



Tofu & Soja-Anbau in Deutschland

NUR FLEISCH-ERSATZ WAR GESTERN

Für die einen ist Tofu nur ein Fleisch-Ersatz, für die anderen ist er ein geschmacklich eigenständiges Lebensmittel – das den täglichen Speiseplan bereichert. Trotz gestiegener Anbauflächen wird bislang nur rund ein Prozent der jährlich in Deutschland benötigten Sojabohnen im Land produziert. **Ira Schneider** hat Tofu-Produzenten und Anbau-Projekte hierzulande aufgespürt, die regional, nachhaltig und gentechnikfrei wirtschaften.

Am Anfang eines guten Tofus steht die Sojabohne. Sie wird eingeweicht, mit Wasser vermahlen und unter hohem Druck aufgekocht. Der eiweißreiche Sojabohnensaft, der auch gerne landläufig als Sojamilch bezeichnet wird, ist das Ergebnis. Der Saft wird – ähnlich wie beim Käsemachen – durch Zugabe von Gerinnungsmitteln (Calciumsulfat oder Nigari) dickgelegt. In einem Presskasten wird der ausgeflockte Sojabohnensaft anschließend zu Tofu-Blöcken verarbeitet. In Asien gehört der »Bohnenquark« oder »Bohnenkäse«, wie der Tofu auch früher einmal genannt wurde, zweifelsohne zum kulinarischen Erbe und seit Jahrtausenden bereits zum Speiseplan.

Anders als bei uns, wo Tofu im Zuge der Vegetarisch- und Vegan-Welle zum alter-

nativen Fleischprodukt stilisiert wurde, sieht man ihn in der asiatischen Küche als Grundnahrungsmittel und bereichert mit ihm auch Fleischgerichte. Das Herstellen eines guten Tofus ist eine wahre Handwerkskunst, die in den landestypischen Garküchen ihre Vollendung erfährt. Als Suppeneinlage, in scharfe Saucen eingelegt, fermentiert oder auch gebraten kommt die geschmacklich wenig dominante Masse aus Sojabohnenquark, die es in verschiedenen Konsistenzen gibt, auf mannigfache Art und Weise zur Geltung.

Junge, kreative Manufakturen

Gerade die Vielseitigkeit des Produkts macht es für kleine Tofureien, die sich auch hierzulande überall gründen, interessant, mit dem Sojabohnenquark zu experimen-

tieren und neue Köstlichkeiten zu kreieren. In Küsten sitzt die Tofurei Wendland. Hier haben sich 2013 vier Tofu-Begeisterte zusammengetan, um gemeinsam mehr zu erreichen. Seine Bio-Sojabohnen bezieht das Kollektiv ausschließlich aus Niederösterreich. Den Natur-, Räucher- und Sesamtofu gibt es in der Region Lüchow, Hamburg, Bremen in verschiedenen Läden und auf Märkten zu kaufen.

In Karlsruhe findet man die »TofuManufaktur« von Carolin Groh. Ihre Biosojabohnen bezieht die Tofu-Macherin aus der Rheinebene, gerade 45 Kilometer von Karlsruhe entfernt, und zaubert daraus frischen Tofu, den sie naturbelassen und wahlweise mit Gewürzen, Samen oder Meeresalgen verkauft. Auch mariniert, frittiert oder geräuchert über Buchenrauch sind die Kreationen zu haben.

Taifun-Tofu und die 1 000 Gärten-Initiative

Mit einer kleinen Tofurei und einem Stand in der Freiburger Markthalle vor über 30 Jahren hat alles angefangen. Mittlerweile ist Taifun-Tofu einer der größten Bio-Tofu-Hersteller Europas und produziert in Freiburg mit 240 Mitarbeitern 100 Tonnen Tofu in der Woche. Rund 40 verschiedene Tofu-Produkte, darunter die beliebten Klassiker Natur- und Räuchertofu, Bratlinge und Würstchen, vegane Aufschnitt oder fermentierter Tofu, listet das Sortiment. Das Anliegen der Firma ist nicht nur, Menschen für das Produkt Tofu geschmacklich zu begeistern – sondern auch aktiv an den Anbau- und Produktionsbedingungen und der Sortenentwicklung mitzuarbeiten. »Nur rund ein Prozent der jährlich in

Fotos: www.taifun-tofu.de

Die Soja-Pflanze gedeiht im Großen und Ganzen überall dort gut, wo auch Weinanbau gelingt.

