

Zeitschrift:	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
Herausgeber:	Schweizerischer Fourierverband
Band:	65 (1992)
Heft:	4
Rubrik:	Kartoffelverwertung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 05.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Immer aktuell: Kartoffelgerichte

Der Schweizer liebt vor allem Bintje und Urgenta. – 1991 war ein gutes Kartoffeljahr: Die Inlandversorgung mit qualitativ einwandfreien Speise- und Veredlungskartoffeln ist gewährleistet.

(EAV) Kaum eine andere Kulturpflanze hat einen solchen Sortenreichtum anzubieten wie die Kartoffel. Zu den wichtigsten Speisesorten in der Schweiz gehören Sirtema, Christa, Ostara, Palma, Urgenta, Bintje, Granola, Charlotte, Agria und Nicola. Natürlich haben sie nicht alle gleichzeitig Saison und sind nicht immer erhältlich. Zudem eignet sich nicht jede Sorte für jedes Gericht. Hierzulande führen Bintje und Urgenta wegen ihrer vielseitigen Verwendbarkeit die Beliebtheitsliste an. Da für beide Sorten bei der Produktion und Lagerung verschiedene Pflanzenschutzmittel eingesetzt werden müssen, empfiehlt es sich, vermehrt auch andere Kartoffelsorten zu berücksichtigen.

Kartoffeln sind lichtempfindlich

Die geeignete Lagertemperatur im Keller liegt zwischen 4 und 8 °C. Bei höheren Temperaturen keimen die Knollen rasch aus, bei niedrigen werden sie süßlich. Außerdem müssen die Kartoffeln im Dunkeln liegen: Sind sie längere Zeit dem Licht ausgesetzt, werden sie grün und ungenießbar.

Keine Dickmacherin

Ernährungswissenschaftlich gesehen zählt die Kartoffel wegen ihrer idealen Zusammensetzung zu den wertvollen Nahrungsmitteln. Zu Unrecht wurde sie in den letzten Jahren als Dickmacherin verpönt: 100 g haben nur 80 Kalorien oder

334 Joule. Eine fettreiche Zubereitung lässt die Kalorienzahl allerdings rasch in die Höhe schnellen.

Weitere Informationen zur Kartoffel sowie diverse Publikationen mit Kartoffelrezepten können bei der Eidg. Alkoholverwaltung, Länggassstrasse 31, 3000 Bern 9 bezogen werden.

Die Kartoffel ist ein Dauerbrenner

Nach üppigen Mahlzeiten und viel Süßigkeiten ist es eine Wohltat, zur guten alten Kartoffel zurückzukehren.

klu. Stellen Sie sich vor, Sie müssten das ganze Jahr hindurch jeden Tag oder zumindest öfters pro Woche Weihnachtsguetzli essen. Das würde dem Gaumen schnell einmal verleiden! Die Kartoffel hingegen hat das keine Probleme. In unterschiedlichem Kleid, aber unverkennbar im Geschmack kommt sie auf den Tisch, kaum einer beklagt sich: «Schon wieder Kartoffeln!» Und wenn doch, bereiten Sie sie ungewohnt neu zu, zum Beispiel so (Fouriere im Dienst finden ebenfalls geeignete

und abwechslungsreiche Gerichte im Regl 60.5 «Menüvorschläge» und 60.6 «Kochrezepte»):

Hamburger Kartoffeln

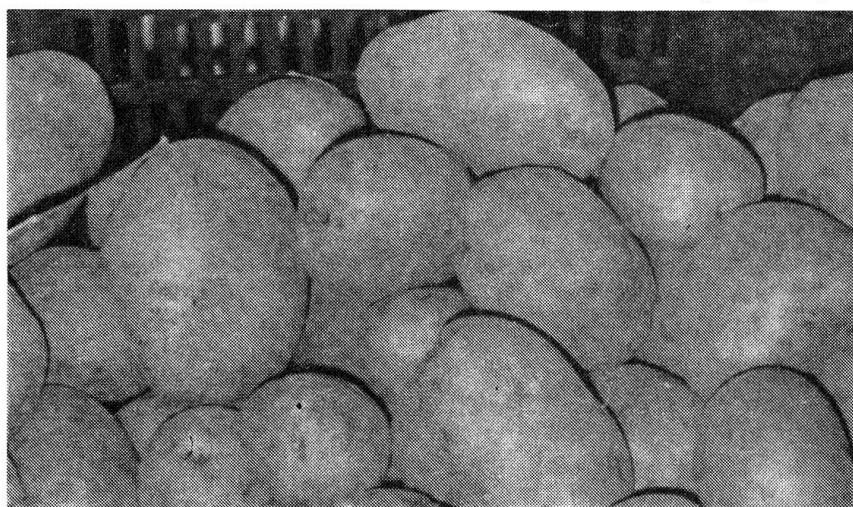
Für 4 Personen

8 mittelgroße Kartoffeln, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Eßlöffel Butter, 350 g gehacktes Rindfleisch, 1 Büschel Petersilie, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, Thymian, Paprika, 8 grosse Specktranchen.

