

Großes Oberpfälzer Kartoffel- kochbuch

Inge Häußler

414 Original-Rezepte aus der
bayerischen Erdäpfelpfalz nachgekocht
von Chefkoch Dieter Haas



Erstmals durchgehend farbig!

Großes Oberpfälzer Kartoffelkochbuch

Großes Oberpfälzer Kartoffel- kochbuch

414 Original-Rezepte
aus der bayerischen Erdäpfelpfalz

herausgegeben von
Inge Häußler


BUCHVERLAG

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

ISBN: 978-3-86646-309-7

Alle Rezepte dieses Buches stammen von
Leserinnen und Lesern der Mittelbayerischen Zeitung.
Die Rezepte wurden von folgender Jury ausgewählt und geprüft:

Claudia Böken, Redaktion Mittelbayerische Zeitung
Dr. Adolf J. Eichenseer, Bezirksheimatpfleger der Oberpfalz a.D.
Erika Eichenseer, Institutsrektorin beim Bezirk Oberpfalz a.D.
Dieter Haas, Chefkoch im OBAG-Kasino
Inge Häußler, Hauswirtschaftslehrerin
Theodor Häußler, Landwirtschaftsdirektor
beim Amt für Landwirtschaft und Ernährung Regensburg
Kurt Hofner, Chefredakteur der Mittelbayerischen Zeitung
Sabine Karlstetter, Buchverlag der Mittelbayerischen Zeitung
Maria Pesold, Regierung der Oberpfalz, Abt. für Landwirtschaft
Uta Wagner, Regierung der Oberpfalz, Schulabteilung
Margot Walter, Redaktion der Mittelbayerischen Zeitung
Fritz Wiedemann, Leiter des Regionalstudios Ostbayern, Bayerischer Rundfunk

6. Auflage 2015
© MZ-Buchverlag in der H. Gietl Verlag & Publikationsservice GmbH, Regensburg
www.gietl-verlag.de
Alle Rechte vorbehalten.

Umschlag und Gestaltung: BauerCom, Regensburg

ISBN: 978-3-86646-309-7

Lange Zeit war es vergriffen, doch nun ist es endlich wieder da: „Das Große Oberpfälzer Kartoffelkochbuch“. Um an seine frühere Erfolgsgeschichte – die mit einer Leseraktion der Mittelbayerischen Zeitung begann – anzuknüpfen, erscheint die sechste Auflage des Buches **nun erstmals mit durchgehend farbigen Abbildungen**.

Die Landredaktion der Mittelbayerischen Zeitung hatte damals ihre Leser um Rezeptvorschläge für ihre liebsten Kartoffelgerichte gebeten. In einem Zeitraum von nur drei Monaten wurden über tausend Rezepte eingesandt, angefangen von der *Oberpfälzer Kartoffelsuppe* bis hin zum berühmten *Goasbratl*. (Wenn Sie nicht wissen, warum dieses Rezept *Goasbratl* heißt, dann können Sie das natürlich in unserem Kartoffelkochbuch nachlesen.)

Manche der Rezepte erzählen auch kleine Geschichten. So erinnerte sich beispielsweise eine Leserin aus Nittenau an ihre Urgroßmutter, die in einem Gasthof in Nittenau als *Schwarzgeschirrmadl* angefangen hatte – sie musste die schwarzen Töpfe und Eisenpfannen schrubben – später *Weißgeschirrmadl* wurde und schließlich zur Köchin einer Wiener Adelsfamilie aufstieg. Dort erfand sie ein Rezept zur Herstellung von *Grammelmautaschen* aus Kartoffelteig, welches Sie auch im Buch finden werden.

Als nächsten Schritt setzten Redaktion und Verlagsleitung der Mittelbayerischen Zeitung eine Jury ein, welche aus den Einsendungen die besten Rezepte auswählen und überprüfen sollte. Diese wurden anschließend von Chefkoch Dieter Haas probegekocht. Erst nachdem der praktische Test erfolgreich bestanden war und das Gericht auch gut geschmeckt hatte, wurde es endgültig in das „Große Oberpfälzer Kartoffelkochbuch“ aufgenommen.

Die redaktionelle Bearbeitung der ausgewählten Rezepte übernahm Inge Häußler, die Herausgeberin des Kartoffelkochbuches. Auch sie hat eine größere Anzahl an Rezepten ausprobiert, von denen ihr Mann nach eigenen Berichten übrigens nicht zugenommen hat. Womit hinreichend bewiesen ist, dass die Kartoffel nicht dick macht.

Dr. Adolf J. Eichenseer, Bezirksheimatpfleger der Oberpfalz a.D., übernahm freundlicherweise die Erstellung des Glossars. Dank seiner Hilfe wissen wir jetzt endlich, was *Spärntrüsel*, *Bunkerl* oder *Gansdatscher* sind. Seine Frau Erika steuerte zur Auflockerung einige kleinere literarische Beiträge zum Thema bei.

„Wer viel Freud an der Arbeit hat und die Erdäpfel gern mag,“ so hat einmal ein waschechter Oberpfälzer gesagt, „der kann sich im Leben viel schöne Tag machen.“ Machen Sie sich auch viele schöne Tage und lassen Sie sich viele schöne Gerichte aus unserem „Großen Oberpfälzer Kartoffelkochbuch“ schmecken.

