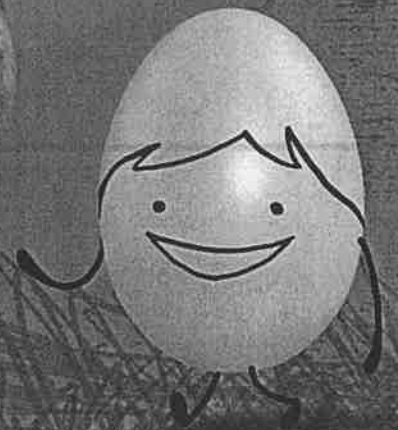
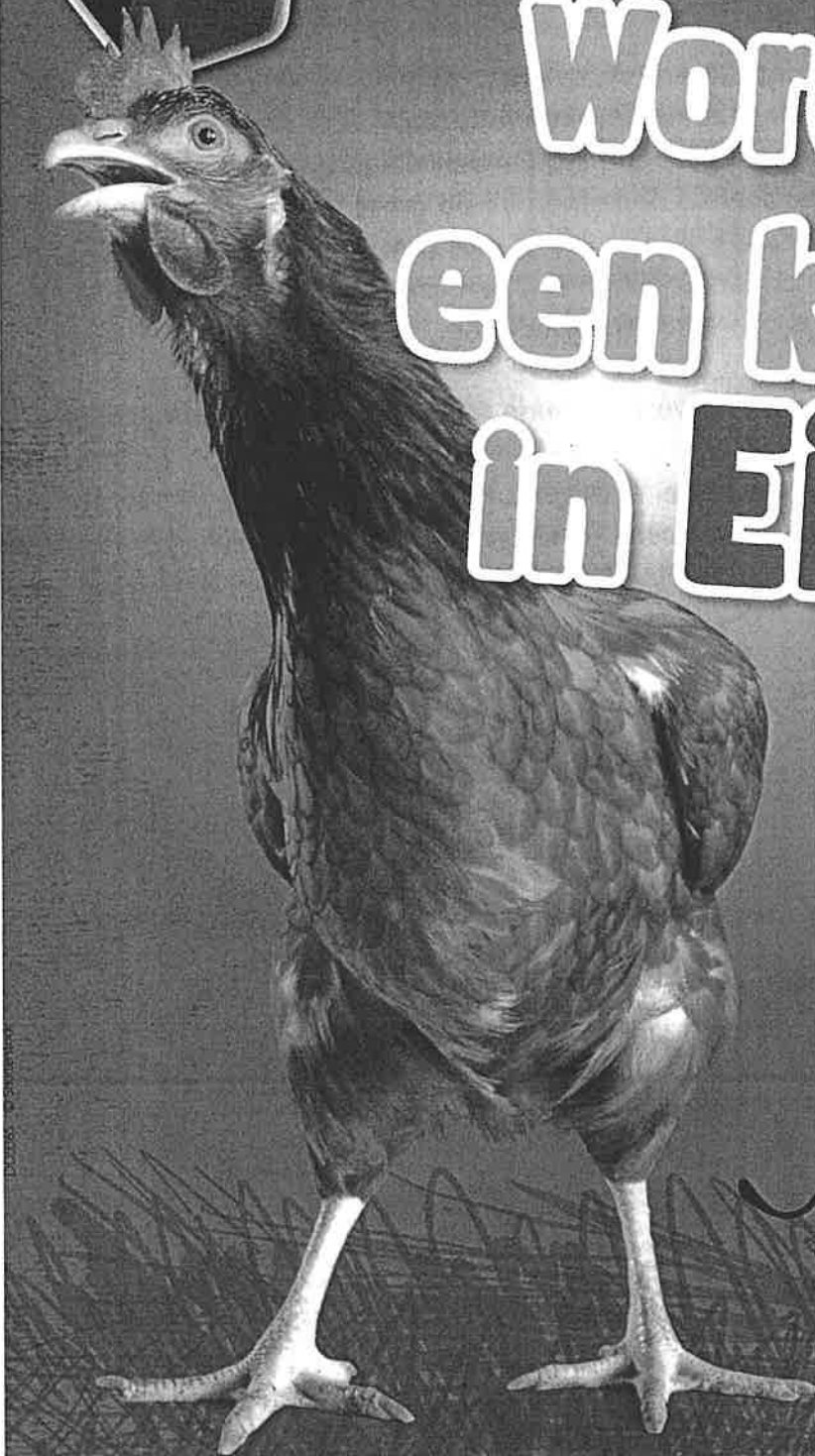
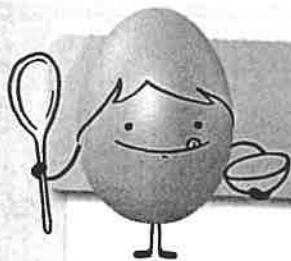




Word een KEI in Ei!





