

Presseinformation

Weihnachtsbäckerei einmal anders: Kartoffelplätzchen süß oder salzig

Lecker, fettarm und glutenfrei ist Gebäck aus der beliebten Knolle — zwei Plätzchenrezepte zum Nachbacken



*Weihnachtszeit ist Plätzchenzeit – auch mit Kartoffeln lässt sich das leckere Gebäck zubereiten.
Quelle: Pixabay/Jill Wellington (bei Verwendung bitte angeben)*

Berlin, 6. Juni 2018. Wenn es draußen kälter wird und die Adventszeit beginnt, ist die ideale Zeit zum Plätzchenbacken. Denn in der kalten Jahreszeit macht naschen besonders viel Freude. Wer seine Liebsten in diesem Jahr mit einem etwas anderen Gebäck überraschen möchte, sollte zur Kartoffel greifen. Denn aus der gesunden Knolle lassen sich herrlich vielfältige Kartoffelplätzchen backen, die nicht nur süß, sondern auch herzhaft, fettarm und glutenfrei sehr lecker schmecken.

Gutes aus harten Zeiten

Doch woher kommen eigentlich Kartoffelplätzchen? Dieter Tepel, Geschäftsführer der Kartoffel-Marketing GmbH, erklärt: „Viele Gerichte haben wir dem Erfindungsreichtum der Menschen aus harten Zeiten zu verdanken. So wohl auch die Kartoffelplätzchen. In dürrtigen Zeiten verwendete man die günstigen Kartoffeln gerne anstelle oder als Zusatz zum teureren Mehl. Außerdem waren und sind Kartoffeln ein gut zugängliches Lebensmittel und dazu noch lecker und gesund.“ Aber auch heute sind dem Erfindungsreichtum bei Rezepten von Kartoffel-Plätzchen keine Grenzen gesetzt: über bunte Verzierungen, verschiedenste Zutaten oder Gewürze sind viele Rezept-Variationen möglich.

Fettarm und glutenfrei für Naschkatzen und herzhaft Genießer

Je nach Rezept und Vorliebe wird nur wenig oder keine Butter benötigt. Oft braucht man noch nicht einmal Mehl, so sind auch glutenfreie Kartoffel-Plätzchen kein Problem. Süß zubereitet, kann man sie nicht nur als Plätzchen, sondern auch mit Vanilleeis oder Fruchtkompott als festliches Dessert servieren. Herzhaft gebacken, schmecken sie zum Beispiel als Beilage zum deftigen Weihnachtessen. Übrigens können die Plätzchen auch mit dem restlichen Kartoffelpüree vom Vortag zubereitet werden. Goldgelb im Ofen gebacken oder in einer Pfanne gebraten sind sie schnell servierfertig.

Wer Lust bekommen hat, selbst einmal Kartoffel-Plätzchen zu backen, findet hier zwei Rezepte zum Nachmachen. Weitere Informationen, tolle Rezepte und Tipps rund um die Kartoffel erhalten Sie zudem unter www.die-kartoffel.de.

Presseinformation

Herzhafte Kartoffelplätzchen



Über herzhafte Kartoffelplätzchen freuen sich vor allem Kinder beim Weihnachtsessen. Quelle: KMG (bei Verwendung bitte angeben)

Zutaten

500 g mehligkochende
Kartoffeln
2 EL Butter
1 EL Kartoffelstärke
1/2 TL Muskatnuss
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Zunächst die Kartoffeln in Salzwasser gar kochen, abkühlen lassen (geht auch am Vortag) und pellen. Zusammen mit der Butter, der Stärke und dem Muskatnusspulver in eine große Schüssel geben. Kräftig pfeffern und salzen und alles mit dem Kartoffelstampfer zu einem glatten Teig verarbeiten.

Backofen auf 160° C/Umluft vorheizen. Auf einer bemehlten Fläche den Teig mit den Händen auf eine Dicke von ca. 4 mm flachdrücken. Mit den Förmchen der Wahl Plätzchen ausstechen, mit einem Pfannenheber auf ein Backblech mit Backpapier legen und rund 25 Minuten lang backen. Fertig!

Panellets – katalanische Marzipan-Kartoffelplätzchen



Die katalanischen Kartoffel-Plätzchen „Panellets“ sind glutenfrei und machen sich auch auf dem Weihnachtsteller gut. Quelle: KMG (bei Verwendung bitte angeben)

Zutaten (20 Stück)

150 g mehligkochende
Kartoffeln

Zubereitung

Kartoffeln kochen und auskühlen lassen. Bio-Zitrone waschen und Schale abreiben. Die Mandeln mit dem Zucker und der Zitronenschale vermischen. Das Ei trennen und das Eigelb zusammen mit den

Presseinformation

200 g gemahlene Mandeln	Kartoffeln zu einer homogenen Masse stampfen. Diese nun zur Mandelmasse geben und alles gründlich verrühren.
200 g Zucker	
1 Bio-Zitrone	Den Backofen auf 160° C vorheizen. Pinienkerne auf einen Teller geben.
1 Ei	Mit den Händen Kugeln mit ca. 3 cm Durchmesser formen. Kurz auf einer Gabel durch das Eiweiß ziehen und anschließend die Pinienkerne rundum leicht andrücken. Etwa 20 Minuten backen, dabei wenn möglich den Grill zuschalten, damit die Pinienkerne eine leichte Röstung bekommen.
100 g Pinienkerne	

Über die KMG

Die Kartoffel-Marketing GmbH (KMG) wurde 2014 gegründet. Sie versteht sich als „Bündnis der Kartoffelprofis“ und repräsentiert die deutschen Speisekartoffelproduzenten und die Kartoffelhändler. Ihr Ziel ist es, die Verbraucher in Deutschland über die Vielseitigkeit und den hohen Wert der Kartoffel zu informieren. Zur KMG gehören der Deutsche Kartoffelhandelsverband e. V., die Bundesvereinigung Erzeugergemeinschaften Kartoffeln und der Verein Landvolk Niedersachsen – Landesbauernverbände e. V. Projekte der KMG werden von der Landwirtschaftlichen Rentenbank unterstützt.

Experten-Interviews:

Wir arbeiten mit zahlreichen Experten aus dem Kartoffelanbau und aus der Kartoffelproduktion zusammen, die Ihnen für Interviews zur Verfügung stehen. Bitte wenden Sie sich gerne an uns.

Pressekontakt:

agentur05 GmbH | Dimitra Tsiagidou
E-Mail: tsiagidou@agentur05.de
Tel.: 0221 925454-812
Sachsenring 81 | 50677 Köln



rentenbank
gefördert von der
Landwirtschaftlichen Rentenbank