



AARDAPPEL WIJZER

Vind de perfecte aardappel.

BRON VAN VEZELS, VITAMINES B EN C,
EIWIT, IJZER EN MINERALEN.



Puur Voordeel. Puur



Uw aardappelkeuze heeft invloed op hoe uw gerecht gaat smaken. Zo is stampot lekkerder met een kruimige aardappel. En patat lekkerder met een steviger aardappel. Wilt u nooit mispakken? Gebruik deze handige aardappelwijzer om het kooktype en de verkrijgbaarheid op te zoeken van aardappelen die bij Poiesz te koop zijn. Natuurlijk kunt u ook uw Poiesz groenteman om tips en adviezen vragen, want nergens vindt u meer kennis van én keus in aardappels dan bij Poiesz.

1. BILDSTAR |

Een veelzijdige aardappel die z'n naam dankt aan de Friese streek 'het Bildt' waar hij nog steeds verbouwd wordt. De Bildstar is in het Noorden erg geliefd. Hij blijft heel bij het koken en is iets kruimig op het bord.

Kooktype: vrij vastkokend

Verkrijgbaar: augustus t/m mei/juni



2. IRENE |

Een vorstelijk lekkere aardappel. Heerlijk voor winterkost. De Irene wordt vooral in het Noorden geteeld én gegeten. U kunt ze het beste in een klein laagje water langzaam gaar stomen.

Kooktype: zeer kruimig

Verkrijgbaar: oktober t/m mei

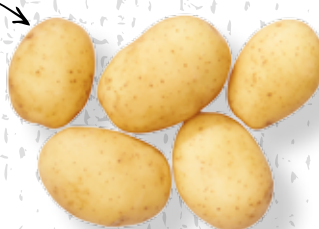


3. FRIESLANDER |

Een zeer vroege aardappel van Hollandse bodem. De aardappel blijft heel bij het koken en is iets kruimiger op het bord dan de Bildstar. Een prima aardappel voor het maken van lekker dikke frieten.

Kooktype: kruimig

Verkrijgbaar: juni/juli t/m september/oktober



4. BORGER |

Het aardappelras Eigenheimer wordt vaak Borger genoemd. Deze aardappel komt van oorsprong uit de Groningse klei, uit het dorp Borgercompagnie. Deze aardappel kan tijdens het koken uit elkaar vallen.

Kooktype: zeer kruimig

Verkrijgbaar: juli t/m maart/april



5. RODE STAR |

De Rode Star is van oorsprong een Friese aardappel, die met name op de vruchtbare zeeklei van 'het Bildt' in Friesland geteeld wordt. Een legende voor de echte fijnproever. Blijft na het koken redelijk stevig.

Kooktype: zeer kruimig

Verkrijgbaar: oktober/november t/m februari/maart



6. MALTA |

Deze kruimige aardappel wordt op traditionele wijze geteeld en verwerkt op het eiland Malta met pootaardappelen uit onder andere de Bildtstreek. Dit komt tot uiting in de 'puike' smaak en kwaliteit.

Kooktype: kruimig

Verkrijgbaar: maart t/m juni

7. OPPERDOEZER RONDE |

De Opperdoezer Ronde is een speciale aardappel die geteeld wordt rondom het Noord-Hollandse dorp Opperdoes. Hij is onregelmatig van vorm en heeft diepliggende ogen. Deze vastkokende aardappel is een ware delicatessen voor de fijnproever. Door zijn kwetsbare schil wordt deze aardappel met de hand gerooid en gesorteerd.

Kooktype: vastkokend

Verkrijgbaar: juni/juli t/m september



8. DORÉ |

Eén van de vroegst geteelde aardappelen rond het Middellandse Zeegebied. Vanaf mei kunt u al genieten van deze primeuraardappel. Ook in Nederland is de Doré één van de eerste aardappelen. Hij wordt met name geteeld in Zeeland en op de Zuid-Hollandse eilanden. Het is een kruimige, smakelijke zomeraardappel.