Mmm, kEilekker!

Er is zoveel dat je kunt kiezen om te eten. Maar niet alles is even gezond. Dat kun je lezen in Zonnestraal 2. Een eitje brengt heel wat gezonde stoffen aan die je elke dag nodig hebt. Eiwitten bijvoorbeeld. Die helpen bij de groei van je spieren. Je hebt ze nodig voor de opbouw van sterke botten. Er zitten ook nog vitaminen (waaronder D, B2 en B12) en ijzer in. Ter afwisseling eens een eitje eten is dus een heel goed idee.

Bovendien kun je eieren op verschillende manieren klaarmaken. Kijk maar naar de foto's.

Schrijf er telkens bij hoe het ei klaargemaakt is.

Kies uit: omelet - spiegelei - roerei - zachtgekookt - hardgekookt. Teken daarna een hartje bij jouw favoriet.



Wist je dat?

Eieren zitten in heel wat voedingswaren. Denk maar aan mayonaise, pasta, gebak ...

2

Wat zit er allemaal in een ei?

- ▶ Lees de zinnen. Over welk deel van het ei wordt er verteld? Schrijf er de juiste naam bij. **Kies uit:** *eierschaal - schaalvlies - eiwit - hagelsnoeren - luchtkamer - dooier.*
- ▶ Schrijf dan de letters in de tekening op de juiste plaats.

A. Het zit in het midden van het ei. Het is geel of oranje van kleur:

B. Dit is een heel dun laagje dat vlak onder de schaal zit:

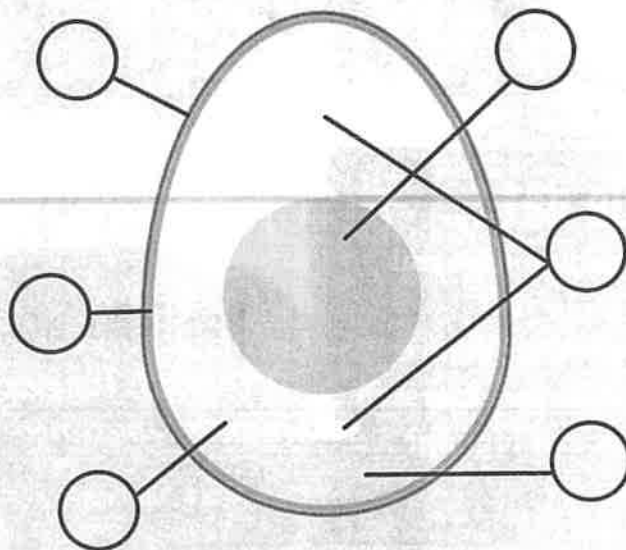
C. Bij de kip is dit deel bruin of wit. Het beschermt het ei:

D. Dit deel heeft geen kleur als het ei rauw is. Bak of kook je het ei? Dan wordt het wit. _____

E. Dunne draadjes van bijvoorbeeld eiwit.

Ze houden de dooier op zijn plaats in het midden van het ei:

