



Linda und ihre Schwestern

Die Vereinten Nationen haben 2008 zum „Jahr der Kartoffel“ erklärt – Karsten Ellenberg aus Barum freut's

Von Ines Bräutigam

Das wird ein gutes Kartoffeljahr! Karsten Ellenberg strahlt. Doch meint der Biolandwirt aus Barum weniger die für dieses Jahr bevorstehende Knollenernte – schließlich verfügt er nicht über hellseherische Fähigkeiten und weiß, dass der Kartoffelertrag eines Jahres auch maßgeblich von der Witterung abhängig ist. Und die ist nunmal nicht beeinflussbar. Vielmehr ziehen sich Ellenbergs Mundwinkel in Richtung Ohren, weil die Vereinten Nationen dieses Jahr zum „Jahr der Kartoffel“ ausgerufen haben.

„Es ist gut, wenn man sich über die Ernährung Gedanken macht“, findet Karsten Ellenberg. Vorallem die Kartoffel bietet genügend Anregungen. „Da ist viel drin“, sagt der Landwirt, und er muss es wissen. Ellenberg baut auf seinem Hof nämlich nicht nur die gelb- bis weißfleischigen Klassiker an. Er holt auch

min-C-Bomben. Nicht zu verachten ist auch der Anteil an Magnesium, Kalium und Eisen – wichtig für Nerven, Blutbildung und den Wasserhaushalt im Körper. Und das Beste: Entgegen der landläufigen Meinung sind Erdäpfel keine Dickmacher. 100 Gramm enthalten gerade mal 70 kcal. „Bei den Seefahrern waren die Kartoffeln damals sehr beliebt“, weiß Karsten Ellenberg. „die brauchten nicht viel anderes.“ Dabei hatte es die Kartoffel in ihren Anfängen schwer. Von den Indiern sozusagen „erfunden“, fand sie den Weg nach Deutschland erst 1621. Ihren Wert als Nahrungsmittel erkannte erst Friedrich der Große in der zweiten Hälfte des 18. Jahrhunderts. Allerdings musste er der Bevölkerung die Angst vor der Kartoffel nehmen, die bis dahin als giftige Pflanze galt.

Mit allen Mitteln kämpfte Friedrich der Große für einen Anbau der Kartoffel: Er ließ Felder anlegen und von Soldaten bewachen – allerdings sollten die nur halbherzig hinschauen, damit die Bauern Gelegenheit bekämen, sich von der Kostbarkeit der

kennt, frisst er nicht.“ Das Ende vom Lied: Die Bauern hatten heimlich die Kartoffeln geklaut, gekostet und schließlich selbst angebaut. Mit Verordnungen für den Kartoffelanbau – unter anderem der „Circular-Ordre“ vom 24. März 1756 – verhalf der König der Kartoffel zum Durchbruch.

So populär die Knolle auch hier zu Lande ist – ernährungsphysiologisch sei da noch jede Menge zu entwickeln, meint Karsten Ellenberg. „Es gibt Untersuchungen, nach denen dunkles Gemüse gesünder ist als helles“, sagt er. Blaufleischige, rote, ja, lila farbene Kartoffeln haben also Potenzial. Allerdings sind sie noch nicht in aller Munde, haben es gegen die klassischen Formen und Farben schwerer. „Aber das ist alles eine Frage des Wissens“, resümiert Ellenberg und hofft, dass das „Jahr der Kartoffel“ auch diese Sorten mehr ins Bewusstsein der Verbraucher rückt. „Das gibt am Ende mehr Möglichkeiten für den Handel, aber auch mehr Möglichkeiten für den Genuss.“

Besonders ans Herz gewachsen ist dem Barumer die Kartoffelsorte Linda. Für sie hat er, wie berichtet, eine Rettungsaktion ins Leben gerufen und damit bundesweit Aufsehen erregt. Denn Linda soll vom Markt genommen werden. Ellenberg aber hat eine Neuzulassung beantragt, über die voraussichtlich im Herbst entschieden wird. Auch in dieser Hinsicht „ein gutes Kartoffeljahr“, hofft er.

Für ihn zählt vor allem eines: Vielfalt auf dem Kartoffelmarkt. Und der Verbraucher soll bestimmen können, was er auf den Teller bekommt. Linda gehört seiner Meinung nach dazu. Und sollte die Liebessorte der Deutschen tatsächlich im „Jahr der Kartoffel“ von der Bildfläche verschwinden? „Ich kann mir das nicht vorstellen“, schüttelt Karsten Ellenberg den Kopf. Aber vorsichtshalber hat er die Neuzulassung der Linda auch in Großbritannien beantragt. „Und es wäre ja eine Farce, wenn die Sorte dort zugelassen würde und hier nicht...“

Die Kartoffel, sie sei „eine dankbare Frucht“, sagt der Experte. Sie lässt sich überall anbauen, ist ernährungsphysiologisch ganz vorn dabei und gut zu lagern. „Das wahre Gold der Inkas eben“, spielt der Barumer auf die Geschichte der Kartoffel an. Denn entdeckt wurde sie von den Bewohnern der Anden, die die Kartoffeln „papas“ („Knollen“) nannten. Auf ihrem Weg nach

Europa gaben ihr wahrscheinlich die Italiener den Beinamen „Trüffel“, auf italienisch: „Tartufo“. Im Deutschen wurde dann weiter abgewandelt: „Tartuffel“, „Artuffel“, „Artoffel“ und dann: Kartoffel.