Der Verlag



Wie die Kartoffel in die Oberpfalz kam	8
Rund um die Kartoffel	11
Glossar	18
Kartoffelsuppen	23
Hauptgerichte	
Kartoffelgemüse und Eintöpfe	37
Kartoffelaufläufe	55
Gebackene Kartoffeln	83
Salzige Kuchen und Pfannkuchen	91
Schnecken, Strudel und Rollen	101
Gefüllte Kartoffeln	107
Kartoffelbrat'l	115
Bratkartoffeln	121
Kartoffelpfannen	129
Knödel als Hauptgericht	135
Beilagen	
Kartoffelbrei	140
Kartoffelsalate	143
Kartoffelknödel	149
Dotsch, Schmarrn, Nockerl, Nudeln	165
Süßspeisen	
Süße Knödel	186
Gebackene Süßspeisen und Kartoffeleis	191
Kartoffelkuchen	207
Kartoffelgebäck	217
Von den Nachbarn abg'schaut	
Kartoffel-Pizza	230
... und andere Kartoffel-Spezialitäten	234
Verzeichnis der einzelnen Rezepte	243

Wie die Kartoffel in die Oberpfalz kam

Die Urheimat der Kartoffel ist das Gebiet der Zentralanden im westlichen Südamerika, die Hochtäler von Bolivien, Peru und Chile. Nach der Entdeckung Amerikas brachten die Spanier die Kartoffel um 1565 mit nach Europa. Hier fand sie zunächst nur Verbreitung als botanische Rarität und war mit ihrer schönen Blüte in vielen Hofgärten zu sehen. In Regensburg taucht die Kartoffel erstmals 1621 auf. Der Arzt und Gelehrte Johannes Oberndorffer hatte sie in seinem botanisch-medizinischen Garten angebaut; in der Beschreibung sind sie als „Pappas Indicas“, als „Knollen der Indianer“, bezeichnet.

Von feldmäßigem Anbau der Kartoffel wird erstmals gegen Ende des 30jährigen Krieges berichtet. 1647 hat der Bauer Hans Rogler aus Pilgramsreuth, nahe der Stadt Rehau/Ofr., in Bayern die ersten Kartoffeln angebaut.

Um 1690/1700 ist der Kartoffelanbau in der nördlichen Oberpfalz nachgewiesen. Wiesau, Speinshart, Pullenreuth und Falkenberg sind als erste Orte mit feldmäßigem Anbau belegt. Die Bauern waren verpflichtet, von ihren Felderträgen den Zehent an den jeweiligen Grundherrn, meist die Kirche oder ein Kloster, zu entrichten. Die „neue Frucht“ Kartoffel war dabei nicht geregelt, und die Bauern verweigerten den Kartoffelzehent. Darüber kam es häufig zum Streit, und so geben alte Gerichtsakten Auskunft über den Beginn des Kartoffelanbaus.

Auch auf das Geschichtsmärchen sei hier kurz eingegangen, wonach der Preußenkönig Friedrich II. den Kartoffelanbau in Deutschland eingeführt habe. Als Friedrich II. im Jahre 1756 in Preußen einen Befehl zum obligatorischen Kartoffelanbau erließ, hatte die Oberpfalz schon eine blühende Kartoffelkultur aufzuweisen, weiß und rosa blühend im wahrsten Sinne des Wortes.

Die Getreideerträge waren auf den kargen Böden der Oberpfalz gering, entsprechend knapp die Nahrungsversorgung. Da andererseits die Kartoffel gut gedieh, fand sie hier eine besonders rasche Verbreitung, sie wurde zur landeskulturell bedeutenden Fruchtart. Und nachdem die Kartoffeln hierzulande „Erdäpfel“ heißen, wurde aus der steinigen, armen Oberpfalz die „Erdäpfelfalz“. In Gebieten mit besseren Böden und ertragreicherem Getreidebau wie Nieder- und Oberbayern hielt die Kartoffel erst 100 Jahre später ihren Einzug.

Die ewigen Erdäpfel

In der Oberpfalz war die Not eigentlich immer zu Hause, und so stand das Grundnahrungsmittel „Erdäpfel“ in irgendeiner Form jeden Tag auf dem Tisch, häufig als das Hauptessen oder auch mehrmals am Tage. Nach einer Beschreibung der Kartoffel des Regensburger Botanikers und Apothekers Johann Wilhelm Weinmann aus dem Jahre 1745 werden diese „in der Asche gebraten und mit Salz genossen“. Bald wurde jedoch das Sieden die gebräuchlichste Form der Zubereitung, also „Erdäpfel in der Montur“, mit der Schale gekocht.

Goasbrat'l, Romanigl und Spärntrüsel

Um die eintönige Erdäpfelkost etwas abwechslungsreicher zu gestalten, ersannen die Oberpfälzer Köchinnen mit viel Einfallsreichtum vielerlei „Richten“ (Gerichte). Dazu entstanden die vielfältigsten Mundartbezeichnungen. Zur berühmten „weißen Suppn“, dem Nationalgericht des Waldlers, gehörten oft „bratne Vögerl“ oder „Feldhendl“, schöne Namen für einfache, mit der Schale im Rohr gebratene oder gekochte Erdäpfel.

Neben dem Sieden oder Dämpfen gab und gibt es die Erdäpfel in Stadt und Land in vielerlei Form: Salz-, Kümmel-, Brat- und Butterkartoffeln, Salat, Gemüse, Brei, Schnitz, Spaltel, Schmarrn, Strudel, Kartoffelnudeln, Dotsch und natürlich Knödel oder Klöße. Die Grundmasse für die Gerichte bilden meist rohe, geriebene, seltener gekochte oder in Stücke geschnittene Kartoffeln. Braucht man festere Teige, z.B. bei Fingernudeln, wird dem Kartoffel Teig Mehl zugegeben. Die Beigabe von Milch, Eiern, Fett oder Salz erhöht Nährwert und Wohlgeschmack. Kartoffelmasse nur mit etwas Schmalz in der Pfanne erhitzt, ergab den Kartoffelschmarrn oder Bröselschmarrn, Riebler, Zwirl, Pfandlschmarrn, Bröslbart oder Rezet, kaum zu Unrecht auch Gurgelmarterer, Teifisköder, Halsgrailer, Erpfluader, Holzbauernsterz, Leutschinder oder Hennerbrösl genannt. Solche Armeleuteessen sind zum Ausprobieren wohl weniger oder nur in verfeinerter Form geeignet. Auch auf die „Bocksuppe“, das gesalzene, geschmalzene und gepfefferte Absudwasser der Kartoffeln mit etwas Brotkrumen, soll verzichtet werden. Schöner klingen schon Schopperl, Dradiwixpfeiferl, Hansgiralga, Hosenknoöpf, Fingerhüt, Schusterfleck, Maultaschen, Gänsdatscher, Trüftet Erdäpfel, Schlosserbaum, Hackstöckl, Goasbrat'l, Romanigl, Spärntrüsel, Schoitl, Striezel, Nackerte Mandl und Pfoaderte zotterte Weibl. Wie gesagt, dies sind alles Oberpfälzer Kartoffelgerichte. Die Mundartbezeichnungen sind im Glossar zusammengestellt und erläutert. Dass sie in der Oberpfalz durchaus noch lebendig sind, beweisen die zu diesem Kartoffelkochbuch eingesandten Rezepte.

