

01/2016 Das Magazin der bayerischen Kartoffel

Die Kart ffel.

www.bayerische-kartoffel.de



FASZINIERENDE SEITEN DER

Bayerischen Kartoffel

SEITE 06

Vom Feld bis
in den Kochtopf

SEITE 20

Die neue
Kartoffelkönigin
stellt sich vor

SEITE 30

Wissenswertes
über die Power-
Knolle



Impressum:

HERAUSGEBER:

Bayerische Kartoffel GmbH,
Max-Joseph-Straße 9
80333 München
Tel.: 089/55 873 111
markt@bayerischerbauernverband.de
www.bayerische-kartoffel.de

VERANTWORTLICH:

Johann Graf, Geschäftsführer

REDAKTION:

crystal communications GmbH
www.crystal-communications.de

LAYOUT:

Saskia Kölliker Grafik
www.koelliker-grafik.de

DRUCK:

Fuchs-Druck GmbH
www.fuchsdruck-miesbach.de

4 Eine Kartoffel und ihre Geschichte.

Titelstory.

6 Von der Saat zur fertigen Kartoffel

Technikcheck.

12 Kartoffelvollernter im Einsatz im Einsatz

Hinter den Kulissen.

16 Wie Pommes Frites entstehen

Im Interview.

20 Die Bayerische Kartoffelkönigin Johanna I.

Kochtopf.

24 Rezeptideen aus aller Welt

Ernährung.

30 Powerfood Kartoffel: Was steckt drin?

Kalendershooting.

33 Hinter den Kulissen der „Heißen Kartoffel 2017“

Wellness.

34 Entspannung in der ersten Kartoffelsauna Bayerns

Kids.

37 Knifflige Rätsel und Basteltipps für die Kleinen

Seite 12

Schwere Maschinen – harte Arbeit:
Die Firma ROPA stellt ihr Sortiment
an Kortoffelrodern vor.



Seite 16

Betriebsbesichtigung
bei Aviko in Rain am Lech



Seite 34

Entspannung auf höchstem Niveau –
in der Kartoffelsauna



Seite 37

Kids aufgepasst! Spannende
Rätsel und verzwickte Aufgaben
warten auf Euch.



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

ein Magazin über die Bayerische Kartoffel – zugegeben, im ersten Moment klingt das kurios. Aber die kleine braune Knolle hat es in sich und das wollen wir Ihnen auf den folgenden 40 Seiten beweisen.

Mit 58 Kilogramm Kartoffeln pro Kopf zählt sie zu den beliebtesten Lebensmitteln in Deutschland. Für viele ist sie fester Bestandteil auf dem wöchentlichen Speiseplan. Kein Wunder, denn das Nachtschattengewächs ist vielseitig, abwechslungsreich zuzubereiten und auch für ernährungsbewusste Menschen eine gesunde Alternative auf dem Teller. Dass sie weltweit in unzähligen Gerichten die Hauptrolle spielt, zeigen unsere Rezeptvorschläge aus aller Welt.

Ihren internationalen Siegeszug hat die Kartoffel in Form von Pommes Frites bereits erfolgreich absolviert. Doch wie werden die kleinen Kartoffelstäbchen eigentlich hergestellt? Wir durften in Rain am Lech bei der Firma Aviko einen exklusiven Blick hinter die Kulissen werfen. Dort laufen viele Arbeitsschritte bereits vollautomatisch – ganz anders draußen auf dem Feld. Mit Familie Mayr waren wir beim Kartoffeln ernten mit dabei. Neun Monate Pflege, harte Arbeit und viel Leidenschaft für die tolle Knolle sind nötig, um am Ende qualitativ hochwertige Feldfrüchte auf unsere Teller zu bringen.

Sie sehen also, die Welt der Bayerischen Kartoffel ist vielseitig. Spannende Geschichten, wissenswerte Fakten und knifflige Kinderrätsel – wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen und Schmökern!

IHR JOHANN GRAF

Geschäftsführer der Bayerischen Kartoffel GmbH



Luftikus

📍 Dürfen wir vorstellen? Mr. Potato Head! Vor allem in den Vereinigten Staaten ist er eines der bekanntesten und beliebtesten Spielzeuge. Gleich zwei Mal durfte er bei der Macy's Thanksgiving Day Parade in die Luft gehen und damit ein Zeichen für einen gesunden Lebensstil setzen. Bei uns in Europa wurde er durch den Film „Toy Story“ bekannt. 2000 wurde ihm die größte Ehre zuteil: Mr. Potato Head ist seitdem in die National Toy Hall of Fame aufgenommen!





Handarbeit & Herzblut

**ÜBER DAS LEGEN UND HEBEN
DER TOLLEN KNOLLE**





Familie Mayr im Einsatz: Von Juni bis Oktober packt jeder auf dem Kartoffelacker mit an.



Kalt oder warm, als Püree, Gratin oder zum Pellen – kaum eine Speise ist so vielseitig einsetzbar wie die Kartoffel. Rund 58 Kilogramm davon verspeisen wir in Deutschland pro Kopf und Jahr. Aber welche Stationen durchlaufen die tollen Knollen eigentlich, bis sie als Beilage oder Hauptgericht auf unserem Teller liegen?

Ruhig und idyllisch liegt der Dreiseithof von Familie Mayr in Rain am Lech, er ist umgeben von bestellten Feldern und saftig grünen Wiesen. Vor dem Wohnhaus steht eine kleine Holzbank im Schatten – doch weit und breit ist niemand zu sehen, der darauf Platz nehmen könnte. Kein Wunder, denn es ist schließlich schon acht Uhr morgens und zu dieser Zeit sind die Mayrs längst auf dem Feld. Denn es ist Erntezeit! Von Juni, wenn die ersten Frühkartoffeln aus der Erde geholt werden, bis in den September und Oktober hinein ist die Familie voll im Einsatz. Da packt jeder mit an – an stressigen Tagen auch Ehemann und Freundin der beiden Kinder. Der Bauernhof ist ein gut funktionierendes Familienunternehmen, die Mayrs sind seit Jahren ein eingespieltes Team.

Drei bis vier Zug Kartoffeln müssen jeden Tag vom Feld zum Kartoffel-Centrum Bayern oder in die Lager auf dem eigenen Hof gebracht werden. Trotz modernster Technik,



© Fotos: Egber Krupp



wie leistungsstarken Traktoren mit mehrachsigen Hängern und Kartoffelrodern, besteht der Löwenanteil aus Handarbeit. Damit es die Lieblingsknolle der Deutschen bis in die Gemüseabteilungen des Landes schafft, ist beides gefragt. Die gesunden Knollen gedeihen am besten auf leichten bis mittelschweren fruchtbaren Böden ohne Staunässe. Um eine beständig hohe Qualität des Ackerlandes aufrechtzuerhalten, wird eine mehrjährige Fruchtfolge eingehalten. Dadurch stellt Familie Mayr sicher, dass sich die Kartoffeln in der Erde rundum wohl in ihrer Haut fühlen – 45 Tonnen Ertrag pro Hektar bewirtschaftete Fläche kann der Landwirt so jährlich ernten.

Bereits Mitte März werden die ersten Kartoffeln in den Boden gelegt. Aus ihnen werden die Frühkartoffeln, die sich durch eine besonders zarte Schale und einen feinen Geschmack auszeichnen. Um sie vor Kälte zu schützen, werden besonders früh gepflanzte mit

einem Vlies oder Folie abgedeckt. Die restlichen Kartoffeln sind ab Mitte/Ende April für den Anbau bereit.

In die Erde setzt Josef Mayr die sogenannten Mutterknollen.

Sie bilden innerhalb von ungefähr vier Wochen Triebe, aus denen später die Kartoffelpflanzen werden.

Doch schon beim Saatgut scheidet sich im sprichwörtlichen Sinn die Spreu vom Weizen – denn Verwendung findet ausschließlich zertifiziertes Saatgut der besten Sorten. So stellt man in Bayern das ganze Kartoffeljahr über einen guten Geschmack und eine gleichbleibend hohe Qualität sicher. Europaweit werden circa 4.000 unterschiedliche Kartoffelsorten angebaut, in Bayern kommt davon nur ein Bruchteil zum Einsatz.



Zwar läuft vieles beim Kartoffelernten automatisch, Handarbeit ist aber vor allem auf dem Verlesestand gefragt.





Hat das Grün einmal den Boden durchstoßen, dann wachsen die Kartoffelpflanzen ziemlich schnell. Sie können bis zu einem Meter hoch werden und tragen weiß-gelbe oder violette Blüten. Doch so schön das Kartoffelkraut auch aussieht – es ist ungenießbar, deshalb ist hier Vorsicht geboten. Unter der Erde tut sich indessen einiges, denn aus der Mutterknolle sprießen die sogenannten Ausläufer. Aus ihnen entwickeln sich bis zu 30 neue Kartoffeln, das kostet der Mutterknolle ihre ganze Energie, sie wird dunkel, schrumpelig und stirbt ab.