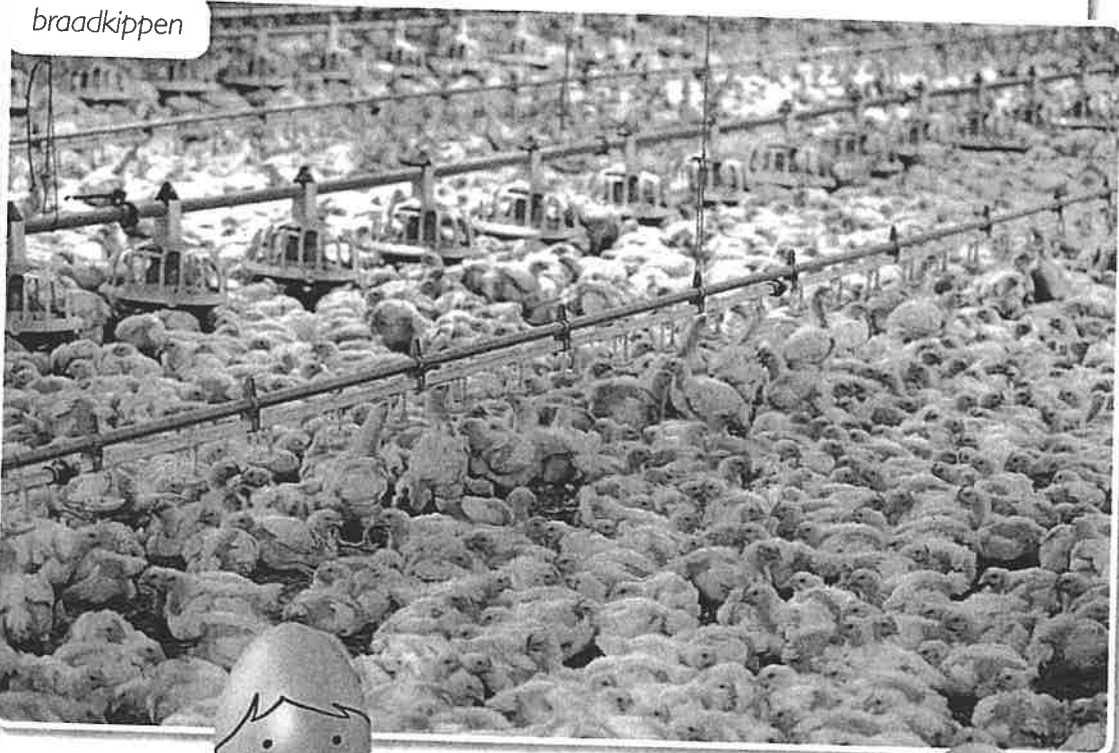
F. Dit deel zit aan de bolle kant van het ei. Er zit lucht in:



De kip of het ei?

In de landbouw worden mensen die braadkippen kweken voor hun vlees **pluimveehouders** genoemd. Braadkippen worden in speciale kippenhokken verzorgd waar ze vrij kunnen rondlopen. Kwekers van leghennen noemen we **legghennhouders**. Zij kweken kippen om lekkere eitjes te leggen: **legghennen**.

braadkippen



© VLAM - Eric Van Meervenne

Wist je dat ...

- een braadkip meestal wit van kleur is?
- een braadkip dikkere billen en grotere borsten heeft dan een leghen?

4

Raadseltje! Waarom leggen kippen eieren?

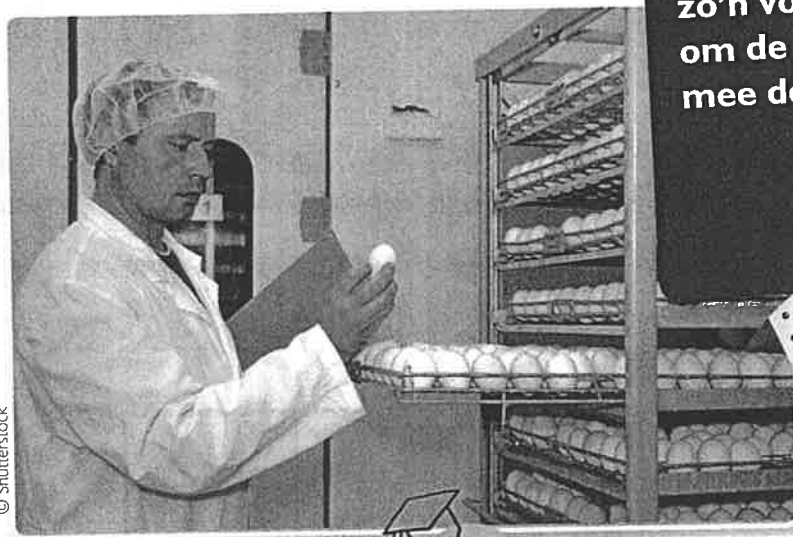
Als ze ze zouden
gooien, zijn ze kapot!



En de legghen?

Heeft de moederkip een ei gelegd waaruit een kuikentje zal komen? Dan verhuist dat eitje naar een speciale **broedkast** in de broeierij. Die broedkast doet wat het moederdier zou doen: het ei uitbroeden!

21 dagen lang zorgt de baas van de broeierij, de broedmeester, ervoor dat alles vlot verloopt.