Die moderne Kartoffelküche

Der Verbrauch an Speisekartoffeln je Kopf der Bevölkerung in der Bundesrepublik Deutschland lag 1994/95 bei 72,8 kg. Davon entfielen 42,3 kg auf Frischkartoffeln, 30,5 kg wurden in Form von Veredelungsprodukten verzehrt, letztere mit steigender Tendenz. Zu den Veredelungsprodukten zählen die allgegenwärtigen Pommes frites, Kartoffelchips als Knabberartikel sowie die Vielzahl an vorgefertigten Kartoffelprodukten für die schnelle Küche, wie z.B. Kartoffelpulver oder Kloßteig. Ein Kartoffelkochbuch für die praktische Küche ginge also an der Zeit vorbei, wollte man sich darauf beschränken, jedes Rezept mit den Worten beginnen zu lassen: „Man nehme sechs bis acht mittelgroße Knollen, wasche und schäle sie ...“. Die berufstätige Frau des Hauses und Köchin unserer Tage kann sich das Waschen, Schälen, Reiben, Auspressen oder Kochen abnehmen lassen von Dienstleistungsfirmen der Lebensmittelbranche. Die Kartoffelverarbeitungsbetriebe beziehen ihren Rohstoff aus der Region und verarbeiten geschmacklich gute Speisekartoffelsorten.

Der Bauer produziert diese meist im Vertragsanbau mit entsprechenden Feld- und Qualitätskontrollen. Die schnelle Köchin, der bequeme Koch können also vorgefertigten Kartoffelbrei oder fertigen Kloßteig etc. als Grundmasse im Rezept verwenden. Aber auch fertige Bratkartoffeln, Fingernudeln u.ä. können nach Rezept verfeinert und kombiniert werden.

Da ein langes Vorwort Sie nur vom Kochen abhält, sei flugs noch viel Freude und Erfolg gewünscht und viel Liebe, die immer noch durch den Magen geht.

Theodor Häußler



Rund um die Kartoffel

Die Kartoffel ist ein gesundes, preiswertes und äußerst vielseitig verwendbares Grundnahrungsmittel. Einige wissenschaftliche Details sind hier kurz zusammengestellt.

Die Inhaltsstoffe

Wasser: Mit durchschnittlich 77 % ist Wasser der Hauptbestandteil der Kartoffelknolle. Es liegt in gebundener und freier Form vor. Durch Kochen oder Einfrieren wird der Anteil an gebundenem Wasser verringert. Dies beeinträchtigt die Haltbarkeit und ist ein Grund für die geringe Gefriereignung der Kartoffel.

Stärke: Je nach Sorte und Aufwuchsbedingungen kann der Stärkegehalt zwischen 9 % und 25 % schwanken. Bei Frühkartoffeln liegt er zwischen 10 % und 13 %, bei sonstigen Speisekartoffeln um 14 % (mehlige Sorten liegen etwas höher); Futter-, Brennerei- und Stärkekartoffeln sollen einen möglichst hohen Stärkegehalt aufweisen (über 18 %). Die Stärke ist der Energieträger und begründet den Nährwert bzw. Kaloriengehalt der Kartoffel. Dieser ist aufgrund des hohen Wassergehaltes nur 1/3 so hoch wie bei Brot und 1/2 so hoch wie bei Reis. Kartoffeln eignen sich also gut für eine Abnahme-Diät (Kartoffeltag). Nicht die Kartoffel macht dick, sondern das mitverzehrete Fleisch und die Soße, bzw. das bei der Zubereitung verwendete Fett. Der Energiegehalt von jeweils 100 Gramm beträgt im Durchschnitt bei Salz- und Pellkartoffeln 72 kcal oder 301 kJ; bei Kartoffelsalat 92 kcal oder 385 kJ; bei Kartoffelbrei 95 kcal oder 397 kJ; bei rohen Knödeln 106 kcal oder 445 kJ; bei Pommes frites 267 kcal oder 1119 kJ.

Eiweiß: Mit einem Anteil von 2 % ist der Eiweißgehalt der Kartoffel relativ niedrig. Das Kartoffeleiweiß hat jedoch eine hohe biologische Wertigkeit, weil es einen großen Anteil an Aminosäuren besitzt, die in der Ernährung von Mensch und Tier unverzichtbar sind. In Kombination mit dem Eiweiß von Milch und Ei lässt sich der Eiweißbedarf des Menschen damit optimal abdecken.

Vitamin C: Neben den Vitaminen A, B1, B2, H und Carotin als Vorstufe des Vitamin A enthält die Kartoffel beachtliche Mengen an Vitamin C. Da Vitamin C wasserlöslich ist, treten Verluste vor allem beim Wässern und Kochen mit Wasser auf. Auch im Laufe der Lagerung nimmt der Vitamingehalt ab. 250 Gramm Kartoffeln liefern die Hälfte des menschlichen Tagesbedarfes an Vitamin C.

Mineralstoffe: Auch der hohe Mineralstoffgehalt trägt zum ernährungsphysiologischen Wert der Kartoffel bei. Der Aschegehalt beträgt ca. 1 % der Frischsubstanz, wobei das Kalium mit einem 2/3-Anteil deutlich im Vordergrund steht. Daneben enthält die Kartoffel wesentliche Mengen an Phosphor, Magnesium, Eisen, Schwefel und weitere, für die Ernährung wichtige Spurenelemente. Natrium und Calcium sind nur in sehr geringen Mengen vertreten. Der relativ hohe Gehalt an Kalium verursacht die entwässernde Wirkung der Kartoffel.

