



# MyEy: Tierfreundliche Alternative zu Ei



Für alle, die eine tierfreundliche Alternative zum Backen und Kochen ohne Ei suchen, gibt es jetzt »MyEy«. Mit den drei Sorten Volley, Eyweiß und Eygelb lassen sich alle Rezepte kochen und backen, für die traditionell Hühnereier verwendet werden: zum Aufschlagen, Binden, Lockern und Verfeinern... Wer möchte, kann sogar rein pflanzliches Spiegelei oder Rührei zubereiten - natürlich völlig ohne Cholesterin!

MyEy wurde von dem veganen Bäcker- und Konditormeister Chris Geiser aus Tirol entwickelt, der für seine Torten, Bisquitrollen, Baiser und Schaumcremes einerseits tierfreundliche Alternativen zum Hühnerei suchte, andererseits ein hochwertiges pflanzliches Produkt in Bioqualität mit Zutaten regionaler Landwirtschaft.

Wer bisher in der veganen Küche und beim veganen Backen Eier ersetzen wollte, musste für die verschiedenen Eigenschaften diverse einzelne Hilfsmittel wie Soja- oder Lupinenmehl oder Seidentofu verwenden. MyEy vereint das gesamte Spektrum an Funktionalität - von Schaummassen, Aufschlagen, Backen bis zum veganen Rühr- oder Spiegelei.

## Veganer Konditormeister entwickelte Alternative für seine Torten, Bisquitrollen, Baisers...

Schon 1999 hatte Chris Geiser die erste vegane Vollwertkonditorei eröffnet. Von dort aus versendete er europaweit seine süßen Köstlichkeiten direkt ins Haus und in Naturkostläden.

Heute wird er bei veganen Großveranstaltungen gerne als Medienmagnet gebucht und macht dabei mit allerlei veganen Weltrekorden Furore: Längste vegane Schokoroulade mit 110 Metern Länge (Veganmania in Wien, 2011), größte vegane Schaumrolle (Veggie Planet in Salzburg, 2012), größte vegane Sachertorte (Veganmania in Wien, 2013) und das größte vegane Spiegelei mit 150 cm Durchmesser, bestehend aus MyEy (Veganmania in Wien und Winterthur, 2014).

## Ei-Ersatz mit hochwertigen natürlichen Zutaten

MyEy besteht aus hochwertigen pflanzlichen Zutaten in Bio-Qualität, ist gut verträglich und zudem eine wertvolle pflanzliche Eiweißquelle (Erbsen- und Kartoffelprotein sowie Lupinen, die alle acht für den Menschen essentiellen Aminosäuren enthalten). Es enthält kein Soja und ist frei von Cholesterin.



1 Dose **VollEy** (Inhalt 200 g) entspricht rund 24 Eiern und ist aufschlagbar. 1 Ey entspricht der Menge von 8,3g.

Beim Dosenpreis von 9,99 Euro kostet 1 Ey 40 Cent, also so viel wie ein gutes Bio-Ei. Für Saucen, Cremes, Kuchen, zum Panieren...

1 Dose **EyGelb** entspricht rund 60 Eigelb (nicht aufschlagbar). Ideal für Spätzle, Rouladen, Soßen, Spiegeley...

1 Dose **EyWeiß** entspricht rund 40 Eiweiß und ist aufschlagbar, bringt Volumen und Fluffigkeit für Kuchen, Schaummassen, Baisers, Soufflets, Schaumrollen...

# & gesunde

Aus lebensmittelhygienischer Sicht hat MyEy unschlagbare Vorteile, auch in der Gastronomie: Es gibt weder Gefahren von Salmonelleninfektionen noch Lebensmittelskandale wie Dioxin in Eiern. Außerdem: MyEy muss nicht gekühlt werden und ist einige Monate haltbar.

MyEy ist denkbar leicht anzuwenden, denn es ist einfach nur mit der 5-fachen Menge an Wasser anzurühren: »1+5= Ey« lautet die Zauberformel für alle MyEy-Produkte. Erhältlich ist MyEy in 200g Dosen und im Großgebilde für Weiterverarbeiter und Gastronomie.

## 100% tierfreundlich: Da freuen sich die Hühner!

Das Wichtigste: MyEy ist 100 % tierfreundlich! Jetzt können Sie Eischnee, Rühr- und Spiegelei, Baiser und Bisquitrollen zubereiten, ohne dass dafür Legehennen in Massenhaltung eingesperrt und männliche Küken gleich nach dem Schlüpfen aussortiert und geschreddert werden! (Es wird zwar gerne verdrängt, aber: Auch Bio-Eier stammen in den meisten Fällen aus industrieller Massenhaltung, von hochgezüchteten Hybrid-Hühnern, die nach eineinhalb Jahren Eierlegen als Suppenhuhn oder Tierfutter enden...).

»Wir wollen hoffen, dass der Eierkonsum überdacht wird«, sagt Chris Geiser im Gespräch mit **Freiheit für Tiere**. »Die neue Zeitschrift kommt eh gut zur Osterzeit - vielleicht bringt sie ein bisschen den Tier-Ei Umsatz ins Schwanken. Ohne wirkliche Alternative (für die Tier-Ei-Esser) kann den Tieren nicht geholfen werden.«

Für den veganen Konditormeister ist die Verwendung von Ei-Ersatz ein Ausdruck von Mitgefühl: »Das Ei ist so konzipiert, dass das zart entwickelte Geschöpf eines Kückens das Licht der Welt erblicken kann. MyEy wurde entwickelt, damit alle Menschen, die das Herz am rechten Fleck haben und auch unseren Planeten lieben, die kulinarischen Highlights der Küche entdecken können.«

Wer also traditionelle Köstlichkeiten wie Kaiserschmarrn oder Bisquitrolle liebt, muss nicht länger aus ethischen Gründen darauf verzichten - sondern er wählt einfach die pflanzliche Variante. »Meist sind Mitgefühl und Kreativität die stärksten Kräfte, die uns bekannte und schmackhafte Gerichte in eine reine Form bringen und neue herrliche vegane Gerichte kreieren lassen«, so Chris Geiser.