Wist je dat?

Een kuikentje groeit rond de dooier in het ei. Het haalt zijn voedsel uit de dooier. Na zijn geboorte neemt het kuikentje de dooier in zijn lichaam mee. Handig, zo'n voedselreserve om de eerste dagen mee door te komen.

Wist je dat?

Op de bek van een kuikentje zit een klein tandje. Met dat eitandje pikt het kuikentje van binnenuit de schaal kapot. Twee dagen na de geboorte valt het tandje vanzelf af.

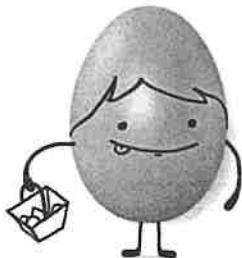
0-18 weken



Eenmaal uit het ei groeit het kuikentje op. Het minikippetje scharrelt rond, op zoek naar eten en drinken. Het leert springen en vliegen. (Hoe kom je anders op die hoge stok?) In 18 weken tijd groeit het kuikentje uit tot een gezonde, jonge leghen!

SudokEi

Zo vul je de sudoku aan. In elke rij, in elke kolom en in elk vak moeten deze 6 eieren staan:

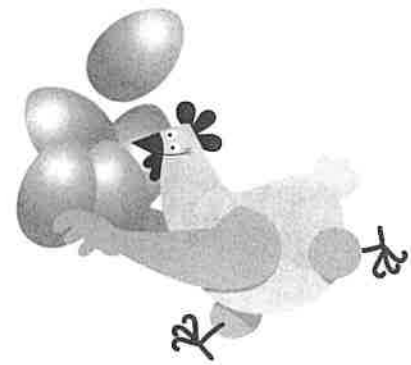


		●			●
●	●		●		
●	●	●			●
				●	●
				●	●
●			●		

18 weken en verder



De jonge kip is nu zelf groot genoeg om eieren te leggen. De jonge leghen gaat naar een **scharrelstal** of **groepshuisvesting**. In een scharrelstal kan ze vrij rondlopen en ... scharreleieren leggen. Soms grenst zo'n stal aan een stukje weiland. Een leghen met zo'n buitenverblijf heeft 'vrije uitloop'.



Een **groepshuisvesting** kun je vergelijken met een flatgebouw. De leghennen wonen er binnen een vaste ruimte. Daar hebben ze een legnest, een scharrelruimte en zitstokken. Elke dag worden de eitjes verzameld en opgehaald door het **pakstation**.

Het pakstation

Zodra de eitjes zijn gelegd, gaan ze naar het pakstation. Daar worden ze met een speciale lamp doorgelicht en bekeken. Zo worden de gebarsten, gebroken of bevuilde eitjes eruit gepikt. Wanneer de eitjes een barst of een dunne schaal hebben, gaan ze niet naar de winkel. Er wordt dan bijvoorbeeld shampoo van gemaakt.



© VLAM - Frank Croes

Wist je dat?

De grootte van een ei hangt af van de leeftijd van de kip. De eieren van jonge kippen zijn kleiner en ronder dan die van oudere kippen.

Ei of geen ei, dat is de vraag!

► In welk van deze producten zitten geen eieren?
Trek er een cirkel om.

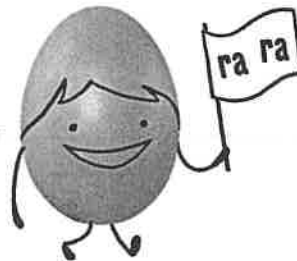


© Shutterstock

Ra ra ra

Wat is het verschil
tussen een zwarte kip
en een witte kip?

Een zwarte kip kan wel witte
eieren leggen, maar een witte
kip geen zwarte!



Ei-gen code

Elk ei krijgt voorzichtig een stempel met een **code** erop. Zo kun je precies weten waar je ei vandaan komt en wanneer het gelegd werd.



BrEik de code!

* Het eerste cijfertje verkapt je of het een scharrelei, een ei uit de groepshuisvesting, een ei van leghennen met vrije uitloop, of een bio-ei* is.