Nitrat: So wichtig das Nitrat auch für das Pflanzenwachstum ist, in Nahrungsmitteln ist es in höheren Konzentrationen nicht erwünscht (Blausucht bei Kleinkindern etc.). Im Gegensatz zu vielen Blattsalaten und einigen Wurzelgemüsearten zählt die Kartoffel zu den nitratarmen pflanzlichen Nahrungsmitteln. Bei Zubereitung und Verarbeitung wird der Gehalt weiter verringert.

Rund um die Kartoffel

Fette und Zucker enthält die Kartoffel nur in minimalen Mengen. Der Gehalt an Gesamtbalaststoffen (Rohfaser etc.) beträgt ca. 2,5 %.

Die Handelsklassen für Speisekartoffeln

Speisekartoffeln dürfen nach der deutschen Handelsklassenverordnung nur in den Handel gebracht werden, wenn sie sortenrein, gesund, ganz, fest und praktisch sauber sind. Sie müssen nach einer der beiden nachstehenden Handelsklassen gekennzeichnet sein und den hierfür vorgegebenen Anforderungen in Qualität, Größe, Aufmachung und Verpackung entsprechen.

Klasse Extra: Gesamtmängel max. 5 % (Beschädigungen, Fäulnis, Wachstumsrisse etc.), davon max. 1 % braun-, nass- oder trockenfaule Knollen bzw. Frostschäden, max. 1 % fremde Bestandteile.

Klasse I: Gesamtmängel max. 8 %, davon max. 2 % braun-, nass- oder trockenfaule Knollen bzw. Frostschäden, max. 2 % fremde Bestandteile.

Als **Drillinge** werden Speisekartoffeln in einer sehr kleinen Sortierung bezeichnet (25 - 35 mm bei langovalen Sorten, 25 - 40 mm bei runden Sorten).

Die Bezeichnung **Speisefrühkartoffeln** gilt nur für die Ware aus der neuen Ernte eines Jahres, die bis zum 10. August erstmals verladen wurde.

Verschiedene Kennzeichnungen ...

Auf der Verpackung müssen neben der Handelsklasse die Sortenbezeichnung, der Kochtyp, das Gewicht der Packung und die Anschrift des Abpackbetriebes oder des Verkäufers angegeben sein. Bei Wochenmarkt- oder Ab-Hof-Verkauf genügt die Angabe von Sorte, Kochtyp und Anschrift.

Die Speisekartoffelsorten werden den drei folgenden Kochtypen zugeordnet:

Festkochende Sorten: Sie eignen sich insbesondere für Kartoffelsalat, sind aber auch für Salz-, Pell- oder Bratkartoffeln geeignet. Sie platzen beim Kochen nicht auf, sind fest, feinkörnig und meist feucht (speckig).

Vorwiegend festkochende Sorten: Eignung für Salz-, Pell- und Bratkartoffeln, für Aufläufe, aber auch für Klöße. Sie springen beim Kochen nur mäßig auf, sind feinkörnig und mäßig feucht. Die meisten Speisekartoffelsorten gehören diesem Kochtyp an.

Mehligkochende Sorten: Sie sind besonders für Kartoffelbrei (Püree), Reibekuchen, Klöße/Knödel, Suppen und Eintopfgerichte geeignet. Sie springen beim Kochen stärker auf, kochen locker, sind grobkörniger und eher trocken. Je höher der Stärkegehalt, desto mehr springen die Kartoffeln auf, werden lockerer und trockener.



Die Geschmäcker innerhalb Deutschlands sind in dieser Hinsicht recht unterschiedlich. Im Norden und Westen liebt man festkochende oder vorwiegend festkochende Sorten, in Süddeutschland und im Osten einschließlich Berlin werden dagegen eher mehligke Sorten bevorzugt. Festkochende Sorten werden hier lediglich für Kartoffelsalat verwendet. Am Markt finden sich mehligke Sorten inzwischen recht selten, sie sind quasi vom Aussterben bedroht.

Größensortierung: Die Mindestsortierung beträgt bei langovalen und langen Sorten 30 mm, bei runden bis ovalen Sorten 35 mm. Bei Packungen von 5 kg und darunter darf der Unterschied zwischen der größten und der kleinsten Knolle einer Packung bei beiden Handelsklassen nicht mehr als 30 mm betragen. Die Packungsgrößen reichen von 1,5 bis 50 Kilogramm.

Anzumerken ist, dass die Bestimmungen der Handelsklassenverordnung hier nur auszugsweise und unvollständig wiedergegeben sind.



Rund um die Kartoffel

... und Reifegruppen

Frühkartoffeln: Sehr frühe Sorten haben eine Vegetationszeit von ca. 100 Tagen, frühe Sorten eine solche von 110 - 120 Tagen. Wegen der Frostgefahr im Frühjahr werden Frühkartoffeln bevorzugt in klimatisch günstigen Gegenden angebaut oder kommen aus dem Mittelmeerraum zu uns. Sie sind meist nicht schalenfest, deshalb wenig haltbar und zum alsbaldigen Verbrauch bestimmt. Der Stärkegehalt ist meist sehr niedrig.

Mittelfrühe Sorten: Ihre Vegetationszeit beträgt ca. 120 - 140 Tage, ihre Erntezeit liegt Ende August bis Mitte September. Der Großteil der Speisesorten gehört zu dieser Reifegruppe. Sie sind bei der Ernte ausgereift und damit zur Einlagerung geeignet.

Mittelspäte bis späte Sorten: Die Vegetationszeit dieser Reifegruppe liegt bei 140 - 160 Tagen. Zu dieser Gruppe gehören die meisten Stärkesorten, denn sie sollen als Futter-, Brennerei- und Stärkekartoffeln in einer langen Vegetationszeit viel Stärke bilden.

