, Interspar
Brauns	Eierfarbe karmoisin	E 120 echtes Karmin; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	☺	Spar, Interspar
Brauns	Eierfarbe scharlachrot	E 120, echtes Karmin, E 101 Riboflavin-5-Phosphat.; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat;	☺	Spar, Interspar
Brauns	Eierfarbe orange	E 120 echtes Karmin, E 101 Riboflavin-5-Phosphat.; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	☺	Spar, Interspar
Brauns	Eierfarbe rosa	E 120 echtes Karmin; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	☺	Spar, Interspar
Brauns	Eierfarbe violett	E 133 Brillantblau FCF, E 120 echtes Karmin; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	☺	Spar, Interspar
Brauns	Eierfarbe blau	E 132 Indigotin; E 133 Brillantblau FCF; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat;	☺	Spar, Interspar
Brauns	Eierfarbe sortiert, 6er Packung	E 120 echtes Karmin, E 101 Riboflavin-5-Phosphat, E 132 Indigotin, E 133 Brillantblau FCF; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	☺	Spar, Interspar
Brauns	Willis Eierfarben, 6er flüssig	E 101 Riboflavin-5-Phosphat, E 120 echtes Karmin, E 133 Brillantblau FCF; E 300 Ascorbinsäure; E 211 Natriumbenzoat	☺	Spar, Interspar
Brauns	Marmor-Eier mit Perlenglanz	E 101 Riboflavin-5-Phosphat, E 120 echtes Karmin, E 131 Patentblau V; E 422 Glycerin; E 211 Natriumbenzoat	☺	Spar, Interspar
FixColor	gelb	Salz, E 514 (i) Natriumsulfat; Farbstoff: E 101 (ii) Riboflavin-5'-phosphat; Säureregulator: E 330 Citronensäure	☺	Billa, Billa Plus, MPPreis, Spar, Interspar, Unimarkt
FixColor	rot	Salz, E 514 (i) Natriumsulfat; Farbstoff: E 120 Echtes Karmin; Säureregulator: E 330 Citronensäure	☺	Billa, Billa Plus, MPPreis, Spar, Interspar, Unimarkt
FixColor	grün	Salz, E 514 (i) Natriumsulfat; Farbstoff: E 101 (ii) Riboflavin-5'-phosphat, E 133 Brillantblau FCF; Säureregulator: E 330 Citronensäure	☺	Billa, Billa Plus, MPPreis, Spar, Interspar, Unimarkt

FixColor	violett	Salz, E 514 (i) Natriumsulfat; Farbstoff: E 120 Echtes Karmin, E 133 Brillantblau FCF; Säureregulator: E 330 Citronensäure	☺	Billa, Billa Plus, MPPreis, Spar, Interspar, Unimarkt
FixColor	blau	Salz, E 514 (i) Natriumsulfat; Farbstoff: E 133 Brillantblau FCF; Säureregulator: E 330 Citronensäure	☺	Billa, Billa Plus, MPPreis, Spar, Interspar, Unimarkt
FixColor Hasi's Liebling	AzoFreie Farben 4er	E 120 Echtes Karmin; E 131 Patentblau V; E 141 Kupferkomplexe der Chlorophylle und Chlorophylline; E 330 Citronensäure	☺	Billa, Billa Plus,
Heitmann	Buntes OsterTrio	Zucker; Säureregulator: E 296 Äpfelsäure, E 300 Ascorbinsäure, E 330 Citronensäure; Farbstoff: E 101 (ii) Riboflavin-5'-Phosphat, E 120 Echtes Karmin, E 133 Brillantblau FCF; Emulgator: E 433 Polysorbat 80.	☺	Hofer
Heitmann	Buntes Osterset	Feuchthaltemittel: E 422 Glycerin; Wasser, Farbstoff: E 101 (ii) Riboflavin-5'-Phosphat, E 133 Brillantblau FCF.	☺	Hofer
Heitmann	Express-Färben	Feuchthaltemittel: E 422 Glycerin; Wasser, Farbstoff: E 141 (ii) Kupferkomplexe der Chlorophylline, E 101 (ii) Riboflavin-5'-Phosphat, E 120 Echtes Karmin; Säureregulator: E 524 Natriumhydroxid, E 640 (I) Glycine.	☺	Hofer
Heitmann	Marmorglanz	Wasser, Verdickungsmittel: E 414 Gummi Arabicum; Farbstoff: E 101 (ii) Riboflavin-5'-Phosphat, E 120 Echtes Karmin, E 142 Grün S; Säureregulator: E 270 Milchsäure; Konservierungsstoff: E 202 Kaliumsorbat.	☺	Hofer
Heitmann	Lustige Gesichter	Zucker; Säureregulator: E 296 Äpfelsäure, E 300 Ascorbinsäure, E 330 Citronensäure; Farbstoff: E 101 (ii) Riboflavin-5'-Phosphat, E 120 Echtes Karmin, E 133 Brillantblau FCF; Emulgator: E 433 Polysorbat 80.	☺	Hofer
Heitmann	Marmor-Ei	Wasser, Verdickungsmittel: E 414 Gummi Arabicum; Farbstoff: E 101 (ii) Riboflavin-5'-Phosphat, E 120 Echtes Karmin, E 142 Grün S; Säureregulator: E 270 Milchsäure; Konservierungsstoff: E 202 Kaliumsorbat.	☺	Lidl
Heitmann	Express-Farben	Feuchthaltemittel: E 422 Glycerin; Wasser, Farbstoff: E 141 (ii) Kupferkomplexe der Chlorophylline, E 101 (ii) Riboflavin-5'-Phosphat, E	☺	Billa Plus, Lidl,

		120 Echtes Karmin; Säureregulator: E 524 Natriumhydroxid, E 640 (I) Glycine.		Spar, Interspar, MPreis
Schimek	Megacolor rot	E 101 Riboflavin-5-Phosphat, E120 echtes Karmin; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	😊	Spar, Interspar
Schimek	Megacolor gelb	E 101 Riboflavin-5-Phosphat; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	😊	Spar, Interspar
Schimek	Megacolor grün	E 101 Riboflavin-5-Phosphat, E 133 Brillantblau FCF; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	😊	Spar, Interspar
Schimek	Megacolor lila	E 120 echtes Karmin; E 133 Brillantblau FCF; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	😊	Spar, Interspar
Schimek	Megacolor pink	E 120 echtes Karmin; E 500 ii Natriumhydrogencarbonat	😊	Spar, Interspar
Schimek	Megacolor blau	E132 Indigotin; E133 Brillantblau FCF, E 500 ii	😊	Spar, Interspar

Geprüft werden beim Marktcheck die neun größten herkömmlichen, heimischen Supermarktketten: deren empfehlenswerte Produkte sind oben gelistet. **Auro Natur Eierfarben** wie sie in Bio-Supermärkten wie denns erhältlich sind, sind ebenfalls empfehlenswert.

Bunte Eier mit Farben aus der Natur

Die Natur liefert viele Farben, mit denen sich Eier kostengünstig und auf ganz natürliche Weise schön bunt färben lassen. Lebensmittel und Gewürze muss man nicht extra kaufen und sie enthalten Im Gegensatz zu vielen handelsüblichen Farben keine für die Gesundheit bedenklichen Stoffe. Daher sind sie auch gut fürs Färben mit Kindern geeignet. Hier eine Auflistung von färbenden Stoffen aus der Küche:

- Gelb: Kurkuma oder Currypulver
- Pink bis Rot: Saft von roten Rüben
- Blau: Blaukraut, Heidelbeeren
- Dunkelrot: rote Zwiebelschalen
- Grün: Spinat, Petersilie, Brennnessel
- Braun: Kaffeesatz