

Arbeitsaufgaben zum Thema Kartoffeln



Lies den Informationstext „Kartoffeln“ und beantworte die nachfolgenden Fragen.

- 5 1. Welche Gerichte und Lebensmittel aus Kartoffeln isst du unterwegs oder zu Hause mit deiner Familie? Notiere sie und markiere, was besonders beliebt ist.

- 10 2. Erkläre, warum Kartoffeln kühl und dunkel aufbewahrt werden sollten.

3. Wie kann man sich vor dem natürlichen Pflanzengift Solanin schützen?

- 15 4. Beschreibe die ernährungsphysiologische Bedeutung von Kartoffeln.

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____

- 20 5. Erläutere mit Hilfe der nachfolgenden Abbildung 1 den Nährstoffverlust von Kartoffeln in Abhängigkeit von dem Garverfahren und gib eine Empfehlung für ein nährstoff- und vitaminschonendes Garverfahren ab.



Abbildung 1 Nährstoffveränderungen bei der Zubereitung

30

35

40

6. Auswahl der Kartoffelsorte

- a) Such Dir aus Kochbüchern oder Online- Rezept-Sammlungen drei deiner Lieblingsgerichte heraus.
- b) Bestimme dabei, welche Kartoffelsorte Du wählen musst.
- c) Nenne das angewendete Garverfahren.

Speisen mit Kartoffeln	Kartoffelsorte	Garverfahren
		

45