

Der Blick über den Tellerrand

Garten und Ernährung im rasanten Wandel



Februar 2022

Das Ende der 1940er- Jahre: Überlebensmittel Kartoffel.

Nach der Währungsreform 1948 füllten sich die Läden recht rasch mit Konsumgütern und Lebensmitteln. Dennoch lebten die meisten Menschen aus Geldnot von den Rationen der zugeteilten Lebensmittelkarten. Brot, Kartoffeln, Fett, Zucker, Salz, Kaffee-Ersatz und etwas Fleisch waren darüber zu erhalten. Für Erwachsene war so die Versorgung mit 1500 Kilokalorien täglich gewährleistet. Kinder wurden durch Schulspeisungen vor Unterernährung bewahrt. Neben Brot waren Kartoffeln noch einige Jahre die wichtigste Kohlenhydrat- und Nährstoffquelle. Um die Sortenreinheit nicht zu gefährden, war die Vermehrung aus eigener Ernte und damit der private Kartoffelanbau verboten.

Die Landwirtschaft konnte massenhaft und günstig liefern. Die Knollen gehörten vor 1950 mit rund 15 Pfennigen pro kg zu den billigsten Lebensmitteln. Jährlich wurden über 200 kg Speisekartoffeln pro Person konsumiert. Heute sind es unter 60 kg und davon mehr als die Hälfte verarbeitete Produkte. Schon damals gab es ideenreiche Zubereitungen, z.B. wurden Schälreste getrocknet und zu Mehl für Gebäck vermahlen. Meist wurde allerdings mit Schale gekocht und gegessen (Schalkartoffeln). Derzeit wird das Pelln vor dem Verzehr empfohlen, da in der Kartoffelschale geringe Mengen unverträgliche Stoffe wie Solanin enthalten sind. Heute wie damals ein leckerer, gesunder Imbiss (2 Personen): 400 g gekochte, gepellte Kartoffeln und einige Tomatenscheiben in einer Auflaufform mit einem Quarguss aus 125 g Magerquark, 1 Ei, etwas Milch/Mineralwasser und Gewürzen/Kräutern übergießen, bei 200 °C, 20-25 Min. überbacken. Guten Appetit!

Dieser Teil der Nachkriegsgeschichte ist im Siedlungsdoppelhaus der Königsberger Straße anschaulich dokumentiert.