



**OREGON
DEPARTMENT OF
AGRICULTURE**

XIN GIỚI THIỆU... KHOAI TÂY OREGON

Khoai tây chính là loại rau củ tiêu biểu cho tiểu bang Oregon. Với 376 trang trại trải dài trên diện tích 45,000 mẫu (18,200 ha), tại Oregon, khoai tây được trồng nhiều hơn so với bất kỳ loại rau nào khác: 2.75 tỷ pound (1.2 nghìn tỷ kg) vào năm 2023. Oregon là tiểu bang có sản lượng khoai tây cao thứ 4 của Hoa Kỳ.

Người ta có thể nướng miếng nhỏ, nướng nguyên củ, luộc hoặc chiên khoai tây. Có nhiều cách để thưởng thức loại rau củ này: để nguyên vỏ hoặc gọt vỏ, nguyên củ hoặc cắt nhỏ, có gia vị hoặc không gia vị, ăn nóng hoặc ăn nguội, dùng làm món chính hoặc món ăn kèm ngon miệng. Khoai tây với nhiều mục đích sử dụng đã trở thành một phần của nhiều nền ẩm thực trên khắp thế giới.

Hầu hết khoai tây Oregon (khoảng 80%) được chế biến thành các sản phẩm đông lạnh, khoai tây chiên hoặc các sản phẩm khoai tây sấy khô. Trên toàn quốc, 39% khoai tây được đông lạnh, 26% ở dạng tươi, 22% được chế biến thành khoai tây chiên và 7% được sấy khô.



CHẾ BIẾN KHOAI TÂY HIỆU QUẢ

Oregon là xuất xứ của hơn 10 đơn vị chế biến khoai tây. Việc tập trung nhiều loại hình đơn vị chế biến khác nhau sẽ mang đến hệ thống thực phẩm bền vững và đáng tin cậy hơn. Hệ thống thực phẩm chỉ có khả năng lưu trữ, phân phối và tiêu thụ một lượng khoai tây tươi nhất định. Các đơn vị chế biến thực phẩm có thể biến khoai tây tươi thành các sản phẩm một cách hiệu quả với thời gian bảo quản lâu hơn, và được các nhà hàng sử dụng, người tiêu dùng thưởng thức hoặc chế biến thêm thành các sản phẩm mới dễ dàng hơn. Các loại hình đơn vị chế biến khác nhau sử dụng các loại khoai tây hoặc phần khoai tây khác nhau để đảm bảo không lãng phí phần nào của củ khoai tây. Những củ khoai tây không đúng kích thước hoặc hình dạng đối với đơn vị chế biến này, chẳng hạn như máy làm khoai tây chiên, sẽ được chuyển đến một đơn vị chế biến khác để làm sản phẩm khác, chẳng hạn như sản phẩm khoai tây sấy khô.

Tinh bột khoai tây có thể được tái chế một cách sáng tạo để làm dụng cụ ăn uống, chẳng hạn như đĩa, và sẽ phân hủy theo thời gian. Ngay cả phần vỏ và miếng khoai tây không đạt yêu cầu của đơn vị chế biến thực phẩm đôi khi cũng được dùng làm thức ăn động vật, như lợn và gia súc.

DINH DƯỠNG

Khoai tây là một trong những thực phẩm nhiều dinh dưỡng nhất mà quý vị có thể ăn. Khoai tây có ít calo hơn bưởi, nhiều kali hơn chuối và nhiều sắt hơn bất kỳ loại rau củ nào khác. Khoai tây giàu carbohydrate, đây chính là một nguồn năng lượng tuyệt vời. Khoai tây cũng là nguồn chất xơ tuyệt vời, rất quan trọng cho sức khỏe đường ruột và tim mạch. Đây cũng là nguồn vitamin C và B6 rất tốt, đồng thời không chứa cholesterol, ít muối và không có chất béo.

Khoai tây là loại rau củ có mật độ dinh dưỡng cao, cung cấp năng lượng, kali và vitamin C. Các vận động viên sức bền trên toàn thế giới và người bình thường đang nỗ lực giữ dáng đẹp đã khám phá ra giá trị dinh dưỡng của khoai tây.



CÁC GIỐNG KHOAI TÂY

KHOAI TÂY NÂU (RUSSET)

Khoai tây nâu là loại được trồng rộng rãi và nổi tiếng nhất ở Oregon. Loại này có vỏ màu nâu và thịt màu trắng. Chúng có kích thước lớn và kết cấu khô, mềm mịn. Các đầu bếp và người nấu ăn tại nhà đều yêu thích loại này vì chúng có hương vị tuyệt vời khi nướng hoặc nghiền.

Khoai tây nâu được trồng rộng rãi ở Oregon vì khả năng chịu đông lạnh và mất nước rất tốt. Nhiều loại khoai tây nâu đã được phát triển trong hơn một thế kỷ rưỡi vừa qua, đặc biệt là để phục vụ chế biến. Các nhà nghiên cứu của Oregon trên khắp tiểu bang đang tập trung phát triển giống khoai tây nâu tốt nhất để làm ra các sản phẩm khoai tây đã qua chế biến tốt nhất.

KHOAI TÂY ĐỎ

Khoai tây đỏ có vỏ đỏ và ruột trắng. Khi nấu, loại này cứng hơn, có kết cấu mịn mượt và vị ngọt hơn so với khoai tây nâu. Khoai tây đỏ là loại có kích thước tương đối nhỏ.

KHOAI TÂY TRẮNG TRÒN ĐỂ CẮT NHỎ

Oregon trồng nhiều giống khoai tây đặc biệt, được nhân giống đặc biệt để làm ra khoai tây chiên ngon nhất. Những loại khoai tây đặc biệt để chiên như vậy gồm có Atlantic, Waneta và Lamoka.

KHOAI TÂY VÀNG

Khoai tây vàng có vỏ và ruột màu vàng. Giống này có nhiều kích thước khác nhau, tuy nhiên kết cấu mịn và ngậy như bơ không hề thay đổi.

Chúng rất phù hợp để làm khoai tây nghiền hoặc nướng hay nấu súp.

KHOAI TÂY NGÓN TAY (FINGERLING)

Khoai tây ngón tay dài và có đường kính hẹp. Giống này có nhiều màu sắc: đỏ, cam, tím và trắng. Các giống khoai tây ngón tay mang đến sự thích thú gồm có Purple Fiesta, French Fingerling và Russian Banana. Vì ít được trồng và sử dụng hơn, nên các giống nhiều màu sắc càng trở nên đáng chú ý hơn. Những giống khoai tây này rất đẹp khi nướng nguyên củ hoặc cắt lát cho vào salad.



Tìm hiểu Thêm

Ủy ban Phụ trách Khoai tây Oregon:

oregonspuds.com

Khoai tây Hoa Kỳ:

potatoesusa.com

10/2024

Chương trình Phát triển và Tiếp thị Nông nghiệp



**OREGON
DEPARTMENT OF
AGRICULTURE**

635 Capitol Street NE
Salem, OR 97301-2532 USA

503-986-4725

Ag.Market@oda.oregon.gov

Oregon.gov/ODA