

Kartoffelkuchen

Jonas Bobzin

Portfolio im Diff-Kurs Chemie

bei Frau Heinelt-Dux

Abgabe: 23.11.2021



Inhalt

1	Einleitung.....	3
2	Hauptteil.....	3
2.1	Theorieteil.....	3
2.1.1	Welchen Bezug hat das Gericht zu Europa?	3
2.1.2	Ist es ein Dinner for future?	4
2.1.3	Gibt es Möglichkeiten, es so zu verändern, dass es ein Dinner for future wird?.....	4
2.1.4	Infografik Kartoffel.....	5
2.2	Praxisteil.....	6
2.2.1	Rezept.....	6
2.2.2	Zubereitung	6
2.3	Fotos zu 2.2.2	7
3	Schluss	10
3.1	Fazit	10
4	Quellen.....	10

1 Einleitung

Ich habe das Thema „Kartoffeln“, bzw. den „Kartoffelkuchen“ ausgewählt. Da Deutschland, das Land der Kartoffeleesser ist. Jeder Deutsche isst ca. 60 Kilogramm im Jahr. Die Kartoffel mal anders zu essen, nämlich süß in einem Kuchen, hat auch noch nicht jeder. Außerdem finde ich schmeckt der Kartoffelkuchen etwas nach Marzipan, was jetzt zur beginnenden Adventszeit gut passt.

Mit „Essen der Zukunft“ hat es zu tun, dass beim Backen eines Kuchens eigentlich fast immer Mehl verwendet wird. Doch die Kartoffeln kann man auch dafür verwenden. In diesem Rezept dienen die Kartoffeln, als Mehlersatz und machen den Kuchen saftiger!

Quelle: <https://www.kluhg-eg.de/kartoffelgeschichten.html>

<http://www.kws.com>

2 Hauptteil

2.1 Theorieteil

2.1.1 Welchen Bezug hat das Gericht zu Europa?

Der Kartoffelkuchen gilt als rheinisches Traditionsgericht. Er wurde erfunden, um das damals teure Mehl zu ersetzen. Besonders beliebt ist er im Erzgebirge. Dort trägt er den Namen „Erdäpfelkug“. Im 19. Jahrhundert wurde er durch Henriette Davidis unter dem Namen „Puffert“ in ganz Deutschland bekannt. Davidis nahm das Gericht schon in das 1845 erschienene praktische Kochbuch auf. Dieses Buch wurde bis in die 1990er immer wieder in verbesserten Auflagen gedruckt. Im Jahre 1879 wurde in Milwaukee, in den USA eine besondere Ausgabe für Auslandsdeutsche gedruckt. Von diesem Zeitpunkt an verbreitete sich der Kartoffelkuchen auch außerhalb Deutschlands. In ganz Europa ist er sehr beliebt.

Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Kartoffelkuchen>

2.1.2 Ist es ein Dinner for future?

Der Kartoffelkuchen ist ein „Dinner for future“! Denn die Kartoffeln, die als Mehlersatz verwendet werden, sind gesünder als Mehl und auch nicht so schädlich. Ganz im Gegenteil! Kartoffeln beinhalten sehr gute Stoffe, wie Magnesium oder hochwertiges Eiweiß. Zudem besitzen sie auch viel an Vitamin B und Vitamin C. Mehl kann hingegen auf Dauer Krankheiten wie Diabetes, Arteriosklerose oder sogar Depressionen verursachen. Ein weiterer Vorteil durch den Mehlersatz ist auch, dass die Menschen, die gegen Mehl allergisch sind, eine Alternative zur Verfügung haben. Außerdem ist der Kartoffelkuchen auch europaweit, wenn nicht sogar weltweit verbreitet und ist daher auch schon sehr bekannt. Kartoffeln werden nämlich weltweit auf 20,3 Millionen Hektar angebaut und stehen an vierter Stelle der am häufigsten angebauten Nutzpflanzen. Und diese sind der wichtigste Bestandteil des Kartoffelkuchens. Es ist also auch sehr wahrscheinlich, dass der Kartoffelkuchen in der Zukunft weiterhin zubereitet werden wird.

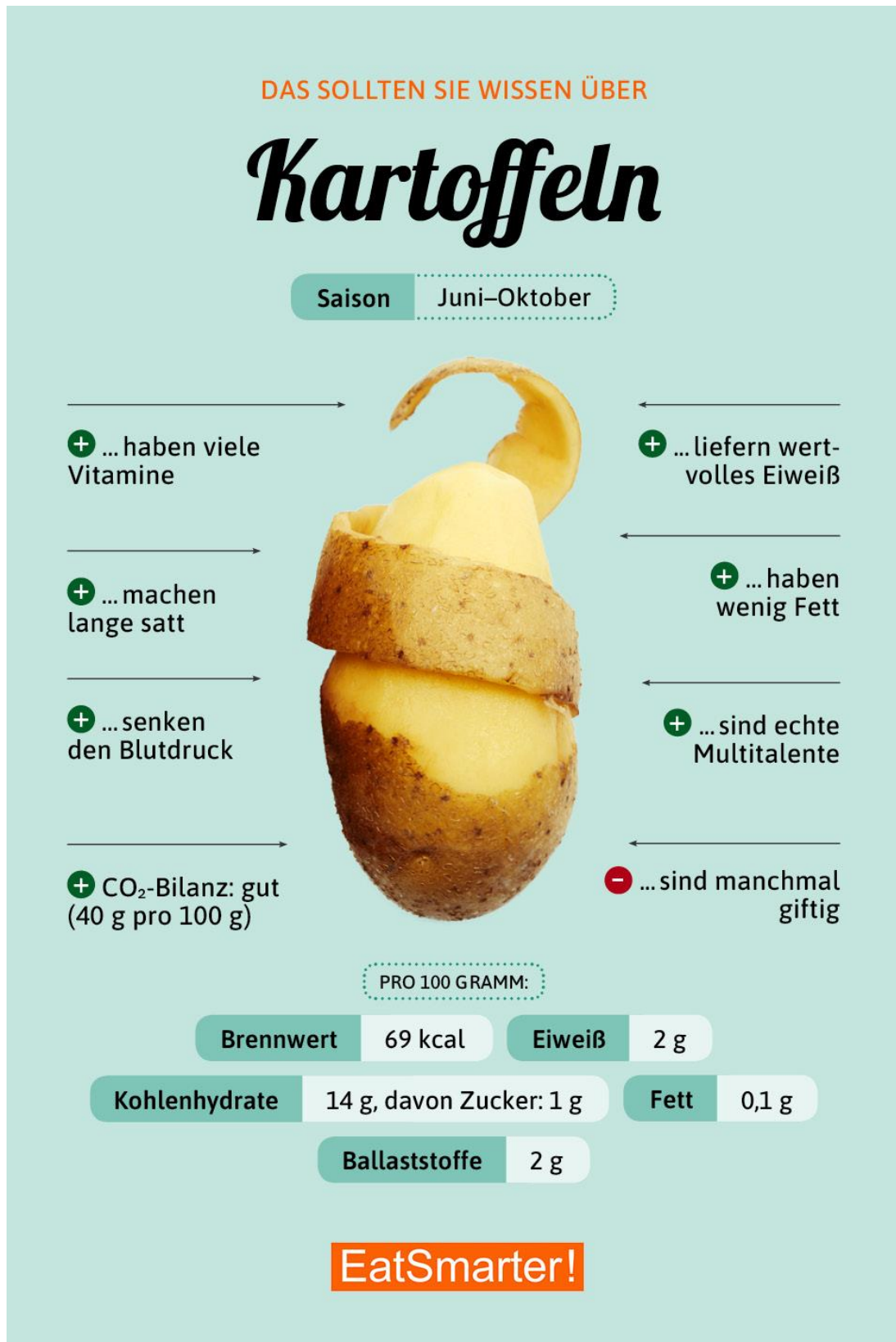
Quelle: <https://www.kluhg-eg.de/kartoffelgeschichten.html>

2.1.3 Gibt es Möglichkeiten, es so zu verändern, dass es ein Dinner for future wird?

Der Kartoffelkuchen ist zwar schon ein Dinner for Future, jedoch könnte man ihn so verändern, dass er noch mehr zu einem Dinner for Future wird! Denn man könnte z.B. manche Bestandteile des Kuchens durch vegane ersetzen, oder so wie ich mit Nüssen oder Mandeln verfeinern. Sehr bemerkenswert ist, dass die Kartoffel sich über so viele Jahre immer noch großer Beliebtheit erfreut. Sie ist weltweit verbreitet und wird eigentlich in jedem Land angebaut. Der Weltgesamtertrag beträgt jährlich 300 Millionen Tonnen. Zudem ist sie auch für medizinische Sachen gut und galt früher sogar als Heilpflanze. Heutzutage allerdings nicht mehr. Kartoffelsaft wirkt z.B. krampflösend und hemmt die Magensäureproduktion. Auch als diätetisches Heilmittel bei Kreislaufkrankung und Wasseransammlung hat sich die Kartoffel bewährt. Es ist also nicht nur der Kartoffelkuchen ein „Dinner for Future“, sondern auch die Kartoffel allein gilt als „Dinner, bzw. eher Lebensmittel for Future“, da eine Kartoffel alleine auch kein komplettes Gericht ist.

Quelle: <https://www.kluhg-eg.de/kartoffelgeschichten.html>

2.1.4 Infografik Kartoffel



Quelle: <https://eatsmarter.de/lexikon/warenkunde/gemuese/kartoffeln>

2.2 Praxisteil

2.2.1 Rezept

Kartoffelkuchen, süß und kinderleicht

Materialien

Kartoffelschäler, Kochtopf, Waage, Handrührgerät (Mixer), Rührschüssel, Springform und Kartoffelstampfer

Lebensmittel für einen Kuchen

100g Margarine

200g Zucker

5 Eier

200g gemahlene Haselnüsse

1 kl. Flasche Bittermandelaroma

1 Pkt. Backpulver

400g Kartoffeln

150g Kuchenglasur (Schokoguss)



Quelle: <https://www.chefkoch.de/rezepte/810491185109416/Kartoffelkuchen-suess-und-kinderleicht.html>

2.2.2 Zubereitung

Die Kartoffeln abwägen, schälen und in einen Topf packen. Den Herd erhitzen und die Kartoffeln kochen lassen. Die Kartoffeln stampfen. Die Mengen der restlichen Lebensmittel mit einer Waage abwägen und alles zusammen in eine Schüssel tun. Alles mit einem Handrührgerät verrühren. Die gestampften Kartoffeln auch in die Schüssel füllen und unter die Teigmasse rühren. Alles in eine gefettete Springform füllen und bei ca. 175°C ca. 60 Minuten backen. Kuchen mit ca. 150g Schokoladenguss bestreichen.

2.3 Fotos zu 2.2.2







3 Schluss

3.1 Fazit

Meiner Meinung nach sind Kartoffeln ein toller Mehlersatz! Denn dadurch ernähren wir uns gesünder! Wie es einem selbst dann wirklich schmeckt, ist Geschmacksache, doch ich finde der Kuchen schmeckt dadurch schön saftig. Ich habe durch meine Recherchen, noch viel interessantes über den Kartoffelkuchen erfahren. Am interessantesten für mich waren dabei die Wurzeln des Kartoffelkuchens, weil ich zuvor wirklich kaum etwas darüber wusste. Beim Erstellen dieses Portfolios traten keinerlei Probleme auf und ich konnte einwandfrei arbeiten. Auch die Zeitspanne, in der wir das Portfolio erstellen sollten, hat zeitlich sehr gut gepasst. Das Backen hat mir Spaß gemacht, da bei der Zubereitung keine Probleme auftraten und alle meine Familienmitglieder den Kartoffelkuchen lecker fanden!

4 Quellen

Letzter Zugriff am 20.11.2021 auf...

Internetquellen:

<https://www.chefkoch.de/rezepte/810491185109416/Kartoffelkuchen-suess-und-kinderleicht.html>

<https://www.kluhg-eg.de/kartoffelgeschichten.html>

<http://www.kws.com>

<https://de.wikipedia.org/wiki/Kartoffelkuchen>

Bildquellen:

<https://eatsmarter.de/lexikon/warenkunde/gemuese/kartoffeln>