Die Kartoffeln schälen, der Länge nach halbieren und die Kartoffelhälften mit einem Teelöffel sorgfältig aushöhlen. Das ausgehöhlte Kartoffelfleisch für eine Suppe verwenden.

Die Kartoffelhälften in Salzwasser 10 Min. verkochen. Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in der Butter hellgelb andämpfen, dann in eine Schüssel geben und mit dem Hackfleisch und der feingehackten Petersilie vermischen. Die Fleischfüllung mit Salz, Pfeffer, Thymian und Paprika würzen und zu 8 Kugeln formen. Die Fleischkugeln in eine Kartoffelhälfte geben und eine zweite Kartoffelhälfte daraufsetzen, mit Specktranchen umwickeln. Eventuell mit Hölzchen fixieren. Die Kartoffeln in einer Gratinform im vorgeheizten

Foto: Heidi Wagner-Sigrist



Backofen bei 180 °C 40 Min. backen. Ab und zu mit Bratfett übergiessen.

Ostfriesischer Kartoffelkuchen

Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln, 4 Eier, 2 Zwiebeln, 1 Bund Schnittlauch, 1 Büschel Petersilie, 4 Esslöffel Milch, 2 Esslöffel Mehl, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 150 g dünne Speckscheiben, Bratbutter.

Die Kartoffeln schälen und an einer Bircherraffel in eine Schüssel reiben. Die Eier und die ebenfalls an der Bircherraffel geriebenen Zwiebeln und die feingehackten Kräuter sowie die Milch und das Mehl dazurühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Speckscheiben in feine Streifen schneiden, ohne Fettzugabe in einer beschichteten Pfanne leicht anrösten und zur Kar-

toffelmasse geben. Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen und die Masse in die Pfanne geben. Auf beiden Seiten ca. 5 Min. backen. Heiss servieren.

Tip: Mit einen knackigen, grünen Salat servieren.

Ofenkartoffeln

Für 4 Personen

1,5 kg Kartoffeln, 150 g Speckwürfeli, 1,5 dl Bouillon, 40 g Butter, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, 2 bis 3 Zwiebeln.

Die Kartoffel schälen und in dünne Scheiben schneiden. Diese in ein beschichtetes Kuchenblech legen. Die Speckwürfeli darüber verteilen und die Bouillon darübergiessen. Mit Butterflöckli belegen und mit Salz und Pfeffer würzen. Im vorheizten Backofen bei 180 °C 30 Min. schmoren, dann die in fei-

ne Ringe geschnittenen Zwiebeln darüber verteilen und weitere 15 Min. backen, bis die Oberfläche leicht Farbe annimmt. Heiss servieren.

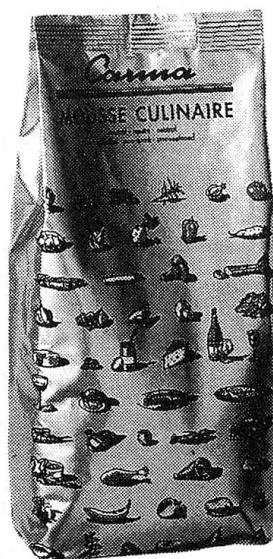
Tip: Mit Spiegeleien servieren!

Rahmkartoffeln mit Dill

Für 4 Personen

1 kg festkochende Kartoffeln, 5 dl Gemüsebouillon, 2,5 dl Rahm, Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, frischer oder getrockneter Dill.

Die Kartoffeln schälen und in nicht zu dünne Scheiben schneiden. Die Kartoffelscheiben in der Gemüsebouillon knapp weichkochen. Die Kochflüssigkeit abgiessen. Der Rahm in eine breite Pfanne geben und mit Salz, schwarzem Pfeffer und Dill würzen. Die Kartoffelscheiben in die Sauce geben und vorsichtig erwärmen.



Carna

MOUSSE CULINAIRE

neutral - neutre - neutral
ungesüßt - non-sucré - unsweetened



GASTGEWERBESCHULE LUZERN GSL

Berufsbegleitende Wirtekurse seit 1974

Mit dem nächsten Wirtekurs können Sie jetzt im Gastgewerbe aufsteigen oder selbständig werden. Verlangen Sie unverbindlich das Anmeldeformular und das Schul- und Prüfungsreglement.

GASTGEWERBESCHULE LUZERN GSL

Wesemlinstrasse 72, 6006 Luzern

Telefon 041/36 36 85 • Telefax 041/36 36 65

*“Wo Berge
sich erheben, da
soll man
Hilfe geben!”*



Schweizer Berghilfe

Verlangen Sie unseren Einzahlungsschein
Telefon 01/710 88 33

