

## PRESSEMITTEILUNG

Bundesweite Befragung zum Welt-Ei-Tag 2024

### **Frühstücksei in Deutschland: Die Hälfte kocht, ein Viertel rührt**

*Berlin, 10. Oktober 2024* – **Wie essen Sie Ihr Frühstücksei am liebsten? Für knapp die Hälfte der Deutschen ist das gekochte Ei morgens die erste Wahl. Ein Viertel der Bundesbevölkerung entscheidet sich für das Rührei. Das Spiegelei steht bei elf Prozent in der Gunst und knapp sechs Prozent bereiten sich am liebsten ein Omelett.**

Der Blick auf die einzelnen Altersgruppen zeigt ein interessantes Bild: Während die 18 bis 29-jährigen und alle Altersgruppen ab 40 das Frühstücksei am liebsten kochen, sind es bei den 30 bis 39-jährigen mehr als 40 Prozent, die sich für das Rührei entscheiden.

Bei 36 Prozent der Befragten stehen Hühnereier mindestens mehrmals die Woche auf dem Tisch, bei Haushalten mit Kindern sogar bei 51 Prozent.

Dies sind die Ergebnisse einer bundesweit bevölkerungsrepräsentativen Befragung anlässlich des Welt-Ei-Tages 2024, die Civey im Auftrag des Bundesverbands Ei gerade durchgeführt hat.

„Vor allem freut mich die Einschätzung von gut 85 Prozent unserer Mitbürger, künftig genauso viele oder sogar noch mehr Hühnereier essen zu wollen. Die Popularität dieses Superfoods ist seit Jahren stabil positiv – in Deutschland und auch global.“, so Hans-Peter Goldnick, Vorsitzender des Bundesverbands Ei, zu den Umfrageergebnissen.

In Deutschland wurden 2023 pro Kopf 236 Eier verbraucht. In Ländern wie Japan oder Mexiko sind es sogar mehr als 300 Eier im Jahr.

„In einer Welt, in der gesunde Ernährung immer wichtiger wird, ist das Ei ein zugängliches und kosteneffizientes Lebensmittel, das eine zentrale Rolle bei der ausgewogenen Ernährung spielt.“, verdeutlicht Goldnick.

Wissenschaftler aus dem Vereinigten Königreich sowie aus China konnten feststellen, dass der Konsum eines Eies pro Tag mit einer verringerten Wahrscheinlichkeit für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Schlaganfälle in Verbindung zu bringen ist. In einer groß angelegten Studie mit etwa 500.000 Erwachsenen wurde festgestellt, dass täglicher Eierkonsum das Risiko für kardiovaskuläre Krankheiten senkt, da Eier vorteilhafte Metaboliten fördern, die das Herz schützen.

Untersuchungen in Entwicklungsländern zeigen, dass die Mangelversorgung von Kindern mit wichtigen Nährstoffen und Spurenelementen durch den Konsum von einem Ei je Tag verringert werden konnte. Wenn es nun heißt, "An egg a day keeps the doctor away.", kommt Legehennenhalter Hans-Peter Goldnick ins Schwärmen: „Diese Studien würdigen in einzigartiger Weise die hervorragenden ernährungsphysiologischen Eigenschaften von Eiern. Bei derzeit rund 240 Eiern, die pro Kopf und Jahr konsumiert werden, kann ich nur jedem Bürger raten, mehr Eier als bisher zu essen. Eier sind gesund!“

In diesem Jahr steht der Welt-Ei-Tag im Zeichen der **Ernährungssicherheit und der Förderung nachhaltiger Praktiken**. Die Eierindustrie setzt sich zunehmend dafür ein, die Produktion so zu gestalten, dass sowohl Mensch als auch Umwelt langfristig profitieren.

### **Über den Welt-Ei-Tag**

Der Welt-Ei-Tag wurde 1996 von der International Egg Commission ins Leben gerufen und wird seither in mehr als 100 Ländern der Welt jedes Jahr am zweiten Freitag im Oktober gefeiert. Ziel des Tages ist es, die Bedeutung des Eis als eine erschwingliche, nachhaltige und nahrhafte Nahrungsquelle in den Fokus zu rücken. Der BVEi ist Mitglied im IEC.

### **Über die Umfrage "Frühstücksei in Deutschland"**

Civey hat für den Bundesverband Ei vom 9. bis 10. Oktober 2024 rund 2.500 deutsche Bundesbürger:innen online befragt. Die Ergebnisse sind repräsentativ für die befragte Zielgruppe unter Berücksichtigung des statistischen Fehlers. Civey erhebt Daten mit der eigenen Technologie unter verifizierten Teilnehmenden.

### **Über den BVEi**

Unter dem Dach des ZDG bildet der Bundesverband Ei e. V. (BVEi) die gesamte Erzeugungskette von Eiern ab: Mitglieder sind Junghennenaufzuchtbetriebe, Legehennenhalter, Packstellen und der Eierhandel sowie als weitere Gruppe die Koch-, Schäl- und Färbetriebe. Zielsetzung des BVEi ist die Bündelung und Vertretung aller berufsständischen Interessen der in Deutschland an der Eierzeugung und -vermarktung Beteiligten gegenüber Politik, Behörden und Öffentlichkeit.

### **Pressekontakt**

Zentralverband der Deutschen Geflügelwirtschaft e. V. (ZDG)  
Wolfgang Schleicher | Geschäftsführer  
Claire-Waldoff-Str. 7 | 10117 Berlin  
Telefon 030 288831-30 | Mobil 0171 3091890  
E-Mail: [presse@zdg-online.de](mailto:presse@zdg-online.de) | Internet: [www.zdg-online.de](http://www.zdg-online.de)