**Informationen & Bestellmöglichkeiten:**  
[www.myey.info](http://www.myey.info)

**Immer neue Rezepte mit MyEy:**  
[www.facebook.com/MyEy.info](https://www.facebook.com/MyEy.info)



Bild: change2veg.com

**MyEy wurde mit dem PETA-PROGRESS AWARD 2014 ausgezeichnet. Begründung der Tierrechtsorganisation: Die Ei-Alternativen »VollEy«, »EyWeiß« und »EyGelb« machen die Verwendung von Hühnereiern, die unweigerlich mit dem Leid von Millionen von Vögeln verbunden sind, überflüssig. Dabei ist MyEy nicht nur ein ethisches Statement, sondern auch noch gut für die die Gesundheit!**

## Mehrfach ausgezeichnet

Der beste **Ei-Ersatz** - Mit natürlichen Zutaten



☘ aufschlagbar ☘ biozertifiziert ☘ vegan

[www.myey.info](http://www.myey.info)





# MyEy-Rezeptideen

## Vegane Spiegeleier

### Zutaten für 4 Spiegeleier:

4 EL EyWeiß  
2 EL EyGelb  
1 Prise Kala Namak  
(Indisches schwarzes Salz)  
Öl für die Pfanne

### Zubereitung:

Das Ey-Pulver getrennt jeweils mit der 3-fachen Menge Wasser anrühren. Das EyWeiß mit Kala Namak würzen. Etwas Öl in die Pfanne geben, wenn es heiß ist, mit einem Löffel das EyWeiß in Spiegelei-Form hineinschütten. Darauf kommt ein runder Klecks EyGelb. Brutzeln, bis die Ränder goldbraun werden. Auf heißem Toast genießen.



Bild: vgr.ch

**Weltrekord: Größtes veganes Spiegelei**

## Rührey

### Zutaten:

Eyweiß  
Eygelb  
für 2 Portionen:  
2 Messlöffel (ML) Eyweiß  
+ 6 ML Wasser  
1 ML EyGelb + 6 ML Wasser  
Kala-Namak-Salz  
Salz, Pfeffer, Prise Muskat  
Räuchertofu (in Würfeln), Zwiebelwürfel  
Schnittlauch, kleingeschnittene Tomaten/getrocknete Tomaten



### Zubereitung:

EyWeiß mit der 3-fachen Menge Wasser in einer Schüssel anrühren, mit Salz, Pfeffer und nach Wunsch mit Muskat würzen. EyGelb mit der 3-fachen Menge Wasser in einer anderen Schüssel anrühren, mit Kala-Namak-Salz, Salz und Pfeffer würzen. Zwiebelwürfel scharf anbraten. Räuchertofu-Würfel dazugeben und beides bei kleiner Hitze lange anbraten, so dass sich richtig viele Röstaromen entwickeln. Öl in die Pfanne geben, EyWeiß und EyGelb in zwei Pfannen parallel bei niedriger Hitze anbrutzeln und mit einem Kochlöffel rühren. Wenn beides schön eingedickt ist, das Eygelb punktuell über das Eyweiß geben (nicht vermischen) und beides noch ein bisschen in der Pfanne lassen. Angebratene Räuchertofu-Stückchen und Zwiebeln unterheben, kleingeschnittene Tomaten und Schnittlauch dazugeben. Auf Toast oder Brot genießen.

## Eyschnee (für Baiser, Mousse...)

Eyweiß (5 g Eyweiß  $\hat{=}$  der Menge von einem Ei) mit der 3-fachen Menge Wasser in hohes Schlaggefäß geben. Zu Beginn ca. 25 % vom Zucker begeben und auf höchster Stufe schlagen. Nach 3-5 min. zum Aussteifen restlichen Zucker begeben. Dann erst Vanille, Zitrone, Spiritousen, Schoko... unterheben.



## Waffeln

### Zutaten:

500 g Mehl  
125 g Zucker  
MyEy Volley für 4 Eyer  
(33 g Volley + 165 g Wasser)  
1 Tütchen Backpulver  
125 g weiche Alsan  
500 ml Hafermilch  
Prise Zimt  
Saft einer halben Zitrone

### Zubereitung:

Alle Zutaten gut verrühren und das Waffeleisen gut einfetten und vorheizen. Tipp: Eisen nicht zu früh öffnen, dann können die Waffeln zerreißen. Wer es noch luftiger mag, kann auch 2 Eyweiß nach Anleitung aufschlagen und locker unter den Teig heben.

## Kokos- Makronen

### Zutaten:

200 g Kokosraspeln  
200 g Puderzucker  
4 Eyweiß (20 g Eyweiß + 100g Wasser)



### Zubereitung:

Alle Zutaten in einen Topf auf kleiner Flamme bis ca. 50 Grad erhitzen, so dass sich alles verbindet. Wenn die Masse etwas abgekühlt ist, mit einem Spritzbeutel auf Oblaten oder direkt auf Backpapier spritzen. Backzeit je nach Größe der Makronen ca. 25 Minuten: 10 Minuten mit Umluft bei 180 Grad, bis die Spitzen etwas braun werden, dann den Herd auf Ober- und Unterhitze und weitere 10 Min. bei 180 Grad backen. Die letzten ca. 5 Min. auf Umluft schalten und die Oberfläche ein bisschen nachbräunen lassen.