

Klassiker der Osterjause: Das gibt es beim Einkauf zu beachten

Wenn nach der Fastenzeit Ostern gefeiert wird, steht bei vielen Menschen eine Osterjause auf dem Tisch. Meist enthält sie Osterschinken, Ei und Kren. Land schafft Leben klärt auf, was es über diese heimischen Lebensmittel zu wissen gibt.

Die 40 Tage vor Ostern dienten seit jeher dem bewussten Verzicht. Umso größer war die Wertschätzung tierischer Lebensmittel wie Fleisch und Ei, wenn sie wieder gegessen werden durften. Auch heutzutage sollte man sich bewusst mit Lebensmitteln und der damit einhergehenden heimischen Landwirtschaft auseinandersetzen, meint **Maria Fanninger**, Gründerin des Vereins Land schafft Leben:

„Wir sollten nicht nur blindlings im Supermarkt einfach zu bunt gefärbten Eiern und dem günstigsten Osterschinken greifen, sondern darauf achten, woher diese wertvollen Lebensmittel stammen und wie sie produziert worden sind. Die alljährliche Osterjause ist ein guter Anlass, um sich gezielt für Lebensmittel aus der Region zu entscheiden.“

Osterschinken

Beim Osterschinken handelt es sich meist um den Schlägel des Schweins. Traditionell ist er in der Steiermark, Kärnten und Salzburg zu finden. Ein anderes Teilstück wird hingegen für das „Geselchte“ verwendet – das ist wiederum abhängig von der Region. Das „eine“ spezielle Rezept für Osterschinken gibt es daher nicht: Vielmehr unterscheidet er sich je nach Herstellung, Art des Teilstückes sowie nach Region und Zubereitung zuhause. Während Pökelsalz bei der Herstellung aller verschiedenen Osterschinken verwendet wird, können die übrigen Zutaten je nach Region und Produkt variieren. Bei verpacktem Osterschinken sind die Zutaten transparent auf dem Etikett zu finden – ein Blick auf die Zutatenliste lohnt sich also für einen bewussten Einkauf allemal.

Osterei

Gefärbte und gekochte Eier müssen laut EU-Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) nicht mit ihrer Herkunft deklariert werden. Anders ist dies, wenn es sich um rohe Frischeier handelt. Diese müssen immer die Art der Legenhennenhaltung, also Boden-, Freiland- oder Biohaltung, sowie das Herkunftsland aufweisen. Bei bunten Ostereiern aus dem Supermarkt ist die freiwillige Kennzeichnung, die viele herstellende Betriebe anführen, hilfreich, wenn man zu österreichischen Lebensmitteln greifen möchte.

Kren

Die Herkunft ist nicht nur bei tierischen Lebensmitteln maßgebend, sondern auch beim Gemüse. So wird beispielsweise der Kren nach seiner Herkunft unterschieden. Denn Sorten, wie bei anderem Gemüse, gibt es bei der Wurzel nicht. Der Steirische Kren ist als einer der schärfsten bekannt. Zudem gilt beim Kren, wenn er in der Steiermark angebaut wurde, das g.g.A.-

Presseaussendung

Wien, 16. April 2025



Gütezeichen. G.g.A. steht für „geschützte geografische Angabe“, die im Fall des Krens das Anbaugebiet in der Steiermark garantiert.

Vielfalt aus der Umgebung

Osterschinken, Eier und Kren zählen zu den Klassikern am Ostertisch. Die Bestandteile der Osterjause können jedoch variieren. Maria Fanninger führt aus:

„Regionale Unterschiede spielen nicht nur zu Ostern eine Rolle, sondern das ganze Jahr über. Wir haben in Österreich eine unglaubliche Vielfalt an regionalen Spezialitäten, die das jeweilige Gebiet einzigartig machen. Es zahlt sich also aus, beim Lebensmitteleinkauf auch die Produkte auszuprobieren, die direkt bei einem in der Umgebung hergestellt werden.“

Für Rückfragen oder ein Interview stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!

Rebecca Marchhart, Kommunikation

Land schafft Leben

8970 Schladming | Erzherzog-Johann-Straße 248b

1010 Wien | Schwarzenbergstraße 8/1

T: 01 89 06 458

presse@landschafttleben.at

Bildmaterial

- Meist enthält eine klassische Osterjause Osterschinken, Eier und Kren. Die Bestandteile können allerdings je nach Region variieren. © Dusan Zidar/Shutterstock.com

Weiterführende Links für Ihre Recherche:

- www.landschafttleben.at

Kurzinfo Land schafft Leben

„Den Menschen fehlt der Bezug zu Lebensmitteln, sie treffen ihre Konsumententscheidungen hauptsächlich über den Preis.“ Es war diese Erkenntnis, die den Bio-Bergbauern **Hannes Royer** und die Unternehmerin **Maria Fanninger** 2014 dazu veranlasst hat, zusammen mit Mario Hütter den gemeinnützigen Verein **Land schafft Leben** zu gründen und 2016 schließlich der Öffentlichkeit zu präsentieren. Transparent und unabhängig klären sie seither zusammen mit ihrem Team über österreichische Lebensmittel und deren Produktion auf und schaffen Bewusstsein für die ökologischen und gesundheitlichen Auswirkungen unseres Lebensmittelkonsums. Dazu beleuchtet der Verein die gesamte Wertschöpfungskette von der Landwirtschaft über die Verarbeitungsbetriebe bis in die Gastronomie und den Handel. Die Ergebnisse der wissenschaftlich fundierten Recherchen werden in Form von Bild, Text und Video aufbereitet und sind frei unter www.landschafttleben.at zugänglich. Seit 2021 bringt der Verein mit der Bildungsinitiative „Lebensmittelschwerpunkt“ Wissen zum Essen in Österreichs Schulen. Die beiden Gründer*innen Hannes Royer und Maria Fanninger stehen mit ihrem Verein *Land schafft Leben* für Konsument*innen ebenso wie Medienvertreter*innen als erste Ansprechpartner zu vielfältigen Themen aus der Lebensmittelwelt zur Verfügung. Auch über zahlreiche Social-Media-Kanäle, einen Newsletter und Vorträge bekommen Konsument*innen realistische Bilder, die unsere Lebensmittelproduktion weder skandalisieren, noch beschönigen. Ein besonders wichtiges Sprachrohr ist der mehrfach prämierte Podcast „Wer nichts weiß, muss alles essen“, mit dem der Verein 2023 den Ö3-Podcast-Award gewinnen konnte. *Land schafft*

Presseaussendung

Wien, 16. April 2025



Leben finanziert sich über vier Säulen: Aktuell unterstützen über 60 Förderer den Verein, darunter Verarbeiter, Erzeugergemeinschaften und Vertreter des Lebensmittelhandels; zudem erhält *Land schafft Leben* seit dem Jahr 2021 eine öffentliche Förderung; weiters nimmt der Verein Gelder über Vortragstätigkeiten ein und wird von privaten Spender*innen unterstützt.