Nach und nach verwelkt das Kartoffelkraut an der Oberfläche – und das ist quasi der Startschuss für die Erntezeit. Täglich heißt es nun ab auf den Kartoffelroder und die Felder beernten. Die großen Vollerntemaschinen holen zwar die Feldfrüchte ans Tageslicht, doch hoch oben auf dem Verlesestand werden von Hand Erdreste, Steine, restliches Kartoffelkraut oder beschädigte Kartoffeln aussortiert. Und hier haben ganz klar die Damen der Familie Mayr das Sagen! Routiniert und eingespielt wissen sie die Kartoffeln von allem Überschüssigen zu befreien und passen in Sekundenschnelle die Verleseband-

geschwindigkeit an. Alles mit einer Leichtigkeit, die eines ganz klar macht: Ohne Teamwork und familiären Zusammenhalt wäre die Arbeit nur halb so schön.

Vom Feld werden die Bodenschätze dann in Anhängern entweder in das moderne Lager auf dem Hof der Familie Mayr gefahren, wo sie bei guter Lüftung und 4 bis 8 Grad Celsius auf ihren Einsatz warten. Oder aber Josef Mayr bringt die gesunden Knollen direkt ins Kartoffel-Centrum Bayern, wo sie weiterverarbeitet werden. In der Zentrale in Rain am Lech bereitet das Team seit 1998 mit Hilfe einer ausgefeilten Logistik „just-in-time“ 24 Stunden pro Tag und sieben Tage die Woche bis zu 5.500 Tonnen Kartoffeln für die Weiterverarbeitung vor. Aus ihnen werden überwiegend Pommes Frites.



Landwirt Josef Mayr ist in diesem Jahr zufrieden mit der Ernte.





Vor Ort werden die Kartoffeln mit einer hydraulischen Ladevorrichtung vom Hänger geladen. Die moderne Aufbereitungs- und Waschanlage kann die Knollen nicht nur in verschiedenen Fraktionen sortieren, sondern auch nach ihrem spezifischen Gewicht aufbereiten. Ein Großteil der dort verarbeiteten Kartoffeln geht über einen Schwimmkanal direkt in die angrenzende Pommesfabrik Aviko – der andere Teil geht an zahlreiche Kunden im In- und Ausland.

Im Kartoffel-Centrum Bayern wird auch das Thema Qualität groß geschrieben.

Denn hier wird die Güte der angelieferten Kartoffeln von strengen Augen überwacht! Von jeder Lieferung landet per Zufallsprinzip eine Charge automatisch in der Qualitätskontrolle um die durchschnittliche Güte zu ermitteln. Wieder ist Handarbeit angesagt. Sorte, Größe, Stärkegehalt, Schalenfestigkeit und eventuelle Mängel außen und innen werden genau untersucht. Aber die Mitarbeiter prüfen auch, wie sich die Kartoffeln beim Frittieren verändern, welchen Gelbgrad sie annehmen.

Alle erhobenen Werte werden in ein Formular eingetragen. Der Durchschnittswert gibt finale Auskunft, ob die Qualität den strengen Richtlinien entspricht. Nach bestandener Prüfung bahnt sich der Rest der Ladung seinen Weg über zahlreiche Fließbänder und Siebe, durch Waschbecken hin zu den Hochsilos, wo die Kartoffeln möglichst gleichmäßig nach unterschiedlichen Kriterien verteilt werden. Fast neun Monate und zahlreiche Arbeitsschritte haben die Kartoffeln nun hinter sich, bis sie entweder als Speisekartoffeln verpackt im Supermarkt landen oder aber noch eine Station weiter zu einem Verarbeitungsbetrieb, wie der Pommesfabrik Aviko, kommen.



Der letzte Check: Werden die Pommes beim Frittieren auch gleichmäßig goldbraun?

Die Keiler

SIND LOS ...



Technik-Fans aufgepasst: Von Juni bis September werden in Bayern Kartoffeln geerntet. Immer mit dabei sind vollautomatische Kartoffelroder.



Sie sind gelb, groß und üben auf technikverliebte Menschen eine unheimliche Faszination aus. Die Rede ist von Landmaschinen. Die Firma ROPA Fahrzeug- und Maschinenbau GmbH hat sich auf besonders große Gefährte spezialisiert.

Seit 1972 fertigt die ROPA Fahrzeug- und Maschinenbau GmbH Spezialmaschinen zur Ernte, Reinigung und Verladung von Zuckerrüben und Kartoffeln an. Heute zählt ROPA weit über die Grenzen Deutschlands hinaus zu den führenden Herstellern von Erntemaschinen. Bei allen Entwicklungen lautet die Zielsetzung: „Wir wollen den Ansprüchen der wirtschaftlich und zukunftsorientierten Landwirte und Unternehmer gerecht werden.“

Und dafür trifft es sich gut, dass die Familie Paintner selbst eine eigene Landwirtschaft betreibt – auf rund 200 ha werden Zuckerrüben, Weizen, Kartoffeln und Raps angebaut. Der eigene Hof hat für ROPA entscheidende Vorteile, denn der direkte Bezug zur Praxis fließt unmittelbar in die Entwicklung neuer Innovationen mit ein. Die Bedürfnisse und Anforderungen der Maschinenbetreiber können so viel besser nachvollzogen werden und Prototypen werden direkt auf ihre Praxistauglichkeit überprüft.

In der niederbayerischen Firmenzentrale in Sittelsdorf sind mehr als 300 Mitarbeiter beschäftigt. Mit allen Kollegen in den Tochtergesellschaften zählt die Mannschaft insgesamt über 450 Beschäftigte. Das Markenzeichen der großen Fahrzeuge ist die Farbe Gelb und sie tragen Namen wie Tiger, Maus, Panther oder Keiler. Letztere sind

spezielle Maschinen um Kartoffeln möglichst ertragreich und schonend zu ernten, zu reinigen und zu verladen.

Zahlreiche technische Innovationen und Details erleichtern den Landwirten die Arbeit auf den Kartoffelfeldern.



Kartoffelroder „Keiler 1“ – Ernten leicht gemacht: Für Kartoffelbauern, die höchste Qualitätsanforderungen an das Ernten von Speisekartoffeln stellen, und zugleich Wert legen auf eine hervorragende Krauttrennung, sowie eine gründliche und schonende Reinigung, hat ROPA den „Keiler 1“ entwickelt. Der einreihig gezogene Kartoffelroder mit sechs Tonnen Fassungsvermögen arbeitet durch seinen vollhydraulischen Antrieb sowohl vibrationsarm als auch geräuschreduziert.

Die Sieb- und Krautketten sorgen dafür, dass das Kartoffelkraut und größere Erdbrocken auf dem Feld zurückbleiben. Alle Beförderungsbänder und Ketten werden automatisch an die Drehzahl angepasst. Die verbaute Hydraulik des Kartoffelrodgers ist äußerst fortschrittlich.

Auch in Sachen Reinigung setzt der „Keiler 1“ in seiner Klasse neue Maßstäbe.

Die Reinigungsfläche ist außergewöhnlich großzügig bemessen. Außerdem kommen beim Reinigungsprozess ganze vier umlaufende Fingerkämme zum Einsatz. Um im unwegsamen Gelände

trotzdem maximale Ernteergebnisse zu erzielen, werden ein hydraulischer Hangausgleich sowie eine großvolumige Bereifung eingesetzt. Sicherheit ist damit in jeder Lage garantiert.

Hoch oben am Verleseband spielen Standfläche und Komfort die größte Rolle. Denn dort wird von Hand noch einmal nachsortiert. Deshalb ist der Verlesestand beim „Keiler 1“ vergrößert worden. Die Beimengspur kann stufenlos verstellt und unabhängig von der Verlesebandgeschwindigkeit betrieben werden.

Wie bei allen ROPA Maschinen kann man auch beim „Keiler 1“ von überragender Servicefreundlichkeit und leichter Handhabung sprechen. Der Roder wird per ISOBUS gesteuert. Durch weitere manuelle Bedienelemente können aber auch vom Verlesestand aus intuitiv und schnell Änderungen vorgenommen werden. Ein weiterer, nicht zu vernachlässigender Pluspunkt ist die Tatsache, dass der „Keiler 1“ bei reduzierter Motordrehzahl weniger Kraftstoff verbraucht.

Kartoffelroder „Keiler 2“ – leistungsstark und komfortabel: Dieser zweireihig gezogene Kartoffelroder weist ein Fassungsvermögen von acht Tonnen auf. Wie beim „Keiler 1“ erfolgt auch beim „Keiler 2“ die Steuerung über ein ISOBUS Terminal. So können sämtliche Ableitwalzen in ihrer Höhe und



der Geschwindigkeit angepasst werden. Das gilt auch für die vier umlaufenden Fingerkämme und die Igelbänder dieses Roders.