164 Kartoffelsorten

1996 waren in Deutschland 164 Kartoffelsorten zugelassen und in die Sortenliste eingetragen. Davon waren 63 Frühkartoffeln, 72 mittelfrühe und 29 mittelspäte bis späte Sorten. Zu den Speisesorten zählten 115 Sorten, 49 zu den Stärkesorten. Innerhalb der Speisesorten hält die Tendenz zum vorwiegend festkochenden Kochtyp an.


Auf die Nennung von Sortennamen wird hier verzichtet. Die jeweils aktuellen Sorten sind am Markt einem relativ schnellen Wandel unterworfen. Beim Einkauf dient zunächst der Kochtyp zur Orientierung. Wenn eine Sorte im Geschmack entspricht, sollte man diese weiter nachfragen, da der Geschmack einer Kartoffel weitgehend durch die Sorte bedingt ist. Nicht zu unterschätzen sind allerdings auch die Boden- und Witterungseinflüsse. Auch eine harmonische Düngung ist für den Geschmack vorteilhaft. Die unterschiedlichen Aufwuchsbedingungen beeinflussen somit die Qualitätskonstanz innerhalb einer Sorte.

Knollen- und Fleischfarbe

Die äußere Schalenfarbe und die innere Fleischfarbe der Knollen sind sortenbedingt und stellen selbst kein Qualitätsmerkmal dar. Bei der Fleischfarbe werden in Mitteleuropa gelbfleischige Sorten deutlich bevorzugt, während in Italien, Großbritannien und in den USA eher weißfleischige Sorten erwünscht sind.

Markenkartoffeln

Begriffe wie Ackergold, Beste Ernte u. a. sind keine Sortennamen, sondern Markenprogramme verschiedener Organisationen oder Handelsfirmen. Das Sortiment ist dabei auf einige wenige, geschmacklich gute Speisesorten begrenzt. Der Kartoffelanbau erfolgt dabei meist nach besonderen Erzeugungsgesetzen und umfangreichen Feld- und Qualitätskontrollen.



Kartoffeln aus ökologischem Anbau werden nach EU-Richtlinien ohne den Einsatz von synthetischen Dünge- und Pflanzenschutzmitteln erzeugt. Sie unterliegen ebenfalls der Handelsklassenverordnung.

Kartoffellagerung

Auch wenn im Haushalt der Neuzeit die Kartoffeln nicht mehr zentnerweise als Wintervorrat eingekellert werden, sollten auch für den kleinen Vorrat die wichtigsten Grundsätze der Kartoffellagerung beachtet werden. Die optimale Lagertemperatur für Speisekartoffeln beträgt 3–5°C. Für den Privathaushalt bedeutet dies, die Kartoffeln möglichst kühl zu lagern. Warmlagerung führt zu Gewichtsverlusten und zum Auskeimen der Kartoffeln. In solchen Fällen ist es ratsam, häufiger Kleinpackungen einzukaufen. Angekeimte Knollen können nach Entfernen der Keime unbedenklich verzehrt werden. Bei Frost bekommen die Kartoffeln einen süßlichen Geschmack und faulen rasch. Um die Wasserverluste möglichst gering zu halten, sollte die relative Luftfeuchte möglichst hoch sein (Optimum 90–95 %). Trotzdem müssen die Knollen trocken sein, um Fäulnisverlusten vorzubeugen. In Folienverpackung sollten Kartoffeln nicht längere Zeit gelagert werden. Ferner ist es wichtig, dass die Kartoffeln dunkel lagern. Unter Lichteinfluss werden die Knollen grün. Dabei bilden sich in der Schale Alkaloide (Solanin, Chaconin), welche einen bitteren, kratzenden Geschmack verursachen. Leicht ergrünte Stellen sollte man deshalb abschneiden, der Verzehr stark ergrünter Knollen kann zu Unwohlsein und gesundheitlichen Schäden führen.

Kochhinweise

Beim Dämpfen in der Schale bleiben Eiweiß, Vitamine und Mineralstoffe am besten erhalten. Ideal wäre also der Kartoffeldämpfer (Wassertopf mit aufgesetztem Kartoffelbehälter). Der Dampfdrucktopf mit Siebeinsatz ist ein praktisches, zeit- und energiesparendes Kochgeschirr für Salz- und Pellkartoffeln. Der Vitaminverlust durch die höhere Temperatur wird durch die kürzere Garzeit ausgeglichen. Einheitlich große Knollen garen gleichmäßig. Salzkartoffeln sollte man erst unmittelbar vor dem Garen schälen und möglichst nur kurz und unzerschnitten in Wasser legen. Auch hier sollte mit wenig Wasser oder am besten mit Siebeinsatz gegart werden. Die Kochzeit wird zweckmäßig so bestimmt, dass die Kartoffeln frisch auf den Tisch kommen. Bei der Zubereitung von Pommes frites, gleichgültig ob roh oder vorgegart, muss das Fett heiß genug sein, da ansonsten zu viel Fett aufgesaugt wird.

Alle Rezepte sind, wenn nicht anders angegeben, für vier Personen berechnet.

Rund um die Kartoffel

Etwas Küchenlatein – Erläuterungen für weniger Geübte

Abkürzungen

kg Kilogramm

l Liter

EL Esslöffel

Msp. Messerspitze

g Gramm

ml Milliliter

TL Teelöffel

P Päckchen

Ablöschen

Einbrenne oder Bratensatz mit Wasser, Brühe oder Milch unter Rühren aufgießen und aufkochen lassen.

Aufziehen

Quellen von stärkehaltigen Gerichten im Backrohr, die Flüssigkeit wird aufgesaugt.

Ausbacken

In heißem Fett (175-200 Grad) garen, bis eine schöne, goldbraune Färbung erreicht ist.

Binden

Dicken von Suppen oder Soßen durch Mehl, Stärke- oder Kartoffelmehl. Dabei wird das Mehl mit etwas kaltem Wasser angerührt und in die kochende Suppe oder Soße eingerührt.