Kooktype: zeer kruimig

Verkrijgbaar: april/mei t/m september



Puur Voordeel. Puur



AARDAPPEL RECEPTEN

ZELFGEMAAKTE FRIESLANDER FRIETEN

Maak 8 grote Frieslander aardappelen met water schoon. Snijd ze nu met schil en al in lange, duimdikke repen. Leg ze in een schone keukendoek en dep ze goed droog. Verwarm de oven voor op 75°C. Verwarm de olie in een frituurpan tot maximaal 180°C. Frituur - in porties - de frieten in een paar minuten lichtgeel. Spreid ze daarna uit over de bakplaat. Houd ze warm en krokant in de oven tot alle frieten gebakken zijn. Bestrooi de frieten met zout en eventueel wat peper. Serveer de zelfgemaakte Frieslander frieten met lekkere mayonaise.



AARDAPPELPUREE

Kook de aardappels in circa 20 minuten gaar in water met zout. Giet af en stoom ze kort droog. Stamp ze, knijp fijn in een pureeknijper of wrijf door een zeef. Voeg beetje bij beetje warme melk toe. Roer de boter er met een pollepel door tot een luchtige puree. Breng op smaak met zout, peper en nootmuskaat.

VARIATIE

Gebruik voor een mediterrane aardappelpuree olijfolie in plaats van boter en voeg 2 teentjes fijngehakte knoflook, fijngehakte lente-/bosui en reepjes gedroogde tomaat toe. Vervang de boter door crème fraîche en voeg fijngehakte salie en grove mosterd toe.



AARDAPPEL WEETJES

De aardappel wordt vaak gezien als oer-Hollands, maar komt officieel uit Zuid-Amerika. Daar is-ie rond 1536 ontdekt en meegenomen door Spaanse ontdekkingsreizigers. Pas in 1727 werd de aardappel voor het eerst in het Noorden als voedsel erkend en op grotere schaal verbouwd.

Haal aardappelen die in een plastic zak worden verkocht thuis uit deze zak. Het plastic verhindert het 'ademen' van de aardappelen. Bewaar in plaats hiervan de aardappelen in een krat, mand of jutezak op een donkere en koele plaats.

Als u tussen de aardappelen een paar appels bewaart, vertraagt u het uitlopen van de aardappelen.

De aardappel is geen dikmaker. Wel een natuurlijke energiebron en bron van vezels, vitamines B1, B6 en C, eiwit, ijzer en mineralen. Hoe dunner u schilt, des te meer blijft er van dit goede bewaard.

Buiten Nederland wordt de aardappel als groente gezien en ook samen met rijst of pasta gegeten. Want de aardappel bevat diverse vitamines en mineralen die van nature niet in pasta en rijst voorkomen.

GEKOOKTE AARDAPPEL

STAP VOOR STAP DE LEKKERSTE PERFECT GEKOOKTE AARDAPPEL.

1. Schil en snijd de aardappel in gelijke stukken. Spoel ze af met stromend koud water.
2. Doe ze in een pan met water (net bedekt) met een snuf zout. Kook de aardappelen in 15-20 min gaar.
3. Giet de aardappelen af. Zet de pan terug op laag vuur en stoom ze in 30 sec droog.



SIMON FEITSMA, WARESTERMOLEN
RAS: BILDSTAR



PIET WIERSEMA, SPIJK
RASSEN: BILDSTAR EN IRENE



REINDER HOOGENHOUT, KIMSWERD
RASSEN: BILDSTAR EN IRENE

AARDAPPELEN UIT HET NOORDEN

De kleigronden van het Noorden zijn perfect voor aardappelteelt. Veel aardappellrassen bij Poiesz komen bij telers en toeleveranciers uit de buurt vandaan. Want wat je niet van ver haalt, is verser.



Puur Voordeel. Puur