In Sachen Reinigung sorgen die intuitive Bedienoberfläche und der vollhydraulische Antrieb für ein optimales Ergebnis. Der „Keiler 2“ liefert somit ein Reinigungssystem, das keine Wünsche offen lässt. Auch beim „Keiler 2“ spielen der Bodenschutz und die Standsicherheit jeweils eine wichtige Rolle. Die Transportbreite von drei Metern wird auf der Straße oder auch beim Roden nicht überschritten. Dafür sorgen eine Teleskop-Achse sowie die großvolumigen Reifen.

Bei Bedarf kann die Achsspur auf 3,50 Meter vergrößert werden, was die Standsicherheit des „Keiler 2“ zusätzlich erhöht.

Auch der Personenschutz auf dem Verlesestand wird durch diese zusätzliche Fläche verbessert. Auch in extrem schwierigem Gelände wird somit die Gefahr des Umkippens reduziert.

Der „Keiler 2“ wartet zudem mit einer ganzen Reihe technischer Feinheiten auf. Ein hydraulisch angetriebenes Scheibensech, eine automatische Damm-druckregelung mit hydraulischer Einzelreihen-Tiefenverstellung gibt es ebenso im „Keiler 2“ wie höhenverstellbare Podeste, eine Kameraüberwachung mit Farbmonitor und einen hydraulischen Hangausgleich. Der „Keiler 2“ bietet damit das Gesamtpaket in Sachen Technik, für eine ertragreiche und gleichzeitig schonend erwirtschaftete Tagesleistung bei der Kartoffelernte. Bei reduzierter Motordrehzahl verbraucht auch dieser Traktor weniger Kraftstoff. 

Weitere Informationen:

ROPA Fahrzeug- und Maschinenbau GmbH, Sittelsdorf 24, 84097 Herrngiersdorf, Tel: +49 (0)8785/9601-0, Tel.: +49 (0)8785/9601-142, info@ropa-maschinenbau.de, www.ropa-maschinenbau.de

Der vollhydraulische Antrieb arbeitet besonders kraftstoffsparend. Unabhängig von der Zapfwelldrehzahl halten sämtliche Reinigungseinheiten immer ihre optimale Geschwindigkeit.

© Fotos: Ropa Fahrzeug- und Maschinenbau GmbH



Wer

HAT'S ERFUNDEN?

Um die Pommes Frites ranken sich viel Mythen – bis heute ist nicht klar, ob die schmackhafte Beilage auf das Konto der Belgier, Franzosen oder Amerikaner zu verbuchen ist. Die Frage, wer die Pommes erfunden hat, können wir wohl kaum final klären. Aber wir zeigen wie heutzutage die frittierten Kartoffelstäbchen hergestellt werden. Dafür durften wir einen exklusiven Blick hinter die Kulissen von Aviko, einem der weltweit modernsten Betriebe in Sachen Kartoffelverarbeitung, werfen.

Belgier, Franzosen, Amerikaner? Als Erfinder der Pommes Frites wollen viele gelten. Kein Wunder – sind die kleinen Kartoffelstäbchen doch eine leckere Beilage zu vielen Speisen. Weil sie vom klassischen Fastfood-Menü kaum wegzudenken sind, liegt der Schluss nahe, ihren Ursprung in den USA zu suchen. Dort wurden Pommes Frites allerdings erst nach dem 1. Weltkrieg bekannt – seit der Rückkehr der Soldaten aus Europa. Deshalb heißen sie in Amerika auch „French Fries“. Die industrielle Herstellung nach 1945 sorgte zwar für ihre massenhafte Verbreitung, ihren Ursprung haben sie dort aber nicht.

Der Name lässt Rückschlüsse zu, dass die Pommes vielleicht doch aus Frankreich stammen. Denn der setzt sich aus zwei französischen Worten zusammen: „Pommes de terre“ (frz. für Kartoffeln) und „frites“ (vom Verb frire für frittieren). Es bedeutet also nichts anderes als frittierte Kartoffel. Reicht das schon aus, der Grande Nation das Gericht zuzusprechen? Wohl kaum.

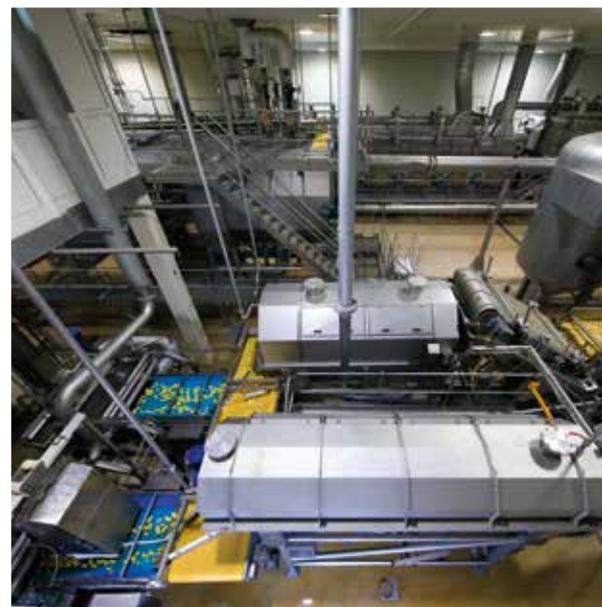
Mit hoher Wahrscheinlichkeit stammen die Pommes nämlich aus Belgien.

Ein historisches Dokument belegt, dass die Bewohner rund um die Maas bereits im 17. Jahrhundert schmale Kartoffelstreifen frittierten. Konnten die Fischer raus aufs Wasser fahren, dann fingen sie kleine Fische und brieten diese im heißen Öl. Aber „wenn der Frost die Wasserläufe erfasst und das Angeln gefährlich wird“, heißt es in dem Dokument,

„schneiden sie Kartoffeln wie kleine Fische aus und lassen sie wie diese braun werden“.

Für diese Theorie spricht auch, dass die Belgier als eine der ersten Nationen in Europa die Kartoffel angebaut haben. Eingeführt von den spanischen Eroberern aus Peru und Chile, wurde sie lange Zeit in vielen Ländern mit Argwohn betrachtet. Hungersnöte und Getreideknappheit verschafften der Kartoffel aber nach und nach einen festen Stellenwert auf dem Speiseplan – bis heute! Zwar hat sich im Laufe der Zeit kaum etwas am Aussehen der Pommes geändert, wohl aber an den Herstellungsmethoden.

Nach dem Schälen werden die Knollen vollautomatisch in Form geschnitten.







Qualität ist oberste Prämisse!
Deshalb werden die Pommes
immer wieder überprüft und
mittels Luftstrahl Stäbchen
mit kleinen Schwachstellen
aussortiert.

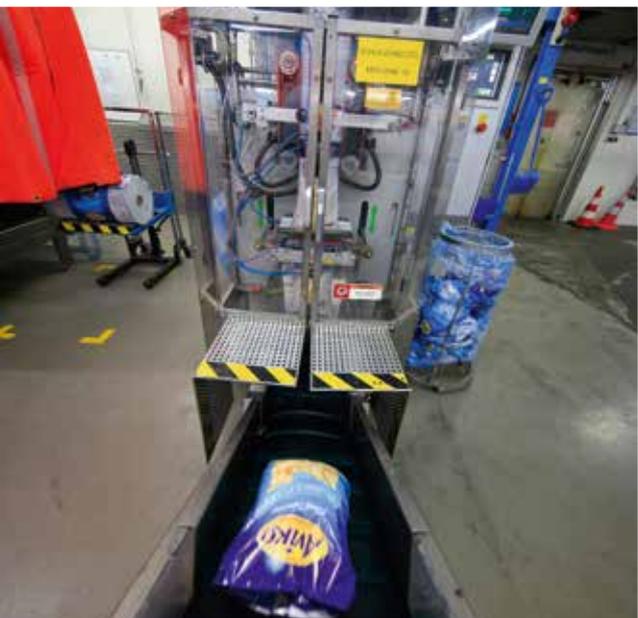


In Bayern, genauer in Rain am Lech, steht eine der weltweit modernsten Betriebe im Bereich Kartoffelverarbeitung. Die Aviko Deutschland GmbH ist eine Tochtergesellschaft des gleichnamigen niederländischen Unternehmens mit Hauptsitz im Dorf Steenderen. Mit einem jährlichen Umsatz von etwa 450 Millionen Euro und 1.600 Mitarbeitern ist Aviko einer der weltgrößten Kartoffelverarbeiter und im internationalen Vergleich der größte Anbieter gekühlter Kartoffelprodukte. Best Seller sind unter anderem die klassischen Tiefkühlpommes – und die sind dort in ganz unterschiedlichen Größen und Variationen im Sortiment.

**Rund 132.000 Tonnen Pommes Frites werden
jährlich für die Märkte Süddeutschland,
Süd- und Südosteuropa hergestellt.**

Über einen Schwimmkanal gelangen die frischen Kartoffeln direkt vom benachbarten Kartoffel-Centrum Bayern zu Aviko. Es gibt kaum einen schnelleren Weg, die erntefrischen Feldfrüchte weiterzuverarbeiten, denn diese wurden während der Sommermonate von den umliegenden Landwirten wenige Stunden vorher vom Feld geholt. Für Pommes eignen sich am besten Sorten mit einem hohen Stärkegehalt, wie beispielsweise Amora, Zorba, Challenger oder Innovator.

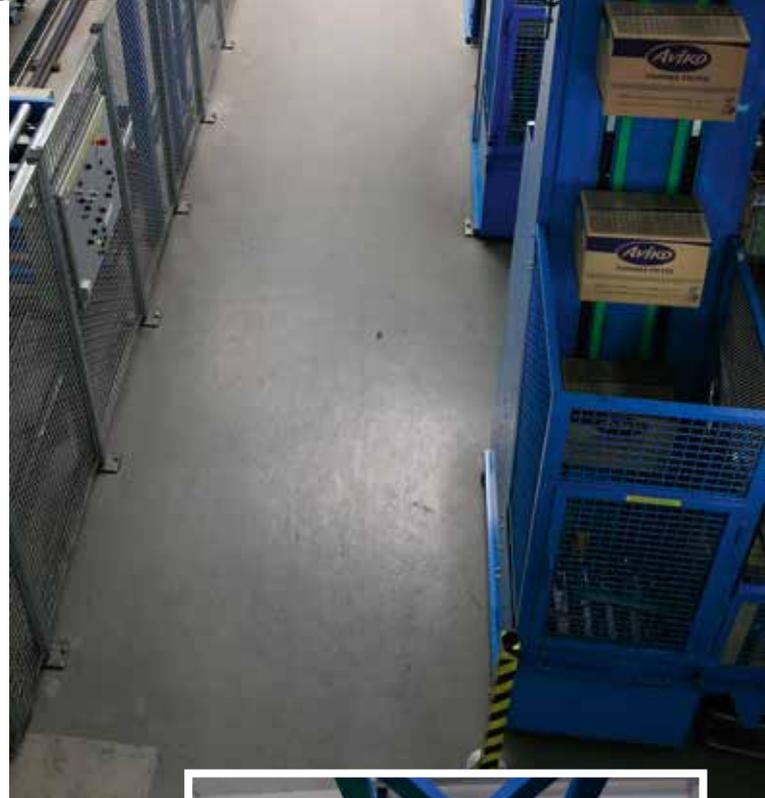
Bei Aviko angekommen werden die Kartoffeln als erstes in einem riesengroßen Schäler mittels Dampf geschält. Dabei kondensieren kleine Wassertröpfchen unter der Schale der Kartoffel und sprengen diese regelrecht ab. Mit diesem Prinzip können innerhalb kürzester Zeit große Mengen Kartoffeln geschält werden – damit ist die Maschine schneller als jede Hausfrau. Aber die Methode hat einen weiteren Vorteil, denn der Schälverlust ist verschwindend gering.



Die Kartoffeln sind unterdessen wieder in einem Wasserbad gelandet. Denn mit Hilfe eines Wasserstrahls werden sie durch ein Gitter bzw. durch einen Messerkopf gepresst und so in die richtige Form geschnitten. Das Wasser beschleunigt die Kartoffeln auf eine Geschwindigkeit von bis zu 80 km/h. Zu dünne oder zu kurze Streifen sortiert das Vibrationssieb ganz einfach aus. Die aussortierten Kartoffelstücke werden eine Halle weiter direkt zu Nebenprodukten, wie beispielsweise Kartoffelflocken verarbeitet. Neben dem Standard Feinschnitt (7mm) gibt es die Aviko Pommes auch in Normalschnitt (10mm) und Grobschnitt (14mm).

Im nächsten Schritt ist Hightech vom Feinsten angesagt! Denn bevor die Pommes in einer überdimensionalen Fritteuse angebraten werden, gilt es letzte Stäbchen mit kleinen Schwachstellen auszusortieren. Dazu laufen alle Pommes auf einem Förderband entlang. Ein ausgeklügeltes Kamerasystem entdeckt defekte Stellen und mittels Luftstrahl werden diese dann von den einwandfreien Exemplaren getrennt. Braune Flecken oder sonstige Schwachpunkte werden nach Möglichkeit weggeschnitten und die Stäbchen dem laufenden Prozess wieder zugeführt.

Rohe Kartoffelstäbchen müssen immer zweimal frittiert werden, um daraus Pommes herzustellen. Der erste Durchgang erfolgt bei Aviko. In Öl werden Pommes vorfrittiert, ein bis zwei Minuten bei circa 170° Celsius reichen dafür aus. Bei -20° Celsius geht es für die Pommes durch den Froster, eisgekühlt werden sie dann direkt verpackt. Ohne Unterbrechung der Kühlkette machen sich die bayerischen Pommes von Rain am Lech auf den Weg in die weite Welt. 🚚



Fertig verpackt und bereit für den Versand.



2016
-
2017

Bayerische
Kartoffel - Königin

DÜRFEN WIR VORSTELLEN:

Ihre Majestät Johanna I.

Die 39. Bayerische Kartoffelkönigin.

© Fotos: Karin Heidmeier



Die amtierende Kartoffelkönigin Johanna Daferner (20) ist heimatverbunden, bescheiden und auf dem Boden geblieben. Als Repräsentantin der Erdäpfel adelt sie diese mit Freude und verdientem Stolz. Wir haben die von der Erzeugergemeinschaft für Qualitätskartoffeln Neuburg-Schrobenhausen frisch gekürte Königin in ihrer Heimat Ehekirchen/Walda zum Interview getroffen.

Muss man Sie jetzt eigentlich mit „Eure Majestät“ oder „Johanna I.“ ansprechen?

Eure Majestät höre ich jetzt natürlich schon ganz gerne. Nein, Spaß beiseite, Johanna genügt völlig.

Hat die Kartoffel in Ihrem Leben einen besonderen Stellenwert?

Ja, schon seit meiner frühesten Kindheit spielt die Kartoffel eine wichtige Rolle für mich. Ich helfe seit jeher im elterlichen Betrieb beim Anbau und der Ernte der verschiedenen Sorten mit. Außerdem bereite ich als Hauswirtschafterin auch sehr gerne und wirklich häufig Kartoffelgerichte zu.

Wie wird man eigentlich Kartoffelkönigin?

Die Bayerische Kartoffelkönigin wird traditionell von der Erzeugergemeinschaft Neuburg-Schrobenhausen gekrönt – und das mittlerweile zum 39. Mal. In Abstimmung mit allen anderen bayerischen Anbaugebieten repräsentiere ich diese innerhalb Bayerns. Und wie in einer Monarchie üblich, wird die Bayerische Kartoffelkönigin gekrönt, es findet also kein offizielles Auswahlverfahren statt. Die Vertreter der Kartoffelerzeugergemeinschaft gehen auf geeignete Kandidatinnen zu. Die Anforderungen sind nicht einfach zu erfüllen, natürlich muss ein eindeutiger Bezug zur Kartoffel vorhanden sein. In der Regel ist das durch den Bezug zu einem elterlichen Kartoffelhof aber gegeben. Zum anderen muss die Bayerische Kartoffelkönigin aber auch fit in Sachen Kartoffelkunde sein. Sie muss sich und das Thema bei allen öffentlichen Auftritten natürlich standesgemäß repräsentieren können – attraktiv sind die bayerischen Mädels ja sowieso alle. Für mich ist es eine große Ehre nun für ein Jahr die bayerische Kartoffel zu repräsentieren. Ich freue mich und werde sicher jede Menge Erfahrungen sammeln.

Wie genau fühlt es sich an, diesen Titel zu tragen?

Ich hatte mir bis zu dem Tag meiner Zusage nie Gedanken darüber gemacht, irgendwann einmal Bayerische Kartoffelkönigin zu sein. Umso überraschter und erfreuter war ich, als ich gefragt wurde. Ich bin schon stolz, aber auch etwas nervös, ob ich allen Anforderungen entspreche. Aber meine Familie und meine Freunde haben mir sofort ihre Unterstützung zugesagt, die sind natürlich auch alle mächtig stolz auf mich.

Sind Sie in Ihrem Heimatort Walda nun ein echter Star?

Walda ist mit 200 Einwohnern sehr klein, mich kennt hier jeder seit meiner Kindheit. In Walda gibt es keinen Starrummel und ich bin für alle immer noch die Johanna.

Ehre bringt auch Pflichten mit sich. Welche Aufgaben kommen jetzt auf Sie zu?

Als Amtsinhaberin absolviere ich etwa 100 Termine, darunter sind z. B. Auftritte auf Bauernmärkten sowie Kartoffel- und Volksfesten. Natürlich werde ich auch auf dem Oktoberfest sein und ich trete auf Messen außerhalb Bayerns auf, hierfür reise ich sogar nach Berlin und Hamburg. Daneben stehen auch immer wieder Interview- und Fototermine an. Mein letzter Auftritt wird dann die Krönung der nächsten Königin sein.

Dazwischen arbeiten Sie in der elterlichen Gastwirtschaft. Werden Sie hier häufig auf Ihren Titel angesprochen?

Ja, total. „Sind Sie nicht die neue Kartoffelkönigin?“ Fragen wie diese höre ich hier mittlerweile schon sehr oft. Natürlich macht mich das stolz und ich freue mich über die vielen netten Gespräche mit den Gästen.

Und wie in einer Monarchie üblich, wird die Bayerische Kartoffelkönigin gekrönt, es findet also kein offizielles Auswahlverfahren statt.





Johanna I. bei ihrer Krönung - die rund 400 geladenen Gäste erwarteten in der Alten Schweißerei in Schrobenhausen mit Spannung den Namen der neuen Regentin.

© Foto: Helga Gebendorfer

Kochen Sie auch selbst gerne Kartoffelgerichte?

Eines meiner Hobbys ist tatsächlich das Kochen und natürlich kommt bei mir auch die Knolle zum Einsatz. Mein liebstes Kartoffelrezept ist der bayerische Kartoffelsalat. Er passt zu vielen Gerichten und ist ein traditionelles, einfaches und bodenständiges Gericht.

Haben Sie eine Lieblingskartoffelsorte?

Ja, die Solist. Das ist eine vorwiegend festkochende Sorte, die man leicht zu vielen Gerichten verarbeiten kann, außerdem ist sie sehr ertragreich.

Sie kommen aus dem Landkreis Neuburg/Schrobenhausen, einer Spargelhochburg. Spielt der Spargel auch für Sie eine Rolle, so als Kartoffel-Partner?

Auf jeden Fall. Meine Eltern bauen Spargel an und vermarkten ihn im eigenen Gasthof. Kartoffeln und Spargel passen gut zusammen, kaum ein Spargelgericht kommt ohne Kartoffeln aus.

Vegetariern sind sie aber nicht, oder?

Nein! Zu einem Schnitzel zum Kartoffelsalat sage ich nicht nein.

Was machen Sie, wenn Sie mal nicht als Kartoffelkönigin unterwegs sind?

Ich habe viele Interessen und ich engagiere mich gerne in den örtlichen Vereinen, denn Walda ist meine Heimat, hier fühle ich mich wohl. Ich tanze in der Garde und bin aktives Mitglied im Schützenverein und in der Freiwilligen Feuerwehr.

Überlegen Sie nie, irgendwann in die Stadt zu ziehen?

Nein! Ich bin ein echter Landmensch und ich schätze die Ruhe und den Zusammenhalt auf dem Dorf. Hier kennt wirklich jeder jeden und das gefällt mir.

Spielen neben dem Landleben auch Nachhaltigkeit und Regionalität eine besondere Rolle für Sie?

Die Nachhaltigkeit und der Konsum regionaler Produkte ist beides sehr wichtig für mich. Ich achte darauf, überwiegend regionale Produkte zu kaufen, denn nur wenn wir unsere Landwirte unterstützen, kann auch die nächste Generation noch von der Landwirtschaft leben und die schöne Natur, die uns umgibt, bleibt erhalten.

Werden Sie als Kartoffelkönigin von manchen Leuten auch belächelt?

Bis jetzt habe ich nur positive Rückmeldungen bekommen. Kritiker würde ich freundlich darauf hinweisen, dass die Kartoffel sicher auch auf ihrem Speiseplan steht und sei es nur in Form von Chips. Ich könnte auch mit Goethe kontern, der schon sagte: Morgens rund, mittags gestampft, abends in Scheiben, so soll's bleiben. 

KARTOFFEL- Rezepte

AUS ALLER WELT

Rezepte mit Kartoffeln gibt es viele, denn die tolle Knolle zeigt sich vielseitig, wenn es an den Kochtopf geht: als Kartoffelbrei, Salat, Gratin oder Suppe, gebraten, gegart oder frittiert ... Deutschland ist zwar weithin als Land der Kartoffeln bekannt, aber wir zeigen, dass die braune Knolle auf der ganzen Welt schmackhaft zubereitet wird. Kartoffeln sind nicht nur als Beilage ein echter Klassiker, sondern machen auch als Hauptgericht einiges her!





Ensalada rusa – Russischer Salat

Obwohl er Russischer Salat heißt,
ist er eine spanische Spezialität.

FÜR 6 PORTIONEN

750 g Kartoffeln,
vorwiegend festkochende
Sorte, erkennbar an roter
Kennzeichnung

150 g grüne Bohnen

150 g Möhren

150 g Erbsen, tiefgekühlt

4 EL Sherryessig

Salz, Pfeffer

3 Eigelb

2 EL Zitronensaft

1/4 l Olivenöl

Kartoffeln waschen und knapp mit Wasser bedeckt im zugedeckten Topf ca. 30 Minuten kochen. Dann abkühlen lassen, pellen, in 2 cm große Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben.

Die Bohnen putzen, waschen und in Salzwasser 10 Minuten garen, eiskalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Möhren schälen, in kleine Würfel schneiden und 3 Minuten garen, eiskalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Die Erbsen 1 Minute in kochendes Salzwasser geben, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Das Gemüse zu den Kartoffeln in die Schüssel geben.

Die Eigelbe mit etwas Salz, Pfeffer und Zitronensaft verrühren. Das Olivenöl in dünnem Strahl einfließen lassen und dabei mit dem Schneebesen oder dem Handrührgerät kräftig schlagen, bis eine cremige Mayonnaise entstanden ist. Die Mayonnaise in die Schüssel geben und vorsichtig mit den Zutaten mischen. Den Salat im Kühlschrank mindestens 20 Minuten ziehen lassen. Vor dem Servieren nochmals abschmecken und falls nötig nachwürzen.



Normannische Kartoffel-Appelsuppe mit Cidre

Eine traditionelle Spezialität aus der Heimat des Cidre
und der Crème fraîche.



FÜR 4 PORTIONEN

2 mittelgroße Zwiebeln
2 große Äpfel, z. B. Elstar
2 EL Butter
600 g Kartoffeln, mehlig
Sorte, erkennbar an blauer
Kennzeichnung
3/4 l Gemüsebrühe
200 ml trockener Cidre
100 g Crème fraîche
Salz, Pfeffer
1 TL Apfelessig
1/2 Bund Schnittlauch

Die Zwiebeln schälen und fein hacken.

Die Äpfel schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und grob zerkleinern.

Die Butter in einem breiten Topf schmelzen. Die Zwiebel und die Äpfel darin weich dünsten. Inzwischen die Kartoffeln waschen, schälen, grob in Würfel schneiden und dazugeben. Mit der Gemüsebrühe und dem Cidre aufgießen und aufkochen. Die Crème fraîche dazugeben und zugedeckt 25 Minuten köcheln lassen.

Die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Apfelessig abschmecken.
Den Schnittlauch waschen, in feine Röllchen schneiden und die Hälfte davon in die Suppe rühren. Die Suppe anrichten und mit dem übrigen Schnittlauch bestreuen.





Klassische Gnocchi

FÜR 4 PORTIONEN
(als Hauptgericht)

1 kg Kartoffeln, mehlig
Sorte, erkennbar an blauer
Kennzeichnung

250 g Mehl

Salz

1 Eigelb

1 Prise geriebene
Muskatnuss

Mehl zum Bestäuben

100 g geriebener Parmesan

Die Kartoffeln waschen und knapp mit Wasser bedeckt etwa 25 Minuten im geschlossenen Topf garen. Abgießen, gut ausdampfen lassen und schälen.

Die Kartoffeln noch heiß durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Das Eigelb, das Mehl, Salz und Muskatnuss dazugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Gnocchiteig 10 Minuten ruhen lassen.

Dann den Teig zu Strängen von etwa 2 cm Durchmesser rollen, mit etwas Mehl bestäuben, in etwa 2 cm lange Stücke schneiden und mit einer Gabel etwas eindrücken, sodass die Rillen zu sehen sind. Reichlich Salzwasser aufkochen und die Gnocchi darin bei milder Hitze gar ziehen lassen. Wenn sie an die Oberfläche kommen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen, auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit dem Parmesan bestreuen.

VARIANTEN

Die Gnocchi können auch mit Tomatensoße oder Salbeibutter angerichtet oder mit Pilzen und Parmesan gratiniert werden.

TIPP

Die Gnocchi eignen sich sehr gut zum Einfrieren.





Böhmische Zwetschgenknödel



FÜR 4-6 PORTIONEN

500 g Kartoffeln, mehlig
Sorte, erkennbar an blauer
Kennzeichnung

20 Zwetschgen,
z. B. Bühler Zwetschgen

20 Stück Würfelzucker

150 g Mehl

250 g Butter

2 Eigelbe, 1 Prise Salz

Für die Brösel

100 g Butter,

50 g Semmelbrösel

2 EL brauner Zucker,
etwas Zimt

VARIANTE

Anstelle von Zwetschgen
können Sie auch Aprikosen
verwenden,

Die Kartoffeln waschen und in einem geschlossenen Topf, knapp mit Wasser bedeckt, ca. 25 Minuten weich kochen. Die heißen Kartoffeln pellen, durch die Kartoffelpresse in eine Schüssel pressen und abkühlen lassen.

Inzwischen die Zwetschgen waschen, längs aufschlitzen, die Steine entfernen und jeweils durch ein Stück Würfelzucker ersetzen. Das Mehl, 30 g Butter, die Eigelbe und das Salz zu den abgekühlten Kartoffeln geben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten, falls nötig noch etwas Mehl hinzufügen.

Den Teig in 20 Stücke teilen. Jeweils ein Teilstück flach drücken und eine Zwetschge damit umhüllen, dabei die Nahtstellen gut zusammendrücken. Reichlich Salzwasser aufkochen, die Knödel hineinlegen und in dem leicht siedenden Wasser 8 bis 10 Minuten garen. Sie sind fertig, wenn sie an der Oberfläche schwimmen.

Inzwischen die Butter in einer Pfanne schmelzen, Brösel, Zucker und Zimt zugeben und goldbraun werden lassen. Die Knödel mit einem Schaumlöffel herausnehmen und gut abgetropft in den Bröseln wälzen. Zum Schluss mit geschmolzener Butter übergießen.



Diese und weitere Rezepte finden Sie
im Kartoffelkochbuch von Cornelia Adam.

Gute Kartoffeln

Die große Liebe zur kleinen Knolle

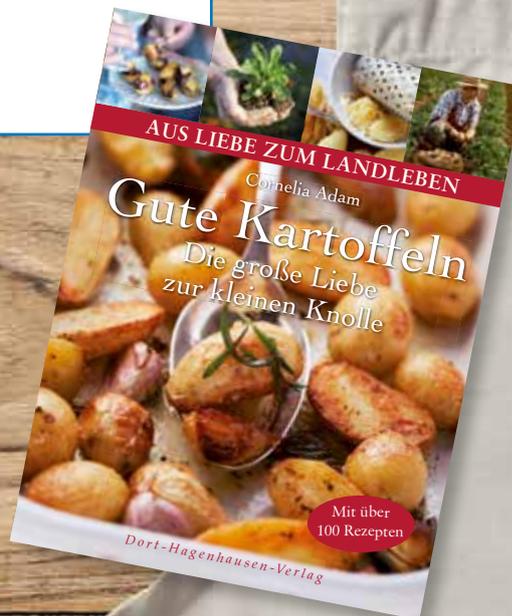
Die Kartoffel hat sich längst einen festen Platz auf unserem Speiseplan erobert. Dass man aus der kleinen Knolle weit mehr leckere Gerichte zubereiten kann als Bratkartoffeln und Püree zeigt Cornelia Adam in „Gute Kartoffeln – Die große Liebe zur kleinen Knolle“. Neben leckeren Rezepten wird informativ und unterhaltsam alles Wissenswerte rund um die Kartoffel präsentiert: Kulturhistorisches ebenso wie Porträts aller wichtigen Kartoffelsorten, einer Warenkunde, Tipps für die Lagerung und Infos und Geschichten zu Anbau und Ernte, nicht nur auf dem Feld, sondern auch im Garten und sogar auf dem heimischen Balkon.

Hardcover mit Schutzumschlag, 192 Seiten,
Format: 22,5 x 28,7 cm, ca. 300 Farbfotos

€ 24,95 (D), € 24,95 (A)

ISBN 978-3-86362-009-7

www.ullmannmedien.com



DIE KARTOFFEL HAT VIELE

Stärken

Früher war die Kartoffel ein klassisches Armeleuteessen. Heute hat sich die Knolle längst einen Stammplatz auf den Einkaufszetteln weltweiter Gourmettempel gesichert. Neben Getreide gehört dieses Nachtschattengewächs zu unseren Grundnahrungsmitteln und bei der richtigen Zubereitung ist sie sogar richtig gesund.

Zahlen lügen nicht – so beliebt ist die Kartoffel

Neben zahlreichen, geografisch variierenden Namen, vom Erdapfel über die Erdbirne bis hin zur Grumbeere, variieren auch die Zubereitungsformen. Gestampft, gedämpft, als Bratkartoffeln mit Zwiebeln und Speck, Rösti, Klöße, Pommes und auch Chips – kaum eine Zutat der deftigen Küche ist so flexibel wie die Kartoffel.

Angebaut wird sie in Deutschland aktuell von etwa 30.000 Bauern und Unternehmen auf ca. 235.500 Hektar Land. Alleine 10.000 dieser Betriebe befinden sich in Bayern*.

Kartoffeln sind viel besser als ihr Ruf

Obwohl es zu den beliebtesten Lebensmitteln zählt, ist der Ruf des Knollengewächses nicht der allerbeste. In Zeiten von Superfood und Slow Food, Matchatee und Chia Samen hat es der knollige Sattmacher schwer, sich als gesundes Lebensmittel zu behaupten. Die Knolle besteht zu beinahe 80 Prozent aus Wasser und trotzdem ist bei der Kartoffel häufig von Kohlehydratbombe und nährstoffarmem Dickmacher die Rede.

*(Quelle: Statistisches Bundesamt).





„Wie bei vielen anderen Lebensmitteln auch sind Menge und Häufigkeit ganz ausschlaggebende Faktoren. Ihren schlechten Ruf hat die Kartoffel überwiegend aus den USA, wo frittierte Pommes eine beliebte Sättigungsbeilage sind“, erklärt die ärztlich geprüfte, vegane Ernährungsberaterin Merle Zirk. „Frittiert man Kartoffelspalten und -scheiben in viel Fett, dann stimmt der Vorwurf des Dickmachers natürlich.“ Doch selbst bei handelsüblichen, vorgebackenen Pommes kann man durch die Art der Zubereitung den Fettanteil reduzieren. Zum Beispiel wenn sie auf dem Backblech und nicht in der Fritteuse zubereitet werden. Aber natürlich gibt es noch weitaus schonendere Zubereitungsarten und eine ganze Reihe weiterer Gründe, warum die Kartoffel eigentlich sogar ziemlich gesund ist.

Das gesunde Geheimnis liegt in der richtigen Zubereitung

„Wenn man die Kartoffel weder frittiert noch brät, sondern ganz klassisch mit etwas Salz und Wasser kocht, ist das gleich viel gesünder“, weiß die Ernährungsberaterin. Die Kartoffeln sollten dabei mit der Schale gekocht werden, um zu verhindern, dass wichtige Nährstoffe verloren gehen. Die schonendste Zubereitungsart ist aber auch hier, wie bei vielen Gemüsesorten, das Dämpfen. Durch die geringere Gradzahl werden weniger Vitamine durch Hitze zerstört. Auch das Zubereiten im Ofen, mit Schale und kaum Öl oder Fett tut der Kartoffel gut und ist dem Braten oder Frittieren vorzuziehen.



©Christian Hofmann

Über Merle Zirk

Merle Zirk berät Menschen dabei, ihr Leben noch gesünder und glücklicher zu gestalten. Als ärztlich geprüfte, vegane Ernährungsberaterin bietet sie Hilfestellung für eine bewusste Ernährung sowie einen gesunden Lifestyle.

Weitere Informationen unter www.happygoluckyme.com

Gesunde Inhaltsstoffe

Nimmt man die Kartoffel genauer unter die Lupe, lässt sich die Annahme, es handle sich hier um einen Nährstoff-armen Dickmacher, sofort entkräften und sogar in ihr Gegenteil umkehren. „Die Kartoffel liefert alle wichtigen Nährstoffe, die wir über unsere Nahrung aufnehmen sollten. Würde man sich über einen gewissen Zeitraum ausschließlich von Kartoffeln ernähren, würde keine Mangelerkrankung auftreten“, so Merle Zirk. „Eine solche Ernährung ist natürlich nicht zu empfehlen, aber sie beweist, dass sich in der Kartoffel viele für den Körper und den Stoffwechsel notwendige und somit sehr gute und gesunde Inhaltsstoffe befinden.“

So ist die Kartoffel zum Beispiel ein wichtiger Eiweißlieferant.

Der Anteil von etwa zwei Prozent erscheint zunächst zwar recht gering, doch der Schein trügt, denn es handelt sich um sehr hochwertiges pflanzliches Eiweiß. Neben B- und C-Vitaminen, die u. a. für die Stärkung des Immunsystems und die Stoffwechselregulierung wichtig sind, ist die Kartoffel auch ein hervorragender Mineralstofflieferant. „Wenn es um Kalium geht, liegt neben Blattgrün auch die Kartoffel ganz weit vorn“, bestätigt die Ernährungsberaterin. Kalium ist ein sehr wichtiger Zellstoff mit zahlreichen Funktionen, es ist z. B. an der Energiegewinnung beteiligt und hat Anteil an der Regulierung des Säure-Basen-Haushaltes sowie des Wasser-Elektrolyt-Haushaltes. Neben Kalium liefert die Kartoffel auch Magnesium, Kalzium, Phosphor und Eisen.

Die leichte Sättigungsbeilage - Schlemmen ohne schlechtes Gewissen

Ein weiterer, beinahe unschlagbarer Vorzug der Kartoffel – neben der Geschmacksvielfalt natürlich – ist ihre Sattmacherqualität. Auch daher spielt sie in der vegetarischen und veganen Küche eine große Rolle. Trotz ihres ca. sechzehnprozentigen Kohlehydratgehaltes ist die Kartoffel im Vergleich mit anderen Sättigungsbeilagen gar nicht so gehaltvoll, vor allem wenn man die bereits genannten Zubereitungstipps beachtet. Generell haben 100 g Kartoffeln nur halb so viele Kalorien wie die gleiche Menge an Nudeln. Und sogar Reis bringt in einer Menge von 100 g mehr Kalorien auf die Waage als die Kartoffel.



GANZ SCHÖN

heiß ...



Auch für das kommende Jahr legen Bayerns Kartoffelbauern wieder eine neue Version des erfolgreichen Kalenders „Heiße Kartoffel“ auf. 2017 posieren die Models vor heimischer Kulisse.

”

Back to the roots“ lautet das Motto des neuen Jahreskalenders „Heiße Kartoffel 2017“. Denn für das Shooting wurden wieder 13 junge Damen verheißungsvoll in Szene gesetzt. In gewohnter Bauernhofatmosphäre posierten die Mädels in

knappen Hotpants oder aufreizenden Negligés. Der bekannte Münchner Fotograf Egbert Krupp knipste die Schönheiten vom Lande vor stilvoller Kulisse. Dabei gerät der Erdapfel zwar manches Mal in den Hintergrund, doch die Botschaft kommt deutlich an: Die nährstoffreiche und schmackhafte Knolle ist keineswegs altbacken und fad, sondern gehört zu den Basics in der modernen Küche. Alle jungen Frauen, die sich im Rahmen des außergewöhnlichen Kunstprojekts für die Kartoffel aus Bayern stark machen, haben einen Bezug zur Kartoffel oder stammen sogar von einem Hof mit Kartoffelerzeugung.

Der Kalender erscheint mit hochwertiger Spiralbindung im Format DIN A3, pünktlich zum Bayerischen Zentral-Landwirtschaftsfest. Weitere Informationen finden sich unter www.bayerische-kartoffel.de.

Die Models 2016 im Überblick:

- TITELBILD** Anastasiia Zamiatina (Neuburg)
- JANUAR** Johanna Daferner (Ehekirchen - Walda)
- FEBRUAR** Jasmin Siegl (Halsbach)
- MÄRZ** Andrea Kneilling (Hohenried)
- APRIL** Ramona Glöckl (Karlshuld)
- MAI** Felicia Fey (Stephansposching)
- JUNI** Franziska Kaiser (Rohrenfels)
- JULI** Theresa Humbold (Königsmoos)
- AUGUST** Stefanie Daferner (Hütting)
- SEPTEMBER** Susanne Rauscher (Osterhofen)
- OKTOBER** Gisela Böhm (Berg im Gau – Oberarnbach)
- NOVEMBER** Marina Birkmeier (Oberhausen)
- DEZEMBER** Anja Birkmeier (Oberhausen)



Shooting-Tag:
heiße Models
vor ländlicher
Kulisse

Wellness

MIT KULINARISCHER NOTE

Im niederbayerischen Bad Füssing steht Europas erste und einzige Kartoffelsauna. Ein kurioses Erlebnis mit Entspannungsgarantie.





Zurücklehnen, einatmen, ausatmen, entspannen. Die Augen sind geschlossen und ein angenehmer Geruch steigt in die Nase. Wohlige Wärme durchströmt den Körper, die Atmung verlangsamt sich, die Glieder werden angenehm schwer und ein Gefühl der völligen Entspannung tritt ein. Viele Menschen lieben das Saunieren – und das zu Recht, denn neben dem gesteigerten Wohlbefinden und den positiven Einflüssen auf die innere Balance, sagt man dem Schwitzen in der Sauna eine gesundheitsfördernde Wirkung nach.

Die körpereigene Abwehr sowie das Herz-Kreislauf-System werden durch den Wechsel zwischen heiß und kalt gestärkt, die Haut wird beim Schwitzen gereinigt und die Gefäße werden trainiert. Auch Stress kann während des Saunierens besser verarbeitet werden und der Blutdruck kann positiv beeinflusst werden. Nach dem Sport fördert ein Saunagang die Regeneration der Muskeln. Unterschiedliche Peelings sowie Spezialaufgüsse, angereichert mit ätherischen Ölen

wie Minze, Eukalyptus oder Orangenblüte, verwöhnen zusätzlich die Haut und beleben die Sinne, den Kreislauf und die Atmung. Die positiven Eigenschaften sind nicht von der Hand zu weisen – und doch wissen eingefleischte Saunagänger, dass es ein paar Regeln gibt, die für das richtige Saunabad beachtet werden müssen. Dazu zählt, dass der Magen während des Schwitzens einer gewissen Grundlage bedarf. Und genau diese Regel wird im niederbayerischen Bad Füssing auf ganz besondere Weise zelebriert.

Auf den Geschmack gekommen

Denn im Saunahof der Therme 1 wartet seit 2008 die erste und bislang einzige Kartoffelsauna Europas auf erholungssuchende Gäste.

In einem nachgebauten historischen Kartoffelkeller werden die heißen Knollen bei 50-60 Grad Raumtemperatur und 70 Prozent Luftfeuchtigkeit zum Dampfen gebracht.

Weitere Informationen:

Therme 1 mit Saunahof,
Kurallee 1, 94072 Bad Füssing,
Tel.: +49 (0) 8531/9446-0,
info@therme1.de
www.therme1.de



Bis zu 50 Personen finden in diesem ungewöhnlichen, historischen Ambiente mit modernster Technik und Hygiene Platz, um bei speziell auf die Jahreszeit abgestimmten Peeling- und Cremeanwendungen die gesunde Schönheitspflege zu genießen.

Die Highlights der Kartoffelsauna sind zum einen die Kartoffelcreme und das Kartoffelpeeling. Beide werden nach einem hauseigenen Rezept hergestellt. Die Inhaltsstoffe sind streng geheim und werden gut gehütet. Das Peeling kommt ganz ohne grobkörnige Mikrokügelchen aus. Allein durch die natürlich pflegenden Extrakte verfeinert es das Hautbild, spendet Feuchtigkeit und macht die Haut geschmeidig weich. Hergestellt werden sowohl das Peeling als auch die Kartoffelcreme aus handelsüblichen Kartoffeln – die gelben Knollen wirken antiseptisch, zellerneuernd und

feuchtigkeitsspendend. Während des Schwitzens dringen die Mineralstoffe und Vitamine über die Haut ein und können ihre positiven Effekte so voll entfalten.

Wirkung von außen wie von innen

Seit Hunderten von Jahren ist die Kartoffel ein schmackhafter Begleiter der Menschen und als bewährtes Hausmittel gegen Krankheiten wie Magenverstimmungen, Sodbrennen und rheumatische Beschwerden bekannt. Aufgrund ihres hohen Gehalts an Vitaminen, Eiweiß und Ballaststoffen ist sie ein äußerst gesundes Lebensmittel. Und das haben auch die Saunahof-Eigentümer in Bad Füssing längst erkannt. Deshalb bieten sie ihren Besuchern neben der gesunden Schönheitspflege auch ein wahres Geschmackserlebnis. Nach dem Saunagang werden speziell gewürzte Kartoffeln, die im alten Garofen des Kartoffelkellers zubereitet wurden, den Besuchern als Stärkung gereicht. Angerichtet werden diese am Eingang der Sauna, wo viele Gäste bereits vom Duft der heißen Knollen neugierig geworden und zum Saunieren in den Keller kommen.

Und woher kommen die Kartoffeln? Für das Peeling und den Verzehr werden zwar unterschiedliche Kartoffelsorten verwendet, doch eines haben sie stets gemeinsam: Sie stammen direkt aus der Region und werden frisch an den Saunahof geliefert.



Farbklecks

AUFGEPASST! HOLT EURE MALSTIFTE RAUS UND VERPASST UNSEREM BAUERNMOTIV EIN WENIG FARBE. KÖNNT IHR ZÄHLEN, WIE VIELE TIERE AUF DEM BILD ZU SEHEN SIND?





Rätsel

FÜR KIDS

Langeweile?
Fehlanzeige ...

... DENN JETZT SIND GESCHICKLICHKEIT ODER SCHNELLIGKEIT GEFRAGT. WER IST DER BESTE BAUMEISTER UNTER EUCH? VERSUCHT AUS EINEM HANDELSÜBLICHEN BEUTEL KARTOFFEL (2,5 KG) EINE PYRAMIDE ZU BAUEN. ENTWEDER MÖGLICHT SCHNELL ODER SO HOCH ES GEHT.

HINWEIS: DA DIE KARTOFFEL EIN FESTES KNOLLENGEMÜSE IST, KÖNNEN DIE VERWENDETEN KARTOFFELN NACH DEM SPIEL PROBLEMLOS IN DER KÜCHE WEITERVERARBEITET WERDEN.



DIE KLEINE RAUPE HAT EINEN
RIESENHUNGER! DOCH WIE KOMMT
SIE AM SCHNELLSTEN ZUR
LECKEREN KARTOFFELKNOLLE?



Weltreise



WUSSTEST DU, DASS DIE KARTOFFEL FAST AUF DER GANZEN WELT ANGEBAUT WIRD? DIE TOLLE KNOLLE KANN SICH NÄMLICH EXTREM SCHNELL GANZ UNTERSCHIEDLICHEN BEDINGUNGEN ANPASSEN. ABER WAS HEIßT KARTOFFEL IN ANDEREN SPRACHEN?

1. **KARTOFFEL**
2. **POTATOE**
3. **POMME DE TERRE**
4. **PATATA**
5. **BATATA**
6. **ZIEMNIAK**
7. **Картофель**
8. **AARTAPPEL**
9. **土豆**
10. **PERUNA**
11. **PATATES**

- A** RUSSISCH
- B** SPANISCH
- C** FINNISCH
- D** FRANZÖSISCH
- E** AFRIKAANS
- F** TÜRKISCH
- G** DEUTSCH
- H** PORTUGIESISCH
- I** ENGLISCH
- J** CHINESISCH
- K** POLNISCH



PORTUGAL

RUSSLAND

TÜRKEI



Kniffliges Kartoffel-Quiz



KENNST DU DIE ANTWORTEN AUF UNSERE KNIFFLIGEN KARTOFFELFRAGEN? TESTE DEIN WISSEN UND VERSUCHE DIE ZEHN FRAGEN SO SCHNELL ES GEHT ZU BEANTWORTEN. KLEINER TIPP: DIE INFORMATIONEN SIND FAST ALLE IN DIESEM HEFT ZU FINDEN.

1. Welcher Teil der Kartoffel sollte nicht gegessen werden?

- A** Die Haut
- B** Die Knolle
- C** Die Blätter

2. Wie viele Kilogramm Kartoffeln werden jährlich pro Person in Deutschland gegessen?

- A** 5 kg
- B** 350 kg
- C** 58 kg

3. Kartoffeln sind reich an ...

- A** Kohlehydraten
- B** Fett
- C** Zucker

4. In welchem Land wurden die ersten Kartoffeln angebaut?

- A** Deutschland
- B** Peru
- C** England

5. Wie alt ist die Kartoffel?

- A** 300 Jahre
- B** 5.000 Jahre
- C** 13.000 Jahre

6. Wie heißt die Bayerische Kartoffelkönigin 2016/2017?

- A** Julia
- B** Johanna
- C** Jasmin

7. In welchem Monat werden Frühkartoffeln geerntet?

- A** Januar
- B** März
- C** Juni

8. In welchem deutschen Bundesland werden die meisten Kartoffeln geerntet?

- A** Niedersachsen
- B** Bayern
- C** Hessen

9. Wie viele unterschiedliche Kartoffelsorten sind in Deutschland zugelassen?

- A** 2
- B** 20
- C** 200

10. Welche Kartoffel gibt es wirklich?

- A** Schokoladenkartoffel
- B** Süßkartoffel
- C** Eiskartoffel



DO-IT-YOURSELF:

GESCHIRRTÜCHER MIT

KARTOFFEL-DRUCK



SIE SIND EIN TOLLES GASTGESCHENK ODER EINE KLEINE ÜBERRASCHUNG FÜR LIEBE MENSCHEN, SIE SIND PRAKTISCH UND IM HAUSHALT ÜBERALL EINSETZBAR - DIE REDE IST VON GESCHIRRTÜCHERN. UM IHNEN EINEN PERSÖNLICHEN SCHLIFF ZU GEBEN, LASSEN WIR EINEN BASTELSPASS AUS KINDERTAGEN WIEDER AUFLEBEN:
DEN KARTOFFELDRUCK.
 DAFÜR SIND NUR WENIGE MATERIALIEN NÖTIG:

TIPP:

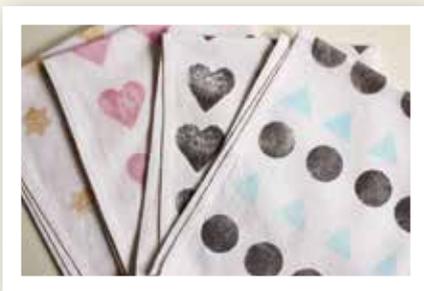
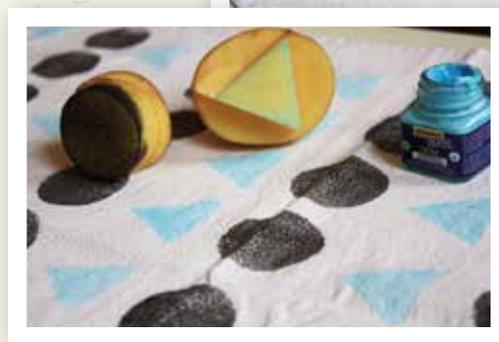
BEVOR HANDELSÜBLICHE GESCHIRRTÜCHER BEDRUCKT WERDEN, SOLLTEN SIE BEI CA. 60°C OHNE WEICHPÜLER GEWASCHEN UND ANSCHLIEßEND GEBÜGELT WERDEN. DIE STOFFMALFARBEN SIND IN JEDEM BASTELLADEN ERHÄLTICH. MIT HILFE EINES STOFFMALSTIFTES KÖNNEN FEINE ARBEITEN, WIE ZUM BEISPIEL TEXT, AUFGESCHRIEBEN WERDEN.

MIT HILFE EINER AUSSTECHEFORM WERDEN DIE STEMPELVORLAGEN GANZ EINFACH SELBST GEBASTELT. DAZU WERDEN DIE KARTOFFELN HALBIERT UND MIT DER SCHNITTSEITE FEST IN DIE AUSSTECHEFORM GEDRÜCKT. MIT EINEM MESSER KÖNNEN NUN DIE KARTOFFELRESTE ABGESCHNITTEN WERDEN.





DIE KARTOFFELSTEMPEL WERDEN NUN DICK MIT STOFFMALFARBEI EINGEPINSELT. DER VORGANG MUSS VOR JEDEM MAL WIEDERHOLT WERDEN, DAMIT DIE FARBE ÄHNLICH KRÄFTIG AUF DEM GESCHIRRTUCH ZU SEHEN IST.



JE NACH ANLEITUNG AUF DEN FARBTOPFCHEN MÜSSEN DIE GESCHIRRTÜCHER NACH DEM TROCKNEN DER FARBE MEHRERE MINUTEN LANG LINKSSEITIG GEBÜGELT WERDEN, UM DIE FARBE ZU FIXIEREN.

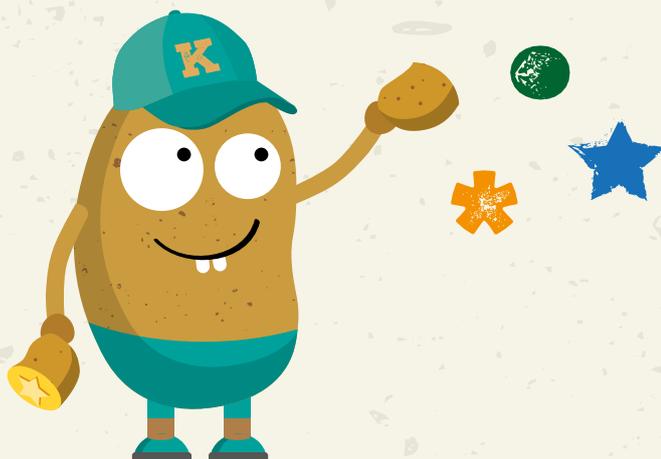


KUDELMMUDEL

ÜBER DEN BLOG KUDELMMUDEL:

RESI & JULE SIND BESTE FREUNDINNEN, BEIDE MITTE 20, ZWEIFACHE MAMA UND ZWEIFACHE PATENTANTE, LEHRAMTSSTUDENTINNEN UND BEZWINGERINNEN GROßER UND KLEINER GEMEINSAMER ALLTAGSABENTEUER. AUF KUDELMMUDEL BLOGGEN SIE MIT VIEL SPAS UND FREUDE ÜBER ALLES, WAS SIE LIEBEN UND WORÜBER SIE BERICHTEN MÖCHTEN: BASTELKRAM, TOLLE REZEPTE, FAMILIE, FOTOGRAFIE, REISEN UND ALLES, WAS SIE GLÜCKLICH MACHT.

WWW.KUDELMMUDEL-BLOG.BLOGSPOT.DE





www.bayerische-kartoffel.de