Deutschland benötigten Sojabohnen werden im Land produziert. Trotzdem haben wir es 2017 erstmalig geschafft, mit unseren 80 Bio-Vertragsproduzenten aus Deutschland, Österreich und Frankreich die gesamte Tofu-Produktion aus eigener Ernte zu stemmen«, so Pressesprecherin Lina Cuypers.

Bereits 1997 ist das Unternehmen mit regionalen Soja-Anbauprojekten gestartet. In Kooperation mit der Uni Hohenheim ist vor einigen Jahren sogar die Idee entstanden, ein großes Sortenanbau-Projekt aufzuziehen. »Ehemals wollten wir 1 000 Hobbygärtner zum Mitmachen bewegen, um in verschiedenen Lagen in Deutschland Sorten zu testen. Grundsätzlich wächst die Sojabohne überall dort gut, wo auch Weinanbau möglich ist«, so Cuypers. Bereits im ersten Projektjahr 2016 meldeten sich rund 2 500 Gärten, die bereit waren, Sojasorten im Bio-Anbau auszuprobieren. »In der zweiten Projekttrunde 2018 waren es dann beachtliche 1 200 Gärten, die uns ihre Ernten einschickten. Die Uni Hohenheim wertet diese auf den Ertrag und auf den Eiweiß- und Ölgehalt aus. Die vielversprechendsten Kreuzungen kommen dann zu uns in die Tofurei und werden in einem Versuchslabor zu Tofu verarbeitet. Wir testen dabei Konsistenz und Geschmack«, so Lina Cuypers von Taifun-Tofu. Eine »Taifun-Sorte« aus vorhergehenden Züchtungsversuchen, die im Test überzeugt hat, wurde bereits in diesem Jahr in verschiedenen Regionen angebaut. »Im Juni 2019 werden auch die Ergebnisse unseres 1 000-Gärten-Projekts vorliegen und wir sind selbst auf das Resultat gespannt«, so Cuypers. Bis dahin feilt das Unternehmen weiter an interessanten Geschmacksrichtungen und Rezeptideen für das Produkt Tofu.

Rheinische Ackerbohne – eine Alternative zu Soja

Gibt es eigentlich eine heimische Eiweiß-Alternative zu Gen-Soja in der Tierfütterung? Ja, meint Landwirtin Maria Kremer aus Linlich, die Anfang 2017 im LANUV Landesamt für Natur, Umwelt und Verbraucher-

schutz NRW den Verein Rheinische Ackerbohne e.V. mitbegründet hat. »Der Verein aus Landwirten, Verbänden, Institutionen und Förderern hat sich zum Ziel gesetzt, Erzeuger und Verbraucher von den ökologischen Vorteilen der Rheinischen Ackerbohne zu überzeugen. Denn die Ackerbohne, auch als Dicke Bohne oder Saubohne bekannt, ist ein gentechnikfreier und regionaler Eiweißträger, der außerdem die biologische Vielfalt auf dem Acker fördert«, so Maria Kremer. Die Hülsenfrucht habe einen sehr hohen Wert für den regionalen Naturschutz, da sie von Mai bis Juli blüht und Bienen, Hummeln und Schmetterlingen einen tollen Lebensraum biete.

Rund 50 Landwirte aus ganz NRW haben sich der in Vergessenheit geratenen Ackerfrucht nun wieder angenommen. Und auch den Verbrauchern schmeckt die bitterstoffarme und bekömmliche Züchtung schon in Form eines regionalen Brotes. »Mehrere nachhaltig geführte Bäckereien, darunter auch Slow Food Unterstützer, haben bereits mit den Hülsenfrüchten experimentiert und vermarkten sie nun zusammen mit weiteren regionalen Zutaten wie Dinkel oder Emmer in Form eines Brotes, das in Zusammenarbeit mit diesen Bäckereien entstanden ist. Durch das spezielle Aroma der Bohnen und eine Röstung ist die Krume, also das Innere des Brotes, schön saftig-nussig. ●

Rezepte und Kochbücher als pdf
→ www.taifun-tofu.de
(Rubrik Rezepte)

Workshops »Tofu« und
»Vegane Käse-Alternativen«
→ www.tofutussis-berlin.de
→ www.cashewbert.com

Rheinische Ackerbohne
und Bäckereien
→ www.rheinische-ackerbohne.de
(für das Brot siehe Rubrik Bäckereien)



GENUSSVOLLE
WINTERMOMENTE



NEU

> MEHR ALS KAFFEE

Genussvolle Wintermomente mit dem fein-würzigen Getreidekaffee Zimt & Kardamom. Mild und aromatisch im Geschmack: reiner Zichorienkaffee aus der Wurzel der Gemeinen Wegwarte.