De verschillende codes:

0 = bio

1 = vrije uitloop

2 = scharrelei

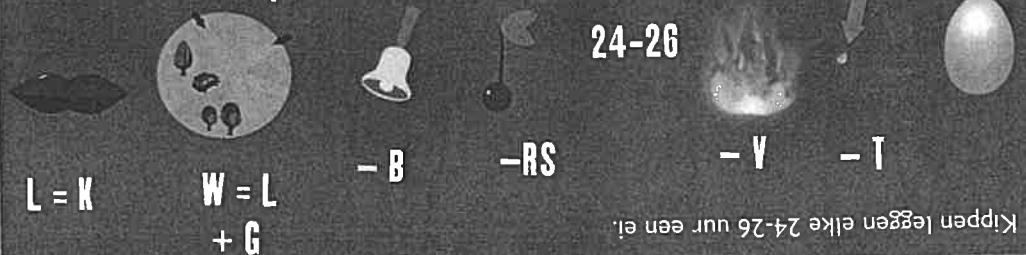
3 = groepshuisvesting

* De letters daarna vertellen uit welk land het ei komt. BE, dat raadde je al, staat voor België.

* De vier of vijf cijfertjes die volgen staan voor het kippenbedrijf. Blijkt er later een probleem te zijn met het ei? Dan weet je zo uit welk bedrijf dit ei komt.

Wist je dat?

Los de rebus op.



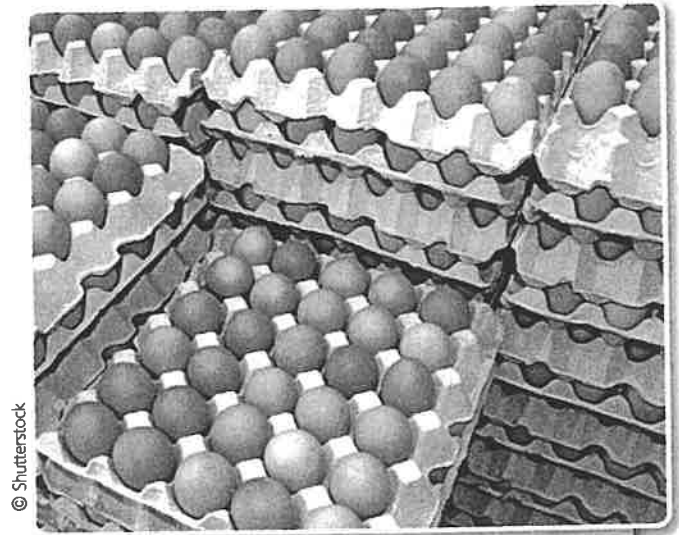
10

* een bio-ei is gelegd door een kip die biologisch voer heeft gekregen.

Ingepakt staat netjes!

Tot slot worden de eieren zorgvuldig verpakt in een doosje per 4, per 6, per 10, per 12 of in een karton van 30.

Op die verpakking staat dan ook nog hoelang de eitjes houdbaar zijn. Dat betekent dat je ze het best voor die datum opeet.



© Shutterstock

Ook de grootte van de eieren staat erop vermeld:

S (small / klein), **M** (medium / middelmatig),

L (large / groot) of **XL** (extra large / extra groot).

In een doosje zitten steeds eieren van ongeveer hetzelfde gewicht.

Zijn de eitjes goed gestempeld en verpakt?

Tijd om ze naar de buurtwinkel of de supermarkt te vervoeren!



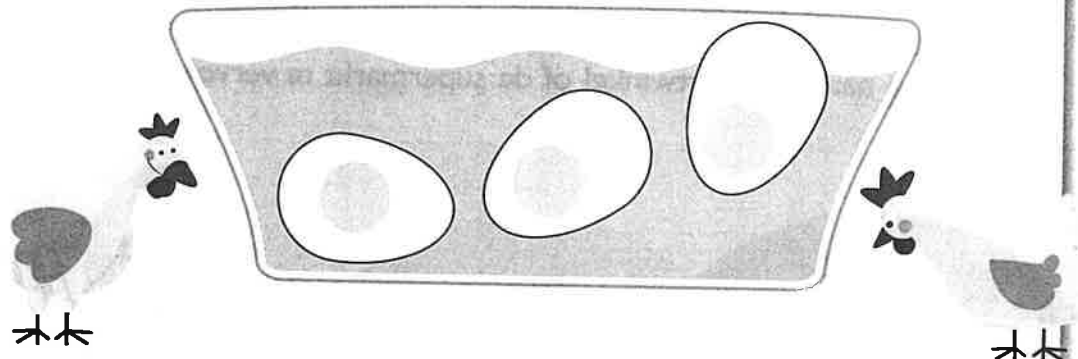
Wist je dat?

