

*„Von allen Dingen kennen wir nur mehr den Preis,
nicht mehr ihren Wert.“*

(Oscar Wilde)

Wir stellen hohe Anforderungen an unsere Lebensmittel. Frisch sollen sie sein und möglichst viele Nährstoffe enthalten, selbstverständlich müssen sie gesund sein und satt machen. Sie müssen frei von Schadstoffen sein und darüber hinaus sollen sie gut aussehen. Wir wissen also genau, was wir wollen. Aber wie viel wissen wir über das, was wir wollen? Was genau ist das eigentlich, was Landwirte oder wir selbst in unserem Garten so lange hegen und pflegen bis es auf unserem Teller liegt? Woher kommt das Lebensmittel und was wissen wir über die Vielfalt von Sorten, Geschmacksnoten und Zubereitungsformen?

Eine Kartoffel ist und bleibt eine Kartoffel – so würden wohl die meisten denken. Aber die Kartoffel kann auch anders. Die Kartoffel ist eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel weltweit, ein LEBENSmittel, bei dem manchmal vielleicht übersehen wird, welchen wichtigen Beitrag diese Knolle zu gesunder Ernährung und zum Leben vieler leistet. Allein das macht sie bereits WERTvoll. Und gerade, weil sie oft günstig zu bekommen ist, lohnt es sich genauer hinzuschauen, was für ein Wert tatsächlich in der Kartoffel steckt.

Sie gilt als der klassische „Sattmacher“, egal in welcher Zubereitungsvariante. Die Meisten kaufen mittlerweile verarbeitete Kartoffelprodukte, auch aufgrund der Bequemlichkeit in der Küche, schnell muss es gehen. Kartoffeln pur sind jedoch sehr kalorienarm und in dieser Variante fast in Vergessenheit geraten. Die Kartoffel glänzt sowohl in herzhaften als auch in süßen Gerichten mit ihrer Vielseitigkeit.



Die tolle Knolle ist aber mehr als nur schmackhaft, da sie mit ihrem hohen Stärkegehalt auch wirtschaftlich bedeutend ist. Einerseits wird sie für die Tierernährung und andererseits für die Stärke-, Branntwein- und Papierherstellung verwendet. In der Lebensmittelindustrie benötigt man sie bei der Herstellung von Süßwaren, Backwaren, Milchprodukten und insbesondere bei Getränken in Form von stärkebasierten Zuckerstoffen.

Das gesellschaftliche Ansehen der Kartoffel veränderte sich vom früheren „Essen für arme Leute“ bis heute, hin zu einer abwechslungsreichen Zutat, die in den ideenreichsten und kreativsten Zubereitungsformen mal Beilage, mal Hauptakteur ist.

Gerade in der Küche ist sie für ihre Vielseitigkeit bekannt. Jeder verwendet sie gerne, egal ob für herzhaftes Hausmannskost oder raffinierte Sterneküche. Zwischen den einzelnen Kartoffelgerichten bestehen beträchtliche Unterschiede in der Zubereitung, welche auch maßgeblich darüber entscheiden, wie Kartoffeln als Lebensmittel vom Verbraucher wahrgenommen werden.

Dieses Buch zeigt die außerordentliche Kreativität der gehobenen Küche und die Geschmacksvielfalt der heimischen Kartoffel auf. Gleichzeitig vermittelt es informatives Hintergrundwissen rund um die Knolle. Das alles trägt dazu bei, zu erkennen, wie wertvoll die Kartoffel wirklich ist und öffnet auf diese Weise die Augen für den bewussten Genuss!

Ihre Julia Seiltz
CEO UNSER LAND GmbH

Julia Seiltz