



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz
[O výživě](#) 19. 3. 2013 | jra

Nakupujeme vejce

URL článku: magazin/clanky/o-vyzive/Nakupujeme-vejce__s10010x7624.html

Velikonoce jsou za dveřmi. A k nim neodmyslitelně patří slepičí vejce. Jak na jejich nákup, se dozvíte v našem článku.



Vejce obsahuje mnoho **zdraví prospěšných látek** v dobře stravitelné formě.

Ať už to jsou velmi kvalitní bílkoviny se všemi esenciálními aminokyselinami, zdravé nenasycené tuky nebo vysoký obsah vitaminů (A, D, E, B2), kyseliny pantotenové a minerálních látek – železo, draslík, zinek, fosfor a selen. Kvalita všech těchto látek se ale **znehodnocuje**, pokud není vajíčko v optimální formě, je staré nebo dokonce zkažené.

Není vejce jako vejce

V obchodech na nás z obalů křičí pozitivní názvy jako čerstvá vejce, vejce z farmy apod. Na jiná než čerstvá vejce bychom ale narazit neměli. Co vše by mělo být na obalu i na samotných vejcích uvedeno?

Čerstvá vejce musí být zákazníkům **dodána maximálně 21 dnů po snášce**. Dělí se dle jakosti do I. a II. třídy označované jako **A** a **B**. V maloobchodě bychom se měli setkat jen s třídou A, případně ještě s doplňujícím údajem „extra A“, „extra čerstvá“, který nás informuje o tom, že se jedná o vejce do devátého dne po snášce. Vejce třídy B jsou určena pro průmyslové zpracování.

Vedle třídy musí být na obalu vajec uvedeno **číslo balírny/třídírny a hmotnostní skupina** vajec (XL, L, M, S). Povinnými údaji jsou dále datum minimální trvanlivosti, údaj o podmínkách skladování a o způsobu chovu. Na vnější nebo vnitřní straně obalu musí být vysvětlen kód producenta, který je umístěn na vejci.



Pozor na označení CZ na obalu, to totiž neznamená automaticky český původ vajec, ale jde o označení balírny. České balírny mohou klidně balit vejce z jiných zemí. Proto se **vždy podívejte i na kód vejce v obalu**.

Každé vajíčko, které koupíte v obchodě, musí být označené **kódem**, např. **2 CZ 9589**. Tento kód je složen z několika částí:

Číslice před písmeny označuje typ chovu slepic	Písmenný kód označující původ vajec	Číslo představují část registračního čísla hospodářství
0 - nosnice chované v souladu s eko zemědělstvím	CZ - Česká republika DE - Německo	Dle zákona 154/2000 Sb. a vyhlášky č. 136/2004 Sb. musí mít každý hospodářský subjekt přiděleno registrační číslo. Na jeho základě lze identifikovat producenta vajec.
1 - nosnice ve volném výběhu	PL - Polsko	
2 - nosnice v halách (na podestýlce)	LT - Litva NL - Nizozemí	
3 - nosnice v klecích	ES - Španělsko	

Prodej na trhu a ze dvora

Vejce **prodávaná na tržišti** nebo přímo **ze dvora** musí být také označena kódem producenta a producent musí být registrován u Krajské veterinární správy a Státní zemědělské a potravinářské inspekce. Vejce lze prodávat i bez kódu a registrace, ale chovatel musí splňovat dvě podmínky: 1) musí chovat **méně než 50 nosnic** a 2) smí prodat jen **omezené množství vajec**.

Drobný chovatel, který prodává vejce přímo konečnému spotřebiteli k využití v jeho domácnosti, musí dodržovat povinnosti uložené vyhláškou č. 289/2007 Sb. Pro spotřebitele jsou důležité zejména tyto údaje:

- Čerstvá vejce mohou být prodána konečnému spotřebiteli nejpozději do 21 dnů po snášce, přičemž doba minimální trvanlivosti je 28 dnů od data snášky.
- Za malé množství čerstvých vajec, která mohou být prodána chovatelem přímo jednomu konečnému spotřebiteli, se považuje nejvýše 60 vajec.

Pokud nakupujete na trhu, prověřte si řádné uskladnění vajec v teplotách od 5 °C do 18 °C a vejce nesmí být vystavena přímým slunečním paprskům.

Obal vám vše neřekne

Pro posuzování čerstvosti a kvality vajec máme i několik osvědčených vizuálních ukazatelů.

- Čerstvost vajíčka zjistíme tak, když **ponoříme vejce do 10% roztoku kuchyňské soli**. Čerstvá vejce klesají ke dnu. Stará či zkažená vejce se naklání nebo dokonce plavou, protože obsahují plyny, které vznikají rozkladem bílkovin.
- Čerstvá vejce mají **průhledný bílek** a jejich **žloutek je krásně pevný**. Oddělení bílku a žloutku není snadné a oba drží tvar. Čím je vejce starší, tím řidší je bílek.
- **Skořápky** vajec by měly být pevné, bez prasklin a defektů. Naopak barva vajec nic neříká o jejich kvalitě, ale závisí na druhu slepice.

Skladování vajec

Po nákupu umístěte vejce do chladu (5–8 °C), a to nejlépe **špičkou dolů**, protože na tupém konci je vzduchová bublina. Při uskladnění tupým koncem dolů se může vejce více kazit, obsah vejce totiž tlačí na bublinu, která je v bláně a může se protrhnout nebo poškodit. V lednici vyberte to **nejchladnější místo**. Poličky ve dveřích tedy nejsou ideální, protože patří k nejteplejším

místům lednice. Vhodná je naopak vrchní a střední police.

Pokud nechcete vejce hned spotřebovat, tak nikdy **nemyjte jejich skořápku**. Na skořápce je ochranná vrstva, která chrání vejce před škodlivými mikroorganizmy.

Copyright © 2023

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz