



Umwelt-Zentrum Düsseldorf e.V.

Kartoffeln

Wissenswertes über den Charme einer spätgereiften Erdfrucht

Acapella Accent Adretta Afra Agave Agnes Agria Aktiva Alcine Alegria Alwara Ampe
Beluga Berber Bettina Bolero Bonus Borwina Camilla Carmona Carola Chantal Charlo
Ditta Donella Edelstein Elfe Erntestolz Esprit Exempla Exquisa Fasan Felicitas Filea
Gunda Hansa Hela Ilona Jaqueline Jelly Juliane Junior Juwel Karatop Karlena Koretta
Marlen Melina Meridian Mirage Miriam Molli Möwe Nicola Nora Novara Omega Palr
Romanze Rosara Rosella Roxy Salome Sanira Satina Saturna Secura Selma Serafina S
Vienna Vineta Vitara Vitesse

Impressum

Herausgeber

Umwelt-Zentrum Düsseldorf e.V.
Merowingerstraße 88
40225 Düsseldorf
Telefon 0211. 33 07 37
Fax 0211. 33 07 38

Redaktion

Helwig von Lieben

Layout und Gestaltung

atelier21 – Büro für Gestaltung
C. Smolinski / S. Herth
Telefon 02331. 473 60 50
info@atelier21.de | www.atelier21.de

Druck

Greve Druck, Düsseldorf

Papier

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier

Inhaltsverzeichnis

In eigener Sache

Die Kartoffel

1. Geschichte der Kartoffel
2. Nahrungsmittel und Kulturgut
3. Kartoffelwissen für Ernährungsbewusste
4. Beliebte rheinische Kartoffelsorten
5. Kartoffellied
6. Kartoffeln haben immer Saison
7. Rezepte

Gedicht

Johann Wolfgang von Goethe

***Morgens rund, mittags gestampft,
abends in Scheiben.***

Dabei soll's bleiben: Es ist gesund!

In eigener Sache

Im Auftrag des Umweltamtes der Landeshauptstadt Düsseldorf betreut das Umwelt-Zentrum Düsseldorf e.V. das Lokale Agenda-Projekt »Regionale Vermarktung«. Nach mehreren durchgeführten Werkstattgesprächen mit reger Bürgerbeteiligung, wurde das eigentliche Projektziel am 14. Mai 2004 erreicht: Die Eröffnung des 1. Rheinischen Bauernmarktes in Düsseldorf auf dem Friedensplätzchen im Stadtteil Unterbilk.

Seither gibt es dort zweimal wöchentlich frische Produkte aus der Region. Die Erzeuger vermarkten ihre Produkte direkt an den Verbraucher. Es ist ein umweltfreundlicher Handel der kurzen Wege. Der Markt wurde von Bürgern gestaltet.

Zur nachhaltigen Begleitung des Rheinischen Bauernmarktes wurden bereits vielfältige Maßnahmen durchgeführt und es sind auch zukünftig weitere Aktivitäten geplant. Im Jahre 2004 hat das Umwelt-Zentrum Düsseldorf eine kleine Broschüre zum Thema »Äpfel« heraus gegeben. Das Heftchen, welches Sie nun in den Händen halten, stellt ein anderes gesundes und schmackhaftes Nahrungsmittel vor: Die Kartoffel. Es möge ebenfalls einen Beitrag zur Förderung der regionalen Vermarktung leisten und nebenbei vielleicht noch einiges Interessantes und Wissenswertes zu den beliebten Erdäpfeln vermitteln.

Mit den besten Wünschen

Helwig von Lieben

-Geschäftsführung-

Umwelt-Zentrum Düsseldorf e.V.

Geschichte der Kartoffel

Die spanischen Entdecker und Eroberer fanden in der Neuen Welt zahlreiche ihnen bisher unbekannte Früchte, die heute ein selbstverständlicher Teil unserer Ernährung sind. Doch keine dieser neuen Früchte sollte für Europa eine ähnliche Bedeutung erlangen wie die unscheinbare Kartoffel.

Die Spanier lernten in der ersten Hälfte des 16. Jahrhunderts von den Inkas die neue Frucht »Patata« kennen – der englische Name »Potatoes« erinnert uns noch daran. Der deutsche Name Kartoffel erinnert eher an Trüffel, italienisch »tartufolo«, mit denen sie am Anfang verglichen wurden. Den französischen Ausdruck pommes de terre hat man als Erdäpfel übersetzt.

Die Kartoffel jedoch hat in jedem Dialekt und in jedem Landstrich noch zahlreiche andere Namen, die oft fast wie Liebkosungen klingen, zum Beispiel Erdbirnen.

Wegen der Farbenpracht ihrer Blüten wurde die Kartoffel zunächst als Zierpflanze kultiviert. 1585 holte der Botaniker Clusius das Nachtschattengewächs nach Deutschland, wo es u.a. im Lustgarten des Landgrafen Wilhelm IV. von Hessen-Kassel als »Tartouphli« wuchs.

Die Kartoffel, lateinisch: *Solanum tuberosum*, diente als Brotersatz und galt lange Zeit als das Hauptnahrungsmittel der armen Leute. Die Vielseitigkeit der Knolle war nicht zuletzt Grund dafür, dass allmählich Suppe, Puffer, Klöße und Co. die mittelalterlichen Breispeisen ablösten.

Fürsten-Post, anno 1591

»Taratouphli wächst in der Erde und hat schöne Blüten, und unten an den Wurzeln hat es viele tubera hängen; dieselben, wenn sie gekocht sind, sind anmutig zu essen. Man muss sie erstlich aufsieden, so geht die oberste Schale ab, danach tut man die Brühe davon und siedet sie in Butter auf.«

(Landgraf Wilhelm IV. von Hessen-Kassel an den Kurfürsten Christian I. von Sachsen)

Kartoffelmuseum

Das erste deutsche Kartoffelmuseum ist in der »Kartoffelpfalz« (Deutschlands größtes geschlossenes Kartoffelanbaugebiet) zu finden: in der Scheune des Hallbergschen Barockschlossens in Fußgönheim.

Deutsches Kartoffelmuseum e.V.
Hauptstraße 62 | 67136 Fußgönheim

Nahrungsmittel und Kulturgut

Der frühe Start einer steilen Karriere

Der Kartoffelanbau war hierzulande von einigen Irrtümern begleitet:

So wurden zunächst die oberirdischen, grünen Beerenfrüchte der Stauden gekocht und gegessen. Schwere Vergiftungen waren die Folge. Die Kartoffel geriet in Verruf. Es hieß sogar, sie sei aus dem Speichel des Teufels entstanden und berge die Sünde.

Von Friedrich dem Großen von Preußen (1712–1787), der den Nutzwert der Pflanze erkannte, existiert dazu eine passende Anekdote über die Umstände, wie er die Kartoffelknolle einführen musste.

Die Geschichte erzählt, dass er während der Hungersnot von 1740, in Brandenburg bei Berlin, Kartoffelfelder anlegen ließ, die tagsüber von Soldaten streng bewacht wurden. In seiner Weisheit zählte der »Alte Fritz« dabei vertrauensvoll auf die menschliche Neugier. Und siehe da, seine List trug buchstäblich Früchte: Die Bauern hielten die königlichen Knollen für so wertvoll, dass sie nachts über

heimlich einige entwendeten, um sie alsbald selber anzubauen.

Historisch belegt ist in jedem Fall, dass Friedrich der Große per Dekret den Anbau verordnen musste, um sein Volk vor Hungersnöten zu bewahren.

Immer wenn er auf Reisen war, verlangte der König in Wirtshäusern Kartoffeln zu speisen, um seinen skeptischen Untertanen somit die unbekannte Frucht schmackhaft zu machen. 1744 schickte er einen »großen Frachtwagen voll Kartoffeln« nach Kolberg. Ratsdiener und Feldwächter mussten aufgeboten werden, um die Bauern förmlich zum Anbau zu zwingen. Immer wieder schickte er Dragoner übers Land, um zu überwachen, ob sein Befehl auch richtig befolgt wurde.

Dies ersparte Preußen in den Kriegswirren ab 1740 bis nach dem Siebenjährigen Krieg (1756–63) Hungersnöte im Volk und verhalf der Knolle letztendlich zum Durchbruch.

Die Kartoffel wurde später zum Motor der Industrialisierung und galt als Grundnahrungs-

mittel des Proletariats. Im Jahre 1878 lag der Pro-Kopf-Verbrauch in Deutschland bei 525 Kilogramm!

Kartoffelkrieg

Scherzhafte Bezeichnung des Bayrischen Erbfolgekrieges (1778/79) zwischen Preußen und Österreich. Die Handlungen der kriegsführenden Soldaten beschränkte sich im wesentlichen auf das gegenseitige Vertilgen der Verpflegungs- und Futtervorräte. Hierzu gehörte auch das Plündern der Kartoffelfelder. Größere Gefechte oder gar Schlachten wurden nicht geschlagen.

Kartoffelwissen für Ernährungsbewusste

Sorten, Inhalt und die richtigen Typen

Ihre Zusammensetzung macht die Kartoffel zu einem äußerst hochwertigen Lebensmittel. Sie liefert Vitamine, Mineralstoffe und wertvolle Proteine mit einem hohen Anteil essenzieller Aminosäuren.

Außerdem ist sie energiearm, natriumarm und nahezu fettfrei. Die These, dass Kartoffeln dick machen, ist längst überholt.

Eine Kartoffel besteht aus rund 80 Prozent Wasser. Daher ist sie auch so energiearm. Beim Erhitzen wird ein Teil des Wassers von der Stärke aufgenommen.

Kohlenhydrate stellen mit rund 16 Prozent den nach Wasser größten Anteil der Inhaltsstoffe dar. Hauptbestandteil ist Stärke, daneben kommen in geringen Mengen auch verschiedene Zuckerverbindungen vor. Nach der Ernte liegt der Gehalt unter einem Prozent und steigt erst nach längerer Lagerung unter ungünstigen Bedingungen. Stärke ist damit der Hauptenergielieferant. Voraussetzung dafür ist die vollständige Aufspaltung der Stärke in einzelne Glukosemoleküle durch Enzyme des Verdauungstrakts. Nur dann kann Stärke vom Körper verwertet werden.

Erst das Garen im Bereich des Siedepunktes ermöglicht die Aufspaltung der Stärke. Rohe Kartoffelstärke ist nahezu unverdaulich.

Auch Eiweiß liefert Energie, jedoch ist der Eiweißgehalt der Kartoffel mit zwei Prozent relativ gering. Durch den großen Anteil der essenziellen Aminosäure Lysin hat das Kartoffeleiweiß eine hohe biologische Wertigkeit und liegt damit unter den pflanzlichen Lebensmitteln mit an der Spitze. Der Fettgehalt der Kartoffel ist sehr gering, er liegt bei nur 0,1 Prozent.

In der Kartoffel finden sich nennenswerte Mengen folgender Vitamine: Beta-Carotin,

Vitamin C, Vitamin B1, Vitamin B2 sowie Niacin. Da Vitamine durch Licht, Sauerstoff und Hitze zerstört bzw. durch Wasser »ausgewaschen« werden können, ist eine sorgfältige und nährstoffschonende Zubereitung von großer Bedeutung.

In der Kartoffel sticht vor allem der Kaliumgehalt hervor. Er liegt bei 440 Milligramm pro 100 g. Aber auch bei Magnesium, Phosphor und Eisen kann die Kartoffel zur Bedarfsdeckung beitragen.

Dreimal täglich

Kartoffeln bestehen in erster Linie aus Stärke (einem Kohlenhydrat), die den Stoffwechsel weniger belastet als Zucker, roh unverdaulich ist, gekocht aber zu 90 % vom Körper aufgenommen wird. Spät- und Winterkartoffeln enthalten weitaus mehr Stärke als Frühkartoffeln, weil sie länger in der Erde sind und mehr Kraft speichern können. Kartoffeln enthalten auf 100 g nur 68 Kalorien. 270 g Kartoffeln am Tag (dreimal täglich eine – oder einmal drei) decken den wichtigsten Teil des Vitamin- und Mineralstoffbedarfs eines Erwachsenen.

Was in der Knolle steckt:

Fett.....	0,1 %
Mineralstoffe	1,0 %
Vitamine.....	1,1 %
Eiweiß	2,0 %
Ballaststoffe	2,5 %
Kohlenhydrate.....	15,4 %
Wasser	77,8 %

Quelle: aid, entnommen aus: Pellissimo, 24.5.05

Beliebte rheinische Kartoffelsorten

Nicht nur Männer stehen bisweilen ratlos vor Berber, Quarta, Cilena, Sieglinde, Nicola, Linda, Freya oder Irmgard. Hinter diesen Namen verbergen sich unterschiedliche Kartoffelsorten. Und es gibt noch weit mehr: Ein Kartoffelanbauer kann zwischen mehr als 200 Sorten wählen. Viele davon sind aber lediglich für die Weiterverarbeitung gedacht oder kommen nur in einzelnen Regionen vor. Die Auswahl des Verbrauchers in Deutschland beschränkt sich im Wesentlichen auf gut zwei Dutzend Sorten. Sie unterscheiden sich nicht nur in Geschmack, Reifezeit und Stärkegehalt, sondern vor allem auch in ihren Kocheigenschaften. Hier wird unterschieden zwischen fest kochenden, vorwiegend fest kochenden und mehlig kochenden Speisekartoffeln.

Bei den etwa hundert Speisekartoffelsorten, welche in Deutschland angebaut werden, fällt es selbst Fachleuten schwer, wenn sie sagen sollen, welche Sorte früh reif ist, welche spät und welche Kartoffelsorte welche Kocheigenschaft besitzt.

Zum Glück kommen niemals alle Kartoffelsorten gleichzeitig auf den Markt, denn

wenn die späteren erntereif werden, sind die frühen und sehr frühen längst aufgefuttern.

Mittlerweile muss sich der Verbraucher allerdings nur auf gut zwei Dutzend Sorten Kartoffeln einstellen, die im Handel oder auf dem Markt angeboten werden.

ANNABELLE

Hat eine hübsche und gleichmäßig lange Form. Zählt zu den sehr frühen und fest kochenden Sorten. Sie hat eine hellgelbe Schale und ein tiefgelbes Fleisch. Mit ihrem sehr guten Geschmack lässt sie sich auch vielseitig einsetzen.

BERBER

Ist überwiegend in den frühen süddeutschen Anbaubereichen verbreitet. Wegen ihres guten Geschmacks und ihrer schönen gelben Fleischfarbe findet sie auch hierzulande zunehmend Freunde.

CILENA

Hat eine lange birnenförmige Knolle mit gelber Fleischfarbe und dem typischen »Geschmack der Salatsorten«. Sie lässt sich sehr

gut verarbeiten, bleibt in der Farbe schön gelb und zeigt nach dem Kochen eine feste, sämige Konsistenz.

LEYLA

Ist geschmacklich absolute Spitze. Ihre tiefgelbe Fleischfarbe und ihre wunderschöne Knollenform mit glatter Schale haben dieser Sorte viele Anhänger beschert. Besonders Kartoffelfeinschmecker wissen sie zu schätzen als das »Marzipan« unter den Kartoffeln.

MARABEL

Ist als frühe Speisekartoffel eine noch recht junge Sorte. Sie ist sehr gelbfleischig und hat einen angenehmen Geschmack.

Quelle: CMA

TIP

Versuchen Sie trotzdem, sich hin und wieder einen dieser klangvollen Namen zu merken: damit man die Sorte wieder findet, die ganz besonders gut geschmeckt hat.

Kartoffellied

Eine lyrisch-kulinarisches Reise durch die Woche
(Melodie: Auf der schwäbsche Eisebahne)

Alle Menschen, groß und kleine, leben nicht vom Brot alleine,
auch Kartoffeln müssen sein, denn die schmecken immer fein,
Trulla, trulla, trullala, trulla, trulla, trullala,
Auch Kartoffeln müssen sein, denn die schmecken immer fein.

Montags weiß ich, was ich koche –
s'ist der erste Tag der Woche.

Montags gibt's Kartoffelbrei.
Speck und Zwiebeln auch dabei.

Dienstags möcht' ich Euch vertellen,
muss ich die Kartoffeln pellen.
Dienstags schmeckt ganz delikät
die Kartoffel als Salat.

Mittwochs woll'n wir mal versuchen
den Kartoffel-Reibekuchen.

Mittwochs steht auf unserm Tisch
leck'rer Puffer, krosch und frisch.

Donnerstags da koch' ich Klöße,
alle von egal' Größe.

Donnerstags schmeckt tadellos
die Kartoffel uns als Klobß.

Freitags brauch' ich die Friteuse,
dass ich drin das Fett auflöse.
Freitags, ja das ist kein Witz,
gibt's Kartoffeln als Pommes Frites.

Samstags essen Ruth und Stoffel
gerne uns're Bratkartoffel.
Samstags putzen alle weg
Bratkartoffeln mit viel Speck.

Und am siebten Tag der Woche
ich mal Salzkartoffeln koche.
Sonntags wir gar fröhlich »mampfen«,
wenn die Salzkartoffeln dampfen.

Mancher rühmt mit großen Worten
auch noch die Kartoffeltorten.
Auch daran sieht jedermann,
was man mit Kartoffeln kann.
Drum wollen wir in munt'ren Weisen
immer die Kartoffel preisen,
wie in diesem Liedchen noch:
»Die Kartoffel lebe hoch!«

Kartoffeln haben immer Saison

Sehr frühe Sorten

Ende Mai / Anfang Juni

(zum Beispiel Berber, Christa, Gloria)

Sie bereiten eine besondere Gaumenfreude. Man denke nur an das große Juni-Duett mit dem Spargel! Ihre zarte Schale sollte mit gegessen werden. Weil sie empfindlich sind und ihre guten Speiseeigenschaften schnell verlieren, sind diese Sorten nicht zum Einkellern geeignet.

Frühe Sorten

Juli bis Mitte August

(zum Beispiel Charlotte, Cilena)

Haben ebenfalls eine zarte Schale und können bis zum Herbst gelagert werden.

Mittelfrühe Sorten

Mitte/Ende August

(zum Beispiel Hansa, Granola, Linda)

Diese Sorten lassen sich gut einkellern.

Mittelspäte bis späte Sorten

September/Okttober

(zum Beispiel Aula, Donella)

Die späte, die winterliche Kartoffel fügt sich in jedes Gericht aufs köstliche ein; auch bestens zum Einkellern geeignet.

Drei Sorten

Nichts ist einfacher, als für jedes Gericht die passende Kartoffel zu finden. Denn Kartoffeln müssen nach Kochtypen angeboten werden:

- fest kochend (Salatkartoffeln)
- vorwiegend fest kochend
- mehlig kochend

Im gewissen Rahmen ist es sogar noch Geschmackssache, welche Sorte man für einzelne Gerichte bevorzugt. Beispielsweise eignen sich Salatkartoffeln auch vorzüglich für Bratkartoffeln, Salz- oder Pellkartoffeln. Wiederum vorwiegend fest kochende Sorten kann man außer zu Salzkartoffeln und ähnlichem auch zu Salat verarbeiten. Nicht ganz

so üppig ist der Spielraum bei mehlig kochenden Kartoffeln. Sie zerfallen sehr leicht, geben aber eine gute Bindung und sind deshalb vor allem für Kartoffelpüree, Knödel und Kartoffelsuppen geeignet.

Klassen-Unterschiede

Neben den inneren Werten werden Speisekartoffeln auch nach ihren äußeren Qualitätsmerkmalen eingestuft. Die Kriterien gibt die Handelsklassenverordnung vor, unterschieden wird zwischen Handelsklasse Extra und I. Die Klasse Extra stellt eine Spitzenqualität dar, während Klasse I eine gehobene Qualität repräsentiert. Entscheidend für die Einstufung sind Größe, Form, Sauberkeit, Beschädigungen sowie Erkrankungen. Verkehrsfähig sind nur sortenreine, gesunde, ganze, feste und praktisch saubere Kartoffeln. Kartoffeln, die in keine der beiden Klassen eingestuft werden können, dürfen nicht als Speisekartoffeln verkauft werden.

Die festgelegte Mindestgröße für Speisekartoffeln beträgt bei den länglichen Sorten 30 Millimeter, bei ovalen und runden Sorten 35

Millimeter. Außerdem darf der Unterschied zwischen der größten und kleinsten Knolle innerhalb einer Packung (bei einem Gewicht bis zu fünf Kilogramm) nicht mehr als 30 Millimeter betragen. Drillinge sind eine Kleinsortierung aus diesen beiden Handelsklassen; sie dürfen eine Größe von 25 bis 35 Millimeter (längliche Sorten) beziehungsweise 25 bis 40 Millimeter (runde, ovale Sorten) haben.

Quelle: aid, entnommen aus: Pellissimo, 24.5.05

Lagerung von Kartoffeln

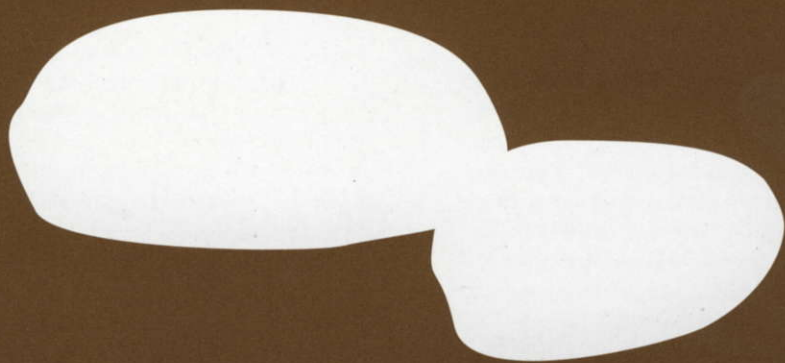
Da die modernen Stadtwohnungen heutzutage kaum noch die Bedingungen liefern, Kartoffeln über längere Zeit einzulagern, werden kaum noch Kartoffeln eingelagert. Die ideale Lagerumgebung für Kartoffeln ist ein dunkler Keller mit einer konstanten Temperatur von 4°C und ca. 55% Luftfeuchtigkeit. Bei Temperaturen unter 4°C wird die Stärke in den Kartoffeln teilweise zu Zucker abgebaut und die Kartoffeln schmecken süß.

TIP

- Kartoffeln niemals zusammen mit Äpfeln lagern. Denn Äpfel sondern ein spezielles Reifegas ab, welches die Kartoffeln schrumpfen lässt.
- Lagern Sie Kartoffeln nicht in einem Plastikbeutel oder in der Folienverpackung; sie werden feucht und faulen.
- Was tun, wenn die Kartoffeln schrumpelig sind? Eine Zeit lang in kaltes Wasser legen, dann lassen sie sich gut schälen.



Rezepte



Rheinische Kartoffelsuppe

Für vier Personen

750 g mehligkochende
Kartoffeln
1 Möhre
1 Stange Porree
1,5 l Fleischbrühe
100 g durchwachsener Speck
1 große Zwiebel
1/2 Becher saure Sahne
Salz und Majoran
1 Bund Schnittlauch

Kartoffeln und Möhre waschen, schälen und in nicht zu kleine Würfel schneiden. Porree waschen und in Ringe schneiden. Fleischbrühe dazu geben und alles 25 Minuten kochen lassen. Die Hälfte der Kartoffelwürfel mit dem Schaumlöffel heraus nehmen, die restlichen Würfel mit der Möhre und dem Lauch in der Brühe pürieren. Speck und Zwiebeln fein würfeln, andünsten und zusammen mit der sauren Sahne zur Suppe geben. Gut durchrühren und mit Salz und Majoran abschmecken. Die restlichen Kartoffelwürfel in die Suppe geben und etwas ziehen lassen. Schnittlauch fein hacken und kurz vor dem Servieren darüber streuen.

TIP

Geben Sie bei Suppen älteren Kartoffeln den Vorzug. Sie enthalten mehr Stärke als junge Frühjahrsknollen. Dadurch wird die Suppe schön sämig.

Hokkaidokürbis-Kartoffelsuppe

Für vier Personen

1 kleinen Hokkaido-Kürbis
50 g Zwiebeln
100 g Kartoffeln
1 Esslöffel Butter
400 ml Gemüsebrühe
frischen Ingwer (ein etwa 2 cm langes
Wurzelstück)
100 ml Sahne
Salz und Pfeffer

Kartoffeln schälen und klein würfeln. Kürbis waschen, mit einem kleinen Messer die Kerne mit umgebender »Watte« entfernen und ungeschält in mittelgroße Stücke schneiden. Die Zwiebeln in Butter glasig andünsten. Kartoffeln zugeben, mit Gemüsebrühe aufgießen und in 10 Minuten weichkochen. Den Topf öffnen, den Kürbis zugeben und weitere 5 Minuten kochen. Mit dem Pürierstab oder Mixer pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und schließlich die Sahne einrühren. Auf die Teller verteilen und den frischen geschälten Ingwer mit einer Gemüseraspel darüber reiben.

Himmel und Äd

Für sechs Personen

750 g Kartoffeln
(vorzugsweise) mehlig
kochende Kartoffeln
500 g Äpfel (vorzugsweise Boskoop)
100 ml Milch
2 Esslöffel Butter
etwas geriebene Muskatnuss
6 mittelgroße Zwiebeln
100 g durchwachsenen Speck
etwas Zitronensaft
500 g Blutwurst
500 g Leberwurst

Kartoffeln schälen und in grobe Stücke teilen. Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Die Kartoffeln in Salzwasser und die Äpfel jeweils in getrennten Töpfen weich kochen. Zwiebeln in Ringe schneiden und zusammen mit dem gewürfelten Speck in einer großen Pfanne braun rösten. Die Kartoffeln mit Milch, Butter und Muskatnuss auf die gewünschte Konsistenz pürieren. Die Äpfel zu Apfelmus verarbeiten und je nach Geschmack mit Zitronensaft verfeinern. Blut- und Leberwurst in Scheiben schneiden und diese von jeder Seite nicht länger als 1 Minute anbraten. »Himmel und Erde« auf Tellern anrichten und die Wurst sowie Speck und Zwiebeln darüber geben.

Himmel und Äd (Erde)

Dieses rheinische Gericht hat seinen Namen, weil es aus Äpfeln besteht, die von den Himmel wachsenden Apfelbäumen kommen, sowie aus Äpfeln, die in der Erde wachsen (Erdäpfel = Kartoffeln). Typisch für das Rheinland ist die Kombination von Sauerlichem (hier die Äpfel) mit Fleisch und/oder Kartoffeln.



Kartoffel - Gedicht

Jetzt schlägt deine schlimmste Stunde,
du Ungleichrunde,
du Ausgekochte, du Zeitgeschälte
du Vielgequälte,
du Gipfel meines Entzückens.
Jetzt kommt der Moment des Zerdrückens.
Mit der Gabel - sei stark!
Ich will auch Butter und Quark!
Oder Kümmel, auch Leberwurst in dich
stampfen.
Mußt nicht gleich so ängstlich dampfen.
Ich möchte dich doch noch einmal erfreuen.
Soll ich den Schnittlauch über dich streuen?
Oder ist dir nach Hering zu Mut?
Du bist ein rührend junges Blut.
Deshalb schmeckst du besonders gut.
Wenn das auch egoistisch klingt,
so tröste dich damit, du wundervolle
Pellka, dass du eine Edelknolle
warst, und dass dich ein Kenner verschlingt.

Ringelmatz