

Die Kartoffel

Umsetzungsvorschlag

Basiswissen zum Thema Kartoffel findest du im [Factsheet](#)

Thema:

***Der Kartoffel auf der Spur
Schauen, Kochen, Schälen, Probieren***

Natur und Technik:



Ziele /Kompetenzen¹:

- Genaues Beobachten
- Naturvorgänge verstehen lernen
- Förderung der Feinmotorik

Alter: ab 3 Jahren

Sozialform: Kleingruppe oder gesamte Gruppe

Lernthemen beantworten – Vorbereitete Umgebung:

Benötigte Materialien:

- Kartoffeln (je nach Gruppengröße)
- Großer Topf
- Wasser
- Salz
- ggf. Butter
- Buttermesser

Ablauf: Gemeinsam werden die Kartoffeln gewaschen und gekocht. Dabei sollte die Pädagogin oder der Pädagoge auf einige Tipps Rücksicht nehmen.

Tipps:

1. *Kartoffeln sollte man idealerweise mit der Schale kochen, um Nährstoffverluste zu vermeiden.*
2. *Kartoffeln sollen nicht in Wasser schwimmen. Weniger Wasser entzieht ihnen weniger Nährstoffe. Optimal wäre ein Dampfgarer oder ein Topf mit Dampfeinsatz.*
3. *Grundsätzlich sollte man immer Kartoffeln verwenden, die ähnlich groß sind. Ansonsten zerfallen kleinere, während größere noch nicht gar sind.*
4. *Kartoffeln sind abhängig von der Größe in der Regel nach 20 bis 30 Minuten gar.*
5. *Mit der sogenannten Messerprobe kann man erkennen, ob die Kartoffeln gargekocht sind. Dazu sollte man eine Knolle mit einem Messer leicht anstechen. Löst sich das Messer leicht oder rutscht die Kartoffel leicht vom Messer, ist sie gar.*
6. *Kartoffeln sollte man in leicht gesalzenem Wasser kochen.*
7. *Nach dem Kochen sollte man Kartoffeln mit kaltem Wasser abspülen oder in Eiswasser einlegen. So löst sich die Schale fast von allein und das Entfernen der Schale wird leichter.*

Ein Wecker, gestellt auf 20 Minuten, könnte für die Kinder das Signal sein, um zu überprüfen, ob die Kartoffel bereits gar ist. Die Kartoffel sollte erst auskühlen und kann dann mit einem Buttermesser von den Kindern geschält werden. Auch das Aufschneiden der Kartoffel kann mit einem Buttermesser einfach von den Kindern ausprobiert werden. Auf Wunsch kann man die Kartoffel mit etwas Butter bestreichen und mit Salz bestreuen.

