

Werkstuk Scholieren.com

## Werkstuk Biologie Aardappelen

*anoniem*

### AARDAPPELEN

Aardappels lijken helemaal niet op appels, ze groeien niet aan de bomen en het is geen fruit.

Knollen zijn delen van de plantenstengel die onder de grond groeien en rijpen. Sommige knolgewassen zoals de aardappel vormen belangrijke voedselproducten. Ze spelen een waardevolle rol als goedkoop onderdeel van het basismenu.

**Win**

een weekend Breda met 3 vrienden en...

ontdek de leukste studentenstad van het zuiden!

**KLIK HIER →**

**OPEN DAG 7 november a.s.**

Aangeboden door:

**NHTV** internationaal hoger onderwijs Breda



een weekend Breda met 3 vrienden en...  
Ontdek de leukste stad van het zuiden!  
Aangeboden door:  
NHTV Internationaal hoger onderwijs Breda  
OPEN DAG 7 november a.s.

**scholieren**  
.com

Aardappels groeien in vrijwel ieder landbouwgrond, behalve op hele zware klei. Goede afwatering is essentieel en goede mineralenrijke grond levert in het algemeen de beste kwaliteit aardappels.

De aardappel behoort tot de nachtschade achtigen, tot die familie behoren ook de tomaat, paprika, aubergine en de rode peper.

Ondergronds maakt de aardappel plant wortels en zijstengels, aan de zijstengels komen de aardappels.

Per plant kunnen twaalf tot vijftien aardappelknollen worden geoogst.

Van oorsprong zijn aardappels inheems, in de dalen van het hoge Andes gebergte in Bolivia, Chili en Peru.

Tegen het midden van de 16de eeuw werd de aardappel populair als volksvoedsel in Europa.

Aardappels worden vers verkocht, of verwerkt tot aardappelproducten zoals:

- Pureepoeder;
- chips;
- diepgevroren frites.

### **Waar is de aardappel voor geschikt?**

Nog steeds is de aardappel bij veel mensen favoriet.

Velen hebben de veelzijdigheid van de aardappel ontdekt.

Bakken, frituren, pureren, gratineren of grillen; met de aardappel kan dat allemaal.

En dan hebben we het nog niet eens over lekkernijen als frites, rösti, of kroketten.

De aardappel past met zijn vele toepassingen uitstekend in het moderne voedingspatroon.

Er zijn vele recepten voor bereiding op het fornuis, in de oven, frituur, magnetron of voor het maken van salades.

Van snelle snack tot culinair hoogstandje.

De pieper past ook zeer zeker in hedendaagse voedingsadviezen als `wees matig met vet` en

`Eet volop zetmeel en vezels`.

### **De zoete aardappel.**

De zoete aardappel, is afkomstig uit Zuid-Amerika.

Het is een knolgewas dat soms wordt verwisseld met de gewone aardappel.

De zoete aardappel groeit het best in subtropisch en warm gematigd klimaat.

Net als de andere knolgewassen bevat de zoete aardappel veel koolhydraten en

bovendien de vitaminen A en C.

Ze worden gekookt als groenten en vaak verwerkt in vullingen voor (hartige) taarten.

### **Rassen.**

Er bestaan wel 150 aardappel rassen in Nederland.

De bekendste zijn Bintje en Eigenheimer.

Ze verschillen in kleur, vorm en smaak.

Er zijn 2 soorten; vaste en bloemige aardappels.

Een vastkokende blijft heel bij het koken, in schijfjes en blokjes kunnen ze worden gebruikt om te bakken, frituren of voor salades en ovenschotels.

Bloemig wil zeggen dat de aardappel bij het koken langzaam uit elkaar valt.

Enkele aardappelrassen zijn:

Eersteling. – Gele schil en ovale vorm.

Vast in het koken met een goede smaak.

Het is geen bewaaraardappel, kiemt vrij snel.

Verkrijgbaar van mei tot sept.

Eigenheimer. – Lichtgele schil met ovale, onregelmatige vorm.

Geschikt voor puree en om te koken.

Bloemig, kruimig en goed van smaak.

Verkrijgbaar van juli tot mei.

Bintje. – Gladde lichtgele schil en lang ovale vorm.

Voor alle doeleinden te gebruiken.

Vast in de kook. Neutraal van smaak.

Verkrijgbaar vrijwel het gehele jaar.

Biltstar. – Rode schil en ronde vorm.

Iets bloemig.

Verkrijgbaar van nov. tot mei.

Irene. – Rode schil en ronde vorm.

Wat los in het koken.

Verkrijgbaar van sept. tot mei.

Dore. – Bruingele schil en ronde ovale vorm.

Vroege aardappel. Iets kruimig, goede kookkwaliteit.

Verkrijgbaar van juni tot okt.

### **Bewaren**

Het beste bewaart men thuis de aardappelen in een kartonnen doos of kist, in een koele, donkere en droge ruimte.

In een plastic zak gaan de aardappels broeien en lopen snel uit.

De bewaartijd hangt af van de bewaaromstandigheden.

In een vochtige ruimte kunnen ze gaan rotten, door licht worden ze groen en bij een hoge temperatuur lopen de aardappels sneller uit.

### **Inkoop**

Bij het kopen van aardappelen is een keus te maken uit geschilde, ongeschilde en voorbewerkte aardappelproducten.

Bij verse aardappelen is de keus uit:

- Vroege of late aardappels (seizoen gebonden)
- Verschillende rassen
- Verpakte of onverpakte aardappels

### **Voedingswaarde van de aardappel.**

De aardappel bevat namelijk geen vet en is rijk aan: zetmeel  
voedingsvezel  
vitamine C.

De aardappel is een prima leverancier van vitamine C.  
Daarnaast levert hij ook vitamine B en koolhydraten uit zetmeel.  
Het eiwit gehalte is niet hoog.