

Knusperkartoffeln mit Ketchup



Einmal Pommes mit Ketchup? Gern! Hier als knusprige Variante aus frischen Kartoffeln mit Polenta und selbstgemachtem Ketchup. Das passt ideal zu den Gemüse-Bratlingen und zum Ayran dieses Moduls.

Modul 10

Ganzjährig



Enthält keine kennzeichnungspflichtigen Allergene



Kosten pro Kind: bis 1 Euro

Zutaten | 12 Kinder

- 2 kg große Kartoffeln (festkochend/vorwiegend festkochend)
- 6 EL Olivenöl
- 3 EL Polenta (Maisgrieß)
- 1 EL Paprikapulver edelsüß
- Salz und Pfeffer
- 1 Apfel
- 1 Zwiebel (Größe wie Apfel)
- ca. 4 EL Wasser (Topfboden bedeckt)
- ca. 150 g Tomatenmark
- je zwei Prisen Salz, Zimt und Curry
- 1 TL Honig

Küchenwerkzeug

- 2 große Schüsseln
- Sparschäler (Y-Form)
- Küchenmesser
- Schneidebrett
- Rührlöffel
- 2 Backbleche mit Backpapier
- Küchenwaage
- kleiner Topf mit Deckel
- hohe Rührbecher
- Pürierstab

Zutaten | 2 Kinder + 2 Erwachsene

- 1 kg große Kartoffeln (festkochend/vorwiegend festkochend)
- 3 EL Olivenöl
- 3 TL Polenta (Maisgrieß)
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- Salz und Pfeffer
- 1 kleiner Apfel
- 1 kleine Zwiebel (Größe wie Apfel)
- ca. 2 EL Wasser (Topfboden bedeckt)
- ca. 75 g Tomatenmark
- je eine Prise Salz, Zimt und Curry
- ½ TL Honig

(Saisonale) Alternativen

Auch lecker: Rosmarin, Curry, gemahlene Koriandersamen oder getrockneter Majoran statt Paprikapulver.

Sommer: Pfirsich statt Apfel für den Ketchup.

Herbst/Winter: Statt Kartoffeln Wurzelgemüse wie Möhren, Pastinake oder Rote Bete.

Knusperkartoffeln mit Ketchup



1 Die Kartoffeln waschen, schrubben und schälen. Bei starker Verschmutzung erneut abspülen. Kartoffeln der Länge nach halbieren, längs in dicke Scheiben schneiden und in eine große Schüssel geben. Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.

2 Die Kartoffeln mit Öl vermengen. Anschließend Polenta, Paprikapulver und 3–4 Prisen Pfeffer untermischen. Die Kartoffeln auf zwei mit Backpapier belegte Backbleche verteilen. Für 20–30 Minuten backen, bis sie goldbraun und knusprig sind (Garprobe!).

3 Für den Ketchup: Den Apfel waschen, achteln und das Kerngehäuse entfernen. Apfelstücke grob würfeln. Die Zwiebeln waschen, Schale abziehen und kleinwürfeln.

4 Apfelstücke und Zwiebelwürfel in einen kleinen Topf geben, mit dem Wasser bei geschlossenem Deckel aufkochen und für etwa 5–10 Minuten auf kleiner Stufe weich köcheln. Die Mischung in einen hohen Rührbecher geben. Das Tomatenmark dazugeben und alles pürieren. Mit Zimt, Curry und Salz abschmecken und nach Bedarf mit Honig nachsüßen.

5 Die Knusperkartoffeln aus dem Ofen nehmen und mit Salz würzen.

Halbierte Kartoffeln auf die Schnittfläche legen, so lassen sie sich sicherer schneiden.

Kinder, die schon Zahlen lesen können, schalten mit Unterstützung den Ofen ein.

Für die Probe beurteilen die Kinder die Farbe der Kartoffeln mit Abstand durchs Ofenfenster. Holen Sie einige Kartoffelscheiben aus dem Ofen. Vorsicht vor dem heißen Dampf beim Öffnen des Ofens! Die Kinder probieren die abgekühlten Scheiben und entscheiden, ob sie gut sind.

Zeigen Sie das Achteln und Entkernen des Apfels immer auf einem Schneidebrett. Das gibt den Kindern mehr Sicherheit.

Die Kinder schmecken den Ketchup alle gemeinsam ab. Gibt der Apfel ausreichend Süße, kann der Honig sparsamer eingesetzt werden.

Jedes Kind salzt seine Kartoffelscheiben vorsichtig selbst.

Tipps & Tricks

Nach der Hälfte der Zeit gewendet, werden die Kartoffeln von allen Seiten schön goldbraun. Ein Blech mit vielen unterschiedlichen, vielleicht auch bunten Kartoffelsorten macht optisch was her und lädt zur Sinnesschulung ein.

Kartoffeln stammen ursprünglich aus den Anden. Es gibt sie in Tausenden Sorten. Festkochende Sorten eignen sich gut für Salate oder Pellkartoffeln. Mehlig kochende sind ein Klassiker im Püree oder Stampf.

