

Presseinformation

Trifft auch den Geschmack der Kleinen: die Kartoffel

Zum „Iss-Dein-Gemüse-auf“-Tag am 17. Juni – Schmackhafte Kartoffelbrei-Eulen zum Nachmachen – Hübsche Kartoffelnudelnester für den Bolognese-Heißhunger



Zusammen zu kochen macht nicht nur Spaß, sondern bietet auch eine gute Gelegenheit, Kinder an gesunde Ernährung heranzuführen.

Quelle: Pexels/Daria Obymaha
(Bei Verwendung bitte angeben)

Berlin, 13. Juni 2019. Am 17. Juni 2019 ist „Iss-Dein-Gemüse-auf“-Tag. Er soll daran erinnern, wie gesund Gemüse ist und dass jeder so viel wie möglich davon essen sollte. Und dass eine gesunde Ernährung auch Spaß machen kann, lernen schon die ganz Kleinen – zum Beispiel mit dem Alleskönner aus der Gemüse-Abteilung: der Kartoffel. Die Experten der Kartoffel-Marketing GmbH liefern hier zwei leckere Rezepte für den Kinderteller, bei denen schon die Zubereitung für gute Laune sorgt.



Die Kartoffelbrei-Eulen sehen nicht nur gut aus, sondern schmecken auch Groß und Klein.

Quelle: Kartoffel-Marketing GmbH (Bei Verwendung bitte angeben)

mithelfen und stampfen, bis die Masse cremig wird. Mit Möhren- und Gurkenscheiben, Paprika, Mozzarellakugeln und Olivenstiften lassen sich dann Augen, Schnäbel, Flügel und Füße für die Nachtvögel formen.

Gesund und niedlich: Kartoffelbrei-Eulen

Wie lassen sich Kinder am ehesten an gesundes Essen heranzuführen? Mit Gerichten, die gut schmecken und toll aussehen. Denn das Auge isst mit, auch bei den lieben Kleinen. Wie wäre es mit lustigen Kartoffelbrei-Eulen? Diese sind leicht herzustellen: Einfach mit gekochten Kartoffeln, Milch, Butter, Muskat und Tomatenmark ein Püree zubereiten und geriebene Möhre daruntermischen. Hier können die kleinen Meisterköche schon kräftig

Das vollständige Rezept für die lustigen Kartoffelbrei-Eulen und ein anschauliches Video gibt es unter folgendem Link: <https://www.die-kartoffel.de/19-blog/rezepte/551-kartoffelbrei-eulen>.

Presseinformation



Die von Kindern heißgeliebte Sauce Bolognese passt auch hervorragend zu Kartoffelnudeln.

Quelle: Kartoffel-Marketing GmbH (Bei Verwendung bitte angeben)

Zudeln einmal anders

Gemüse als Teigalternative kennen viele schon mit Zucchini – Zudeln. Ein toller Partner zum Klassiker Sauce Bolognese sind aber auch Kartoffelnudeln, die sich spielend einfach mit dem Spiralschneider zaubern lassen. Hier können fleißige kleine Helfer die Nudeln herstellen, würzen und zu hübschen Nestern formen. Während diese im vorgeheizten Backofen garen, lässt sich die Sauce Bolognese mit Zwiebeln und Knoblauch, Sellerie, Möhren, Honig, Tomaten

und Gemüsebrühe kochen. Danach einfach die Nudelnester in eine gefettete Auflaufform setzen, mit Bolognese garnieren und Parmesan darüber reiben. Nach fünf Minuten bei 220 Grad Umluft sind sie lecker-knusprig.

Wer die schmackhaften Kartoffelnudelnester nachkochen möchte, findet das Rezept und eine einfache Videoanleitung hier: <https://www.die-kartoffel.de/19-blog/rezepte/554-kartoffelnudelnester-mit-sauce-bolognaise>.

Weitere Informationen, tolle Rezepte und Tipps rund um die Kartoffel gibt es zudem unter www.die-kartoffel.de.

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 – Landesbauernverband 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 | Christina Heibach
E-Mail: heibach@agentur05.de
Tel.: 0221 925454-816
Sachsenring 81 | 50677 Köln



rentenbank
gefördert von der
Landwirtschaftlichen Rentenbank