Eieren bewaar je het best koel en droog, bijvoorbeeld in de koelkast. Je kunt ze wel 28 dagen bewaren na de legdatum.

Blijven drijven ...

Weet je niet goed of je ei nog wel vers is of niet?
Doe dan de **drijfproef!**

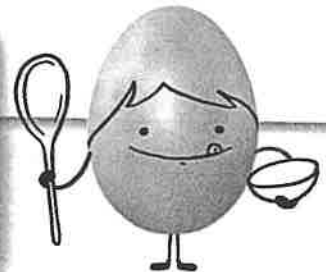
- A.** Leg daarvoor het ei in een kom met zout water.
Als het ei écht vers is, zal het op de bodem blijven liggen.
- B.** Hoe ouder het ei, hoe meer de stompe kant naar boven komt.
Daar zit immers de luchtkamer. Na zes weken kan de luchtkamer zelfs zo groot zijn dat het ei blijft drijven.
- C.** Hoe komt dat?
- D.** De schaal van het ei is *poreus*. Dat wil zeggen dat ze lucht doorlaat. Het vocht in het ei verdampt naarmate het ouder wordt. Hoe meer lucht er dus in de luchtkamer is, hoe minder vers het ei.



Wist je dat?

Een eitje smaakt het lekkerst als het vers is. Snel opeten dus!

12



Zeg het met Eieren!

► Ken jij deze uitdrukkingen?
Verbind ze met hun betekenis!

- 1 Met de kippen op stok gaan
- 2 Eieren voor je geld kiezen
- 3 Haantje-de-voorste zijn
- 4 Er als de kippen bij zijn
- 5 Iets voor een appel en een ei verkopen



- a Tevreden zijn met minder dan wat je eerst wilde
- b Iets heel goedkoop verkopen
- c Iemand die altijd de eerste of de leider wil zijn
- d Heel snel bij iets zijn
- e Vroeg gaan slapen

1	2	3	4	5



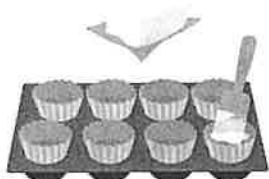
Koken met ei

Ei-muffins

► Dit heb je nodig:

- 6 eieren
- reepjes ham
- 1 rode paprika, in blokjes
- 1 fijngehakte ui
- snuifje peper en zout
- 2 eetlepels water

► Zo ga je te werk:



1. Verwarm de oven voor op 175 °C. Vraag hulp aan een volwassene. Vet 8 vormpjes van een muffinvorm in. Of gebruik papieren vormpjes.

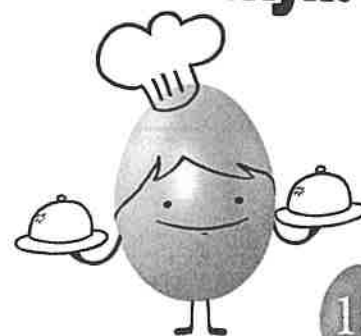


2. Leg in elk vormpje wat ham, paprika en ui. Klop dan de eieren los in een grote kom. Doe er een snuifje peper en zout bij. Voeg ook twee eetlepels water toe. Giet dan in elk vormpje wat van het eimengsel.



3. Bak de ei-muffins gedurende 18-20 minuten in de voorverwarmde oven.

SmakEilijk!



Een kEitoffe klas!

- A.** Iedereen van de klas krijgt een hardgekookt ei van de leerkracht.
- B.** Haal dan de bovenkant van jouw ei er voorzichtig af. Lepel het ei verder leeg.
- C.** Vul het lege ei voorzichtig met een beetje potgrond. Zaai in de potgrond wat zaadjes van tuinkers, of een ander kruid.
- D.** Teken daarna een gezicht op je ei. Versier je ei dan nog met wat stift, verf of papier. Laat je ei op jou lijken. Plaats alle eitjes terug in het ei-karton.
- E.** Geef de zaadjes een klein beetje water en wat zonneschijn. Na een tijdje komt de tuinkers uit. Zo krijgen de ei-mannetjes haren!
- F.** Zet de eitjes goed in het zicht.
- G.** Zo kan iedereen jullie kEltoffe klas bewonderen!



Elk dier zijn ei!

► Niet alleen kippen leggen eieren. Ook deze dieren leggen eieren. Kun jij elk dier met zijn ei verbinden?

