

Unterscheidung im Regal und Kochtypen

Die Kartoffel ist nach Reis, Weizen und Mais das viertwichtigste Grundnahrungsmittel der Menschheit. Weltweit gibt es rund 5.000 essbare Sorten.



AUFGABE 1: UNTERSCHIEDUNG IM REGAL

Du gehst einkaufen und hast Kartoffeln auf deiner Einkaufsliste stehen. Du findest in der Gemüseabteilung unterschiedliche Kartoffeln. Schau genau: **Worin liegen die Unterschiede?**



Der Unterschied besteht im Kochtyp. Es gibt festkochend, vorwiegend festkochend, mehlig. Diese Beschriftung gibt Auskunft über den Stärkegehalt. Der Kochtyp ist jeweils auf der Kartoffelverpackung angegeben.

Die unterschiedlichen Kochtypen sind für verschiedene Gerichte geeignet. Siehe dazu Infografik auf Seite 11 „Welchen Kochtyp wofür“.



AUFGABE 2: UNTERSCHIEDUNG IM REGAL

Ist es egal, welche Kartoffeln du für welche Speise einkaufst?



Möchtest du die Stärke in der Kartoffel sehen? Dann mache doch unser Stärke-Experiment!

Die Kartoffel hat einen hohen Wassergehalt und enthält Stärke. Die Stärke zählt zu den Kohlenhydraten und macht uns satt. Die Kartoffelstärke spielt auch in der Lebensmittelproduktion sowie in der Industrie eine große Rolle. Wo die Kartoffel überall zu finden ist, siehst du im Video **„Kartoffel: Wo man auf sie treffen kann“**.

Der Stärkegehalt bestimmt den sogenannten „Kochtyp“. Je mehr Stärke in einer Kartoffelsorte enthalten ist, desto „mehlig“ ist die Kartoffel.

Daher sind nicht alle Kartoffeln für die Herstellung aller Gerichte gleich gut geeignet. **Die verschiedenen „Kochtypen“ sind für folgende Speisen besser geeignet:**

VON FEST BIS MEHLIG WELCHEN KOCHTYP WOFÜR?

FESTKOCHEND		„ICH BLEIBE AUCH NACH DEM KOCHEN NOCH SCHÖN FEST!“ Kartoffelsalat, Gratin, Rösti, Beilagenkartoffeln
VORWIEGEND FESTKOCHEND		„ICH BIN EIN ALLROUNDER IN DER KARTOFFELKÜCHE, DA ICH MICH FÜR FAST ALLE GERICHTE EIGNE!“ Beilagenkartoffeln, Gratin, Pommes, Püree, Suppe
MEHLIG		„ICH ZERFALLE LEICHT BEIM KOCHEN!“ Püree, Suppe, Kartoffelteige, Ofenkartoffel

Festkochende Kartoffeln werden in Österreich auch als „Speckige“ bezeichnet. Diese Bezeichnung findest du ebenso auf der Verpackung. Immer häufiger triffst du im Supermarkt auf Kartoffeln, die ein anderes Aussehen haben. Sie entsprechen nicht der „Norm“. Das heißt, dass sie eine andere Form oder eine andere Größe haben. Diese Kartoffeln bezeichnet man als Wunderlinge. Auch anderes Obst und Gemüse wird im Handel gerne so genannt. Kartoffeln, die besonders früh geerntet werden, tragen den Namen „Heurige“. Sie haben eine dünne Schale und einen höheren Wassergehalt. Daher lassen sie sich nicht gut lagern.



AUFGABE 3: WIEVIEL KOSTET EIN KILOGRAMM KARTOFFELN?

- Möglichkeit 1: Schüler:innen recherchieren selbständig im Supermarkt, wie viel 1 Kilogramm Kartoffeln kostet und bringen unterschiedliche Preise bis zur nächsten Stunde mit.
- Möglichkeit 2: Den Schüler:innen werden Postwurfsendungen mit verschiedenen Kartoffeln zur Preisanalyse zur Verfügung gestellt. Recherche als Gruppenarbeit, anschließende Diskussion im Plenum.
- Möglichkeit 3: Online-Recherche in verschiedenen Web-Shops. Herausfiltern von verschiedenen Preisen, anschließende Diskussion im Plenum.

Warum weisen Kartoffeln verschiedene Preise auf? Zusatzinfo für Pädagog:innen

No Name: Unauffällige Verpackung, kaum Werbung, daher meist Preiseinstieg.

Eigenmarke (= Preiseinstieg): Der Preiseinstieg ist die Entscheidung darüber, wie viel oder wie wenig Geld die Konsument:innen für ein Produkt im unteren Preissegment bezahlen wollen, wenn sie es kaufen möchten. Unter Preiseinstiegsmarken versteht man niedrigpreisige Artikel, bei denen es sich oftmals um Handelseigenmarken handelt. Für Konsument:innen ist oft nicht klar nachvollziehbar, welche Produzent:innen den Rohstoff für diese Lebensmittel liefern. Das macht sie für die Handelseigenmarkenhersteller leichter austauschbar.

Premiummarke: Hohes Image, meist intensive Werbung – daher häufig höherer Preis.

Bio: Bio-Kartoffeln werden ohne chemisch produzierte Mineraldünger und ohne chemisch-synthetische Pflanzenschutzmitteln hergestellt. Bio-Bäuer:innen ernten daher weniger. Der Preis von Bio-Kartoffeln ist durch die aufwendigere Produktion meist höher.

Portionsgrößen für Kartoffeln:

Beilage: 150–200 Gramm = 2–3 mittelgroße Kartoffeln

Weitere Portionsgrößen können noch ergänzt werden:

Kartoffelpüree: 150 Gramm/Portion

Pommes frites: 125 Gramm/Portion

Kartoffeln als Hauptspeise: 250–300 Gramm/Portion