



glas-futter.de

FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN – PROTEINFOOD

### **Die Kartoffel....**

neben Pasta und Reis zählen Kartoffeln zu unseren Grundnahrungsmitteln. Sie sind in vielen Rezepten Beilage, oft aber auch Hauptgericht. Und Pommes Frites und Bratkartoffeln essen die meisten von uns sehr gern. Was solltet ihr bei der Zubereitung von Kartoffeln beachten? Zuerst müsstet ihr euch entscheiden, welches Gericht ihr mit den Kartoffeln zubereiten wollt, denn hier kommt es auf den Stärkegehalt an. Wir haben in Deutschland eine übersichtliche Farbkennzeichnung. „grün“ steht für „festkochende Speisekartoffeln“. Diese sind in ihrer Konsistenz fest, feinkörnig und feucht. Sie eignen sich besonders gut für Bratkartoffeln, Rösti, Reibekuchen, Gratins und Kartoffelsalat. Bekannte Sorten sind Sieglinde, Linda, Nicola, La Ratte, Annabelle,... „rot“ steht für „vorwiegend festkochende Speisekartoffeln“. Sie sind feinkörnig, mäßig feucht und eignen sich besonders für Ofenkartoffeln, Salzkartoffeln, Pellkartoffeln, Bratkartoffeln und Kartoffelsuppe. Bekannte Sorten sind hier Bamberger Hörnchen, Christa, Gloria, Granolas,... „blau“ steht für „mehlig kochende Speisekartoffeln“. Sie sind grobkörnig und trocken und eignen sich gut für Kartoffelpüree, Gnocchi, Kroketten, Reibekuchen und Eintöpfe. Bekannte Sorten sind hier Bintje, Gunda, Ackersegen,... Die von der Lebensmittelindustrie für ihre besonderen Anforderungen speziell veredelten Kartoffeln finden in Privathaushalten kaum Verwendung. Viel Vergnügen beim Genuss von lecker zubereiteten Kartoffeln!

**Hier ein Rezept zu unserem beliebtesten Kartoffelsalat.**

