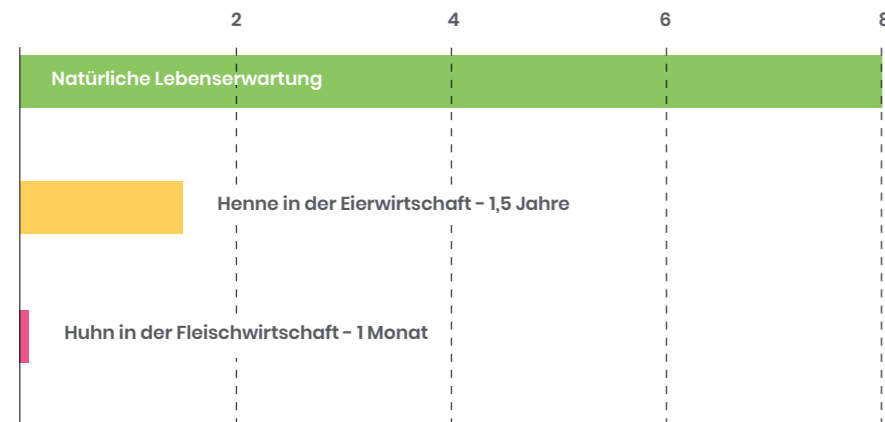


Lebensdauer von Hühnern in Jahren



Quellenangaben & Informationen unter vegan.at/eifakten

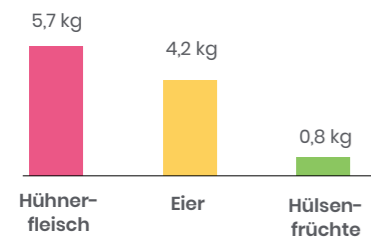
Zahlen für Österreich 2022

- Eierkonsum pro Kopf: **248 Stück**
- Geschlachtete Hühner: **101.825.868**
- Hühnerfleischkonsum pro Kopf: **13 kg**
- Aussortierte männliche Kücken: **9.242.715**

Quelle: Statistik Austria (2023)

Vergleich der Treibhausgasemissionen

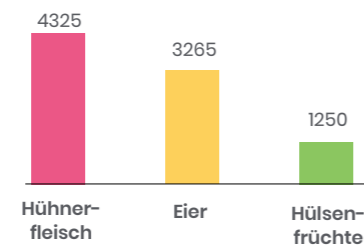
(CO_{2eq} je 100 g Protein)



Quelle: Poore, J. & Nemecek, T. (2018)

Vergleich des Wasserverbrauchs

(in Liter je kg)



Quelle: Mekonnen, M. & Hoekstra, A. (2012), FAO (2015)

VEGANER MONAT

Du bist an der pflanzlichen Ernährung interessiert und möchtest sie einfach einmal ausprobieren?

Melde dich an und erhalte von uns täglich per E-Mail Infos, Tipps und Rezepte rund um die vegane Lebensweise.



Kostenlos & unverbindlich! Jetzt anmelden: veganuary.com/veganat



Impressum:

Ausgabe 2024
Vegane Gesellschaft Österreich
 Wurmbstr. 42/4. OG
 1120 Wien
 Tel: +43 1 909 2101
www.vegan.at
info@vegan.at

ZVR-Zahl: 208143224
 Spenden: IBAN: AT236000000092133538
 BIC: BAWAATWW

Magazin-Probeexemplar: www.vegan.at/gratis
 Fotos: adobestock.com, rawpixel.com
 Gedruckt auf 100 % Recyclingpapier



Legen Hühner nicht sowieso Eier?

Wie Sie Hühnern und Kücken das Leben retten können!

EIERZEUGUNG IN ÖSTERREICH

Gackernde Hühner, die in kleinen Gruppen auf einem Bauernhof umherlaufen? Die Realität sieht leider anders aus.

Die Haltung von Hühnern zählt zu den am stärksten industrialisierten Bereichen der Landwirtschaft und keine andere am Land lebende Tierart wird derart stark ausgebeutet. Weltweit werden jährlich über 70 Milliarden Hühner geschlachtet!

WARUM UNTERSCHIEDET MAN „MASTHÜHNER“ UND „LEGEHENNEN“?

Hühner werden heute für eine Nutzungsart – Fleisch oder Eier – gezüchtet. „Masthühner“ nehmen rasant zu und erreichen nach etwa einem Monat ihr Schlachtgewicht. „Legehennen“ sollen im Gegensatz dazu Höchstmengen an Eiern produzieren. Nach 4 Monaten beginnen die Hühner Eier zu legen. Durch das zuchtbedingte häufige Eierlegen leiden sie meist an Erkrankungen der Legeorgane, Osteoporose und Knochenbrüchen. Wildlebende Hühnerarten legen hingegen nur wenige Dutzend Eier pro Jahr. Nach intensiven 12-14 Monaten und über 300 gelegten Eiern sind „Legehennen“ körperlich ausgelaugt. Da ihre

Legeleistung nachlässt, werden sie in diesem Alter geschlachtet – lang vor dem Ende ihrer natürlichen Lebenserwartung.

WELCHES SCHICKSAL ERWARTET MÄNNLICHE KÜCKEN?

Kücken kommen in Brütereien zur Welt, ohne jemals ihre Mutter kennenzulernen. Bei den „Legehennenrassen“ werden sie nach dem Schlüpfen nach ihrem Geschlecht sortiert. Dabei sind die männlichen Kücken für die Landwirtschaft wenig interessant, da sie keine Eier legen und im Gegensatz zu „Masthühnern“ nur langsam zunehmen. Aus diesem Grund wurden bis vor kurzem jährlich über 9 Millionen Kücken an ihrem ersten Lebenstag vergast. Durch eine Branchen-



vereinbarung sollen sie nun entweder an Zootiere verfüttert oder als Jung- hähne nach ein paar Monaten getötet werden. So oder so erwartet sie ein gewaltvolles Ende.

WIE LEBT EIN HUHN IN DER LAND- WIRTSCHAFT?

In der Bodenhaltung, der häufigsten Haltungsform in Österreich, dürfen 6.000 Individuen pro Halle gehalten werden und 7 bis 9 Hennen müssen sich einen Quadratmeter teilen. In der Freilandhaltung gelten dieselben Anforderungen für den Innenbereich. Pro Henne muss zusätzlich ein Aus- lauf von 8 Quadratmetern im Freien gegeben sein. Aufgrund von hohen Besatzdichten, mangelnder Bewegungsfreiheit und fehlenden Beschäftigungsmöglichkeiten kommt es zu phy- sischen und psychischen Problemen,

die von Langeweile und Aggressivität bis zu Federpicken und Kannibalismus reichen. Statt die Ursachen des Prob- lems zu bekämpfen, wird zu Maß- nahmen wie dem Schnabelkürzen gegriffen – was in den ersten Lebens- tagen sogar ohne Betäubung erlaubt ist.

WARUM ESSEN WIR NOCH IMMER KÄFIGEIER?

Die Käfighaltung von Legehennen ist in Österreich seit 2009 und in der restlichen EU seit 2012 verboten. Sogenannte ausgestaltete Käfige, die kaum eine Verbesserung darstellen, sind in der EU nach wie vor erlaubt. In den meisten EU-Ländern ist kein Verbot in Sicht. Da Lebensmittel- industrie und Gastronomie im Gegen- satz zum Handel keiner Kennzeich- nungspflicht der Eier unterliegen

und Eier aus Käfighaltung importiert werden dürfen, konsumieren Österreicher:innen in Restaurant- speisen, Fertig- und Backwaren häufig Käfigeier, ohne es zu ahnen.

GESUNDHEIT

Eier gelten als hervorragende Quelle von Proteinen, die nicht zufällig auch Eiweiß genannt werden. Der Mythos, dass Eier und Fleisch für eine adäquate Proteinversorgung und insbesondere für den Muskelaufbau essenziell wären, blieb lange Zeit bestehen. Doch mit einer gut geplanten veganen Ernährung können alle Nährstoff- bedürfnisse bestens gedeckt werden. Hülsenfrüchte, Sojaprodukte, Getreide, Nüsse und Samen sind ausgezeichnete Quellen pflanzlichen Proteins. Eier enthalten neben Protein auch hohe Mengen Cholesterin und als ungesund geltende gesättigte Fettsäuren.

UMWELT

Die Produktion von tierischen Lebens- mitteln trägt entscheidend zu Umwelt- problemen wie Klimawandel, Wasser- knappheit und Artensterben bei. Hühner werden zu einem großen Teil mit Soja gefüttert. Weltweit landen etwa 80 % der Sojaernte in den Futter- trögen von Tieren. So steht der Konsum von Fleisch und Eiern in einem direkten Zusammenhang mit Waldrodungen, etwa des südameri-

kanischen Amazonas-Regenwalds. Eine umweltfreundliche Alternative sind Hülsenfrüchte: Die Treibhausgasemis- sionen und der Wasserbedarf sind im Gegensatz zu Fleisch und Eiern wesentlich geringer.

PFLANZLICHE ALTERNATIVEN

Beim Kochen und Backen können Eier einfach durch pflanzliche Lebens- mittel ersetzt werden. Je nachdem, ob Geschmack, Farbe, bindende oder auflockernde Eigenschaften von Eiern in einer Speise gewünscht sind, eignen sich unterschiedliche Alternativen. Rezepte für vegane Eierspeise, Omeletts, Torten und Kuchen finden sich unter:

[vegan.at/kochen-ohne-ei](https://www.vegan.at/kochen-ohne-ei)

GESCHMACK

- Kala Namak (Schwarzsatz)

FARBE

- Kurkuma

EISCHNEE

- Aquafaba (aufgeschlagene Abtropfflüssigkeit von Kicher- erbsen)

BINDEN UND AUFLOCKERN

- Fertiger Ei-Ersatz (z. B. MyEY)
- 1 EL Sojamehl, Johannisbrotkernmehl oder Stärke + 1 EL Wasser
- ½ zerdrückte Banane
- 2 EL Apfelmus