

DIE KARTOFFEL

Inhaltsstoffe

Name/Datum _____

1 SCHAUE AN:

Schau das Video „KARTOFFEL (4/4) Gesunder Sattmacher - Kochtypen, Sorten, Züchtung“ **aufmerksam an**.

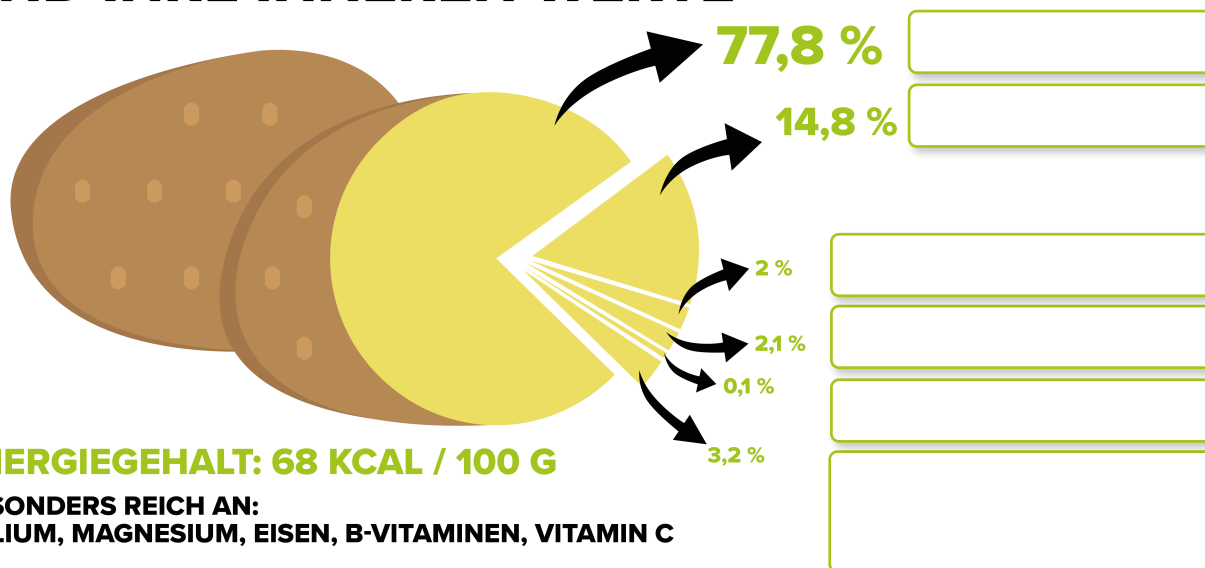
<https://youtu.be/e9FmzFPb12k>



2 FÜLLE DIE LÜCKEN:


Trage die Inhaltsstoffe der Kartoffel in der Grafik ein:

DIE KARTOFFEL UND IHRE INNEREN WERTE



ENERGIEGEHALT: 68 KCAL / 100 G

**BESONDERS REICH AN:
KALIUM, MAGNESIUM, EISEN, B-VITAMINEN, VITAMIN C**

 Infografik © Land schafft Leben 2022
Quelle: Elmadfa et al. (2020): Die große GU Nährwert Kalorien Tabelle

3 UNTERSCHIEDLICHE KARTOFFELARTEN:

Es gibt unterschiedliche Kochtypen mit verschiedenen Eigenschaften. Trage ein:

VON FEST BIS MEHLIG WELCHEN KOCHTYP WOFÜR?

FESTKOCHEND *



„ICH BLEIBE AUCH NACH DEM KOCHEN NOCH SCHÖN FEST!“

**VORWIEGEND
FESTKOCHEND**



„ICH BIN EIN ALLROUNDER IN DER KARTOFFELKÜCHE,
DA ICH MICH FÜR FAST ALLE GERICHTE EIGNE!“

MEHLIG



„ICH ZERFALLE LEICHT BEIM KOCHEN!“



Infografik © Land schafft Leben 2022
Quelle: www.konsument.at; www.bauerkartoffel.at

* Festkochend wird auch als „speckig“ bezeichnet.

4 ERKLÄRE:

Erkläre den Begriff „Frühkartoffel“:
