

## Welche Kartoffel wofür?

Die Kartoffel lässt sich in drei Kochtypen einteilen: festkochende, vorwiegend festkochende und mehligkochende Knollen - entscheidend für die Einteilung ist der Stärkegehalt.

**Festkochende für Salat :** Mit einem Anteil von etwa 10 bis 13 % weist die festkochende Kartoffel am wenigsten Stärke auf. Das Fruchtfleisch ist sehr feucht und besonders schnittfest. Sie eignet sich für Gerichte, in denen sie im Ganzen oder Stücken erhalten werden soll - also in Salaten, bei Brat- und Pellkartoffeln oder im Gratin. Tipp' Halten Sie für festkochende Kartoffeln im Supermarkt nach Verpackungen mit grüner Kennzeichnung ausschau.

**Vorwiegend Festkochende für Pommes :** Mit etwas mehr Stärke - rund 12-15% - und damit etwas weniger Festigkeit ist die vorwiegend festkochende Kartoffel ideal für die Zubereitung von Eintöpfen, Pommes frites, Aufläufen, Reibekuchen oder Bratkartoffeln geeignet. Dieser Kartoffeltyp bleibt auch nach dem Kochen in seiner Form, das Fleisch ist jedoch feinkörniger und brüchiger als das der festkochenden Kartoffel. Tipp: Rote Farbe kennzeichnet diesen Kartoffeltyp-

**Mehligkochende für Püree :** Wenn es bei Kartoffeln besonders weich zugehen soll, greift man zu mehligkochenden Sorten. Diese weisen mit 14-17 % den größten Stärkeanteil auf - und damit auch die geringste Festigkeit. Schon beim Kochen können diese Kartoffeln zerfallen, und sie sind perfekt Für Püree, Kroketten, Knödel oder Suppen, Tipp: Blaue Farbe kennzeichnet diesen Kartoffeltyp.