



Auf die alten Sorten ist Verlass:

Das Comeback der Ackerbohne

■ Wer verschafft ihr neuen Ruhm? Die Landwirte **Karl-Adolf Kremer (62) und seine Frau Maria (53)** aus Linnich-Kofferen (NRW). Sie haben sogar einen Verein gegründet, um für die Pflanze zu werben.

■ Was ist denn an ihr so besonders? Die Ackerbohne schont Ressourcen und Gewässer, ist nützlich für Insekten - und für Mensch und Tier ein super Eiweißlieferant.

Schon von Weitem kann man das weiß blühende Feld riechen. Fein und süß, mhm, nach Frühling. Beim Näherkommen erinnern die hellen Blüten mit schwarzen Tupfen fast an Orchideen. Bienen und Hummeln summen durch die Ackerbohnen-Felder der Bauernfamilie Kremer in Linnich-Kofferen (NRW) auf ihrem Hof Linde-

nau – eine echte Augenweide. Findet Landwirtin Maria Kremer (53) auch: „Die Ackerbohne ist eine tolle Feldfrucht. Sie ist eiweißreich, fettarm, glutenfrei, macht schnell satt. Probieren Sie gleich mal meinen Hummus. Phänomenal. Und das Brot, saftig und total gesund.“ Früher galt die Hülsenfrucht als Arme-Leute-Essen, war vor 60 Jahren weitgehend von den Feldern verschwunden oder wurde nur noch an Tiere verfüttert. Durch die Globalisierung lief Soja der

Bohne den Rang ab. „Deutschland importiert heute pro Jahr etwa vier Millionen Tonnen Soja. Davon sind 82 Prozent gentechnisch verändert,“ sagt Karl-Adolf Kremer und schüttelt den Kopf. Er hat