Blanchieren

Kurzzeitiges Überbrühen von Gemüse erleichtert z.B. das Häuten von Tomaten.

Einbrenne

Fett erhitzen, Mehl unter Rühren hellgelb, goldbraun oder braun rösten, mit Flüssigkeit unter weiterem Rühren aufgießen und 5 Minuten bei heller, bis 20 Minuten bei dunkler Einbrenne garen lassen. Früher wurden Einbrennen häufig zum Verlängern von Gemüse verwendet und um deren Sättigungswert zu erhöhen. Kalorienbewusste Leute verwenden sie heute nur noch selten und binden Soßen und Suppen – wenn überhaupt – mit einem Mehlteiglein. Für Kartoffelgemüse und Aufläufe werden in diesem Buch oft Einbrennsoßen verwendet.

Gratinieren

Überbacken im Backrohr, wobei die Speisen eine braune Kruste bekommen.

Legieren

Durch Zugabe von Eigelb werden Suppen oder Soßen leicht gebunden. Das Eigelb wird mit etwas Rahm oder Milch verquirlt in die Flüssigkeit eingerührt. Danach darf die Suppe oder Soße nicht mehr kochen, weil sonst das Eigelb ausflockt.

Suppengrün

besteht aus jeweils einem Stück Sellerieknolle, gelber Rübe, Lauch, einer Petersilienwurzel und einigen kleinen Sellerieblättern, Zwiebel und Wurzelwerk. Knoblauchzehe nach Geschmack.



Mundartbezeichnungen kurz erläutert

Apanaplitzka

Kartoffelschöberl (= Plätzchen); Ausdruck aus der böhmischen Küche, vermutlich in „Kuchl-Bähmisch“, d. h. einem deutsch-tschechischen Sprachgemisch.

Bauchstecherl

Regionale scherzhafte Bezeichnung für kleinfingerlange Nudeln, die wegen ihrer spitzigen Enden so genannt werden; aus gekochten Kartoffeln angefertigt, heißen sie gewöhnlich Fingernudeln (siehe Kartoffelnudel).

Blind's Gulasch

Kartoffelgulasch ohne Fleisch.

Blinde Sonntag

Sonntage ohne Fleischgericht.

Brölschmarrn, Bräislschmarrn

Zerbröselter, relativ trockener Kartoffelteig, in Schmalz herausgebacken; weitere Bezeichnungen: Bräislboart, Kartoffelbrösl, Erdäpfelschmarrn, Pfandlschmarrn, Zwirl, Gurgelmarterer, Rübler oder Ribler, Hüatastecka, Teifisköder, Halsgrailer, Erpffluader, Bräislbart, Rezet, Holzbauernstierz, Leutschinder oder Hennerbrösl. Dazu gehört eine Bröih oder Kraut, damit er besser hinunterrutscht.

Bruckbaam

Regionale Bezeichnung für lange, dicke Kartoffelnudel.

Bunkerl

Zwetschgenknödel aus Kartoffelteig.

Datscherl

Von datschen, dätschen, dotschen = drücken, niederdrücken (etwas Weiches). Kleinform von Datsch.

Dotsch

In der Pfanne mit Schmalz gebackener, dickflüssiger, roher Kartoffelteig. Weitere Bezeichnungen: Reiberdatschi, Datscher, Ritschi, Fransnbrei, Fransakniadl, Stoppelfuchs, Götzn, Hans-Girgl (mit Eiern und Milch aufgegossen).

Dotschnudeln

Fingernudeln aus rohem Kartoffelteig.

Erdäpfelbrösl

Siehe Brölschmarrn.

Erdäpfelspeitl

In Scheiben geschnittene, „gespaltene“ Kartoffel, oder als ganzes Gericht: eine Schicht selbstgemachte Nudeln, dann eine Schicht flache Kartoffeln, dann wieder Nudeln und wieder Kartoffeln, obenauf ein Ei.

Erdäpfelstierz

Brei aus gekochten Kartoffeln, regional auch ohne Milch bzw. mit Mehl gebunden, in der Pfanne erhitzt.

Fingernudel

Siehe Kartoffelnudel bzw. Bauchstecherl.

Fuchsnfuada

Regionale scherzhafte Bezeichnung für ein Gericht aus Schornblattln und Kartoffeln; Fuchs = volkstümliche Bezeichnung für ein braunes Pferd mit heller Mähne.

G'stutzte Häitbuam

Regionale scherzhafte Bezeichnung für Fingernudel.

Gänsdatscher

Gekochte, aufgeriebene Kartoffeln werden in einen Pfannkuchenteig gegeben, die Masse brät man zu schönen goldbraunen Datscherln, die den Schwimfüßen von Gänsen ähnlich sind.

Gänskrägen

Regionale scherzhafte Bezeichnung für dicke Fingernudel (siehe Bruckbaam).

Goaßbratl

Ein Braten, bei dem man Fleisch durch Kartoffeln ersetzt; rohe Kartoffeln, ganz oder in Scheiben geschnitten, werden in einer Reine mit Salz, Kümmel und Wasser gebraten. In neuerer Zeit kommen auch „echte“, vorgebratene Fleischscheiben dazwischen.

Golatschn

Auch Kolatschn, böhmisches Gericht; kleine Maultaschen mit Füllung.

Gramml

Grieben, Überbleibsel von ausgebratenem Speck; in der Oberpfalz auch als Gröibn oder Gremml bezeichnet.

Gschni Nudl

Die gekochten Erdäpfel werden geschält und noch warm zerdrückt. Mit etwas Mehl und Salz verknetet, ergeben sie einen strengen Teig. Dieser wird ausgewalkt, in längere Streifen geschnitten, welche in der Pfanne oder Reine geröstet werden (auch Schoitln genannt).

Halbseidene Knödel

Wegen ihres Seidenglanzes so benannte Knödel aus gekochten Kartoffeln.

Halbwollener Kartoffelkuchen

Scherzhafte Bezeichnung für einen Hefeteig mit Kartoffeln.

Hansgirgerl

Kleiner Hans-Georg, Doppelname. Scherzhafte Bezeichnung für Fingernudel, Bauchstecherl, regional auch für Dotsch (siehe dort).

Hosnbratln

Kartoffelgericht in der Reine ohne Fleisch (siehe auch Goaßbratln).

Hozangen

Regionale Bezeichnung für Fingernudel. Herkunft des Namen unbekannt.

Kartoffeldrahdinudel

Regionale scherzhafte Bezeichnung für Fingernudel; von „drehen“ abgeleitet.

Kartoffelknödel

Regional unterschiedliche Bezeichnungen: Erpfnödl, Klöß, Knidla, Kniadl, Reiber- oder Ritschknödel, Schar-, Wasser- oder pinkerte Knödel, seidene Knödel, Spoutzn, Röhrenbummerl, Hafa- oder Schleifererknödel. Zwetschgenknödel = Bunkerl (mit Zwetschgen gefüllte Kartoffelknödel), Rauschknödel (mit Speck gefüllt), Baumwollknödel (aus gekochten Kartoffeln), Schneeballknödel (aus gekochten Kartoffeln, mit Knödelbrot = geschnittene Semmeln vermenget und in der Reine

ausgebacken). Rotmoosknödel = aufgebackene Erdäpfelknödel.

Kartoffelnudel

Regional unterschiedliche Bezeichnungen: Fingernudel oder Fingerl, Dradiwixpfeiferl oder Kartoffeldrahdinudl, Datsch- oder Dotschnudl, Schopperl, Sterznudl, Bauchstechala, Fingerhüt (in der Reine gebacken, mit Milch übergossen und gezuckert), Stempala, Zweckla, Hansgiralga, Baunzala, gstützte oder gwutzelte, o'drahte oder gschni Nudl, Tagwercher, Rutschnudln, Bruchprügl, Hirtastecka, Hozanga, Karbutzelstoin, Scheicherl (süß), Bruckbaam, Schlosserboum, Schupfnudl, gschtutzte Hoitboum, Stoppselnudeln, Ganskrägen, Bruckbaam oder Bruchprügl = dicke, lange Fingernudeln.

Knollnbraijnudel

Fingernudel aus Kartoffelbrei.

Kuahgsood

Eigentlich Futter für Kühe; Gsood = geschnittenes Heu und Stroh bzw. Abfall (Spelzen) beim Ausdreschen des Getreides.

Maultaschen

Teig aus gekochten Kartoffeln mit Eiern und Salz, Flecke mit Äpfeln, Zwetschgen, gerösteten Semmelbröseln oder Grieben gefüllt, in der Reine herausgebacken, mit Milch übergossen; gegangene Maultaschen (Teig mit Hefe vor dem Braten gehen lassen).

Nockerl

Kleinform von Nock, Nocken = Kloß oder Knödel kleinerer und feinerer Art.

Ritsche, Ritschi

Regionale Bezeichnung für rohe, geriebene Kartoffeln (Oberer Bayerischer Wald).

Schlosserboum

Regionale scherzhafte Bezeichnung für Fingernudel.

Schlotengl

Regionale scherzhafte Bezeichnung für geräucherte Bratwürste.

Schneiderfleck

Ähnlich den gschni Nudl, mit Milch und Fett gebraten. Gschni Nudl und Schneiderfleck werden mit Obstmus, Kompott oder gesalzen mit Kraut oder Salat gegessen, auch Schusterfleck, Schuxen oder Schuhsohlen genannt.

Schöicherl

Eigentlich Schühchen; regionale scherzhafte Bezeichnung für Kartoffelnudel.

Schopperl

Von schoppen = Kapaune, Gänse, Enten zur Mast gewaltsam füttern mit fingerlangen Nudeln; gleichbedeutend mit Bauchstecherl.

Schornblätter

Von scharren, zusammenscharren; dünne Fladen aus Weißbrot-Teigresten, die mit der letzten Hitze des Backofens gebacken werden.

Schupfnudel

Von schöpfen; schwäbische Bezeichnung für dünnere und spitzigere Bauchstecherl.

Schuxen

Kartoffelschmalzgebäck in Form von Schuhsohlen.

Schwammerl

Schwämme, Pilze.

Spärntrüsel

Geriebene Erdäpfel mit Mehl vermengt und gebacken.

Spatzen, Spoutzen

In der nördlichen Oberpfalz übliche Bezeichnung für Kartoffelknödel.

Speckwanzen

Regionale scherzhafte Bezeichnung für Bratkartoffel mit Leberkäs.

Speitlnudel

Nudelgericht aus Mehl-Fingernudeln und Kartoffelscheiben.

Stampferl

Erdäpfel und Brot in einer Reine oder Pfanne eingedrückt und in Schmalz herausgebacken.

Steffln

Regionale scherzhafte Bezeichnung für kleine Fingernudel; Steften = kurze, stiftartige Nägel.

Sterznudel

Nudeln aus Sterz = Kartoffelbrei.

Stoppelfuchs

Böhmisches Kartoffelgericht in Form kleiner, dünner „Platzgen“ (= Plätzchen); siehe Apanaplatzka.

Stopselnudel

Kurze, stopselartige Abschnitte von der Kartoffelteigrolle; besondere Form von Fingernudel.

Tatschnudel

Siehe Dotschnudel.

Trüftet Erdäpfel

Auch Trüffelkartoffeln - Kemnather Gegend: Die ersten, noch ganz kleinen Kartoffeln werden gesotten, von der Schale befreit und mit reichlich Butter und Kümmel bedacht. Zwischen zwei Tellern schüttelt man sie nach Belieben kräftig durch, bis die Knollen zerbröseln. Statt kleiner Knollen kann man mit einem Kartoffelstecher auch kleine Kugeln ausstechen.

Wammerl

Von Wamme, Bauch vom Tier; meist das durchwachsene Bauchfleisch des Schweines.

Wuchteln

Auch Buchteln genannt; Kartoffelgericht aus der böhmischen Küche in Form kleiner Maultaschen.

Zusammenstellung:

Dr. Adolf Eichenseer, Inge u. Theodor Häußler

Kartoffelsuppe mit Schmalzauge

„Als ich 1946, in dieser armseligen Nachkriegszeit, einmal für acht Tage wo zu Besuch war, gab es allabendlich eine kunstlose Kartoffelsuppe – aber mit Pfiff!

Die Kartoffelsuppe – nicht unbedingt zur Nachahmung empfohlen – wurde so gemacht:

Salzkartoffeln wurden gekocht, abgeseiht, am Topfrand mit einem Kochlöffel zerdrückt, wieder aufgegossen und gut verrührt. Mit fein aufgeschnittenem Brot vermengt, gesalzen und in die große Suppenschüssel geschüttet. Aber jetzt kam das täglich Faszinierende: ein Esslöffel Butterschmalz oben auf! Ein großes leuchtend gelbes Schmalzauge! Wir alle starrten es wie hypnotisiert und voll Begehren an. Was wird geschehen? Wird der erste, der aus der Suppenschüssel schöpft, so anständig sein und erst umrühren? Nein! Er hat es regelmäßig sorgfältig in seinen eigenen Teller geschöpft! Uns anderen blieb nur der kurze Anblick, und wenn man Glück hatte, fand sich doch noch ein kleines Schmalzäuglein in der übrigen Suppe und tauchte im eigenen Teller wieder auf, der Zunge eine Ahnung gebend von dem Genuss, dem sich der Erste unbekümmert um die enttäuschten Blicke der anderen hingab. So war es eben damals. Wer zuerst kommt, der mahlt zuerst. D.h. er schöpft zuerst.“

Elfriede Wisgickl, Neumarkt







Kartoffelsuppen

Ritschi, Schnipsel
und Knöderl

Kartoffelsuppen



Für die Zubereitung von Kartoffelsuppen eignen sich besonders stärkereiche Kartoffeln (Kochtyp mehligkochend). Die Brühe, die zum Aufgießen verwendet wird, kann je nach Belieben Fleischbrühe (Rind oder Huhn), Knochenbrühe, Wurzelbrühe oder Instantbrühe, d.h. mit Suppenwürfel oder dergleichen aufgegossene Suppenbrühe sein.

Einfache Kartoffelsuppe (Grundrezept)

750 g Kartoffeln
1 1/4 l Brühe
1 Zwiebel, Salz
1 Petersilienwurzel
1/2 Sellerieknolle
1 TL fein gehackte Petersilie
1 Stange Lauch, 1 TL Majoran

Die Kartoffeln und das Gemüse waschen. Kartoffeln und Sellerie schälen, alles kleinschneiden. In der Brühe 5–10 Minuten weichkochen, mit dem Kartoffelstampfer, dem Pürierstab oder Mixer zerkleinern oder durch ein Sieb passieren. Anschließend die Zwiebeln schälen, kleinschneiden, in Fett goldgelb rösten und zur fertigen Suppe geben. Nach Geschmack salzen und mit gewiegener Petersilie abschmecken.

Klaus Weichinger, Laaber



Kartoffelsuppe mit Würstchen

Zutaten wie
Einfache Kartoffelsuppe
(Grundrezept siehe oben)
Zusätzlich:
geschnittene Wiener
Würstchen

Zubereitung wie Einfache Kartoffelsuppe. Die Würstchen in kleine Stücke schneiden, zugeben und in der fertigen Suppe heiß werden lassen.

Klaus Weichinger, Laaber

Kartoffelsuppe mit Speck

Zutaten wie
Einfache Kartoffelsuppe
(Grundrezept siehe li. Seite)
Zusätzlich:
50 g Speck
1–2 Zwiebeln

Zubereitung wie Einfache Kartoffelsuppe. Den Speck in Würfel schneiden und auslassen. Die Zwiebeln ebenfalls würfeln, zusammen mit dem Speck goldgelb rösten und zur fertigen Suppe geben.

Margarete Weindl, Schwandorf



Gebundene Kartoffelsuppe

Zutaten wie
Einfache Kartoffelsuppe
(Grundrezept siehe li. Seite)
Zusätzlich:
1 EL Mehl
1/8 l Brühe
1 EL Butter

Zubereitung wie Einfache Kartoffelsuppe. Aus Butter und Mehl eine Einbrenne herstellen, mit etwas Brühe aufgießen und glatt rühren. Die fertige Einbrenne zur Suppe geben und das Ganze noch einmal aufkochen lassen.

Elisabeth Krehbiel, Neutraubling

Kartoffelsuppe mit Semmelbröckchen

Zutaten wie
Einfache Kartoffelsuppe
(Grundrezept siehe li. Seite)
Zusätzlich:
2 Semmeln
20 g Butter
Schnittlauch

Zubereitung wie Einfache Kartoffelsuppe. Die Semmeln in Würfel schneiden, in Butter rösten und unmittelbar vor dem Essen mit Schnittlauch über die Suppe streuen.

Sabine Nuber, Hohenschambach



Bauchstecherl, Dotsch, Goaßbrat'l und Knödel in unzähligen Varianten: Insgesamt 414 Original-Rezepte für Kartoffelgerichte machen das Große Oberpfälzer Kartoffelkochbuch zu einem ganz besonderen kulinarischen Schmankerl. Die Rezepte wurden von einer Oberpfälzer Jury ausgewählt und von Chefkoch Dieter Haas probegekocht. Ein waschechter Oberpfälzer hat einmal gesagt: „Wer viel Freud an der Arbeit hat und die Erdäpfl gern mag, der kann sich im Leben viel schöne Tag machen.“ Machen Sie sich auch viele schöne Tage und lassen Sie sich viele leckere Gerichte aus unserem Oberpfälzer Kartoffelkochbuch schmecken.



9 783866 463097