Der Botaniker Caspar Bauhin nannte die Knolle dann „solanum tuberosum esculentum“, was soviel bedeutet wie

heren Zeiten wusste man die vielfältigen Verarbeitungsmöglichkeiten zu schätzen: Goeethe verrät's: „Morgens rund, mittags gestampft, abends in Scheiben, dabei soll's bleiben. Das ist gesund!“

„essbarer knolliger Nachtschatten“. Für die Umgangssprache sah er den Namen Grübling vor – allerdings hat der sich nie durchgesetzt.

Gigantische 280 Millionen Tonnen Kartoffeln werden alljährlich auf der Welt geerntet und vermarktet. Damit ist die Kartoffel eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel unter anderem in Europa und allgegenwärtig auf Wochenmärkten, in Supermärkten und auf dem hiesigen Speiseplan. Der deutsche Bürger ist „Pudels“-Liebhaber: Er verbraucht im Durchschnitt etwa 70 Kilo Kartoffeln pro Jahr.

Doch nicht nur pur ist die Erdfrucht eine Wucht. Sie hat viele Gesichter: Es gibt sie in Pulverform für Püree, tiefgekühlt als Pommes frites und auch halb und ganz fertig gegart als Klößchen im Kühlregal. Schon in frü-

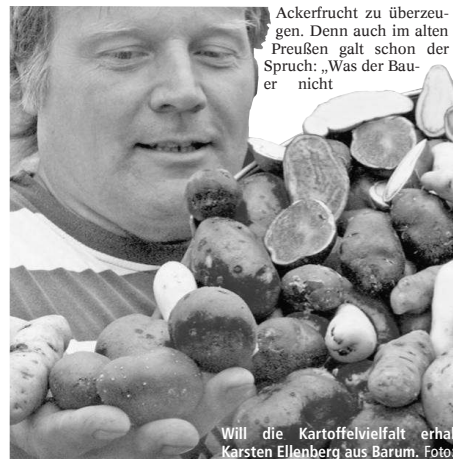


blaue, rote und lila Kartoffeln aus dem Acker. Und jede hat ihren eigenen Charakter – die einen schmecken butterig, die anderen nussig, es gibt welche, die beim Kochen zerfallen und andere, die fest bleiben. Aber eines haben sie alle gemeinsam: Durch ihren hohen Gehalt an Stärke sättigen sie gut und sind echte Vita-

großflächigen Anbau der Kartoffel: Er ließ Felder anlegen und von Soldaten bewachen – allerdings sollten die nur halbherzig hinschauen, damit die Bauern Gelegenheit bekämen, sich von der Kostbarkeit der



Das Ende der Linda erregte bundesweites Interesse – hier im August 2005 auf einem Acker bei Bornsen. Foto: Rabsahl



Will die Kartoffelvielfalt erhalten: Karsten Ellenberg aus Barum. Foto: dpa



Die Kartoffel regte auch Künstler an: Robert Warthmüller malte 1886 das Gemälde „Der König überall“.



Wie ein geometrisches Kunstwerk: ein frisch angehäufelter Kartoffelacker. Fotos (4): pixelio.de

Die Kartoffel – da steckt was drin!

Die Speisekartoffel (*Solanum tuberosum*) gehört der Gattung Nachtschattengewächse (*Solanaceae*) an und ist verwandt mit Paprika, Tomaten, Auberginen und Tabak. Wie bei den Nachtschattengewächsen üblich, enthält auch die Kartoffelpflanze Giftstoffe: Bei einem Verzehr von Wachstumsteilen der Erdoberfläche oder den Trieben aus den Knollen droht daher Vergiftungsgefahr.

Kartoffeln bestehen zu etwa 15 Prozent aus verdaulichen Kohlenhydraten. Die Knollen dienen von Natur aus der vegetativen Fortpflanzung und speichern zu diesem Zweck kostbare Stärke. Wer Kartoffeln nicht schält, sondern nur bürstet und auch die Schale mit genießt, liefert seinem Körper übrigens zusätzliche Ballaststoffe, die kalorienmäßig nicht ins Gewicht fallen, vom Darm aber freudig begrüßt werden.

Der Gehalt an Vitaminen und Mineralstoffen in der Kartoffel wächst mit zunehmender Reife. Mit Lagerdauer nimmt er wieder ab. Die Hälfte des täglichen Bedarfs an Vitamin C können durch 300 g Kartoffeln gedeckt werden. Von der Vitamin-B-Gruppe, wichtig für Haut, Haare und Nägel, enthalten die Erdäpfel Niacin, Pantothensäure und Vitamin-B1, Vitamin-B2 und Vitamin-B6.

Beachtlich ist auch der Anteil an Magnesium, Kalium und Eisen in der Kartoffel.