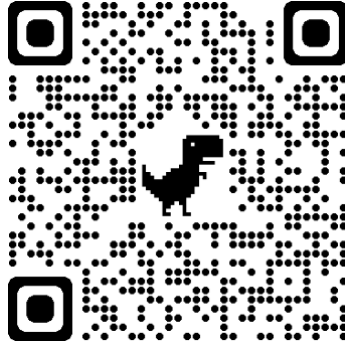


# ■ Die Kartoffel Zusammensetzung/Produkte Ü3



[Lösung](#)

**Zusammensetzung:** ©www.mein-lernen.at

Kartoffeln bestehen aus:

\_\_\_\_\_ % Wasser

\_\_\_\_\_ % Kohlenhydrate (größtenteils Stärke)

\_\_\_\_\_ % Ballaststoffe (regen die Verdauung an)

\_\_\_\_\_ % Eiweiß (hoher Gehalt an essenziellen Aminosäuren)

\_\_\_\_\_ % Fett

zudem Vitamin \_\_\_\_\_, Vitamin B1, B2, B5 und \_\_\_\_\_

## Produkte aus Kartoffeln:

Um Kartoffeln zu essen müssen diese erst \_\_\_\_\_ werden.

Diese können dann zu Bratkartoffeln oder \_\_\_\_\_

weiterverarbeitet werden.

Auch Kartoffelkroketten und \_\_\_\_\_ im Backofen zubereitet, sind

eine beliebte Beilage. Bei Kindern sind \_\_\_\_\_

und Kartoffelchips sehr beliebt. \_\_\_\_\_ ist die geeignete

Beilage zu Schnitzel oder Grillfleisch.

Jeder Mensch in Österreich/Deutschland isst ca. \_\_\_\_\_ kg Kartoffeln im

Jahr. Vor allem in Russland wird aus Kartoffeln Schnaps ( \_\_\_\_\_ )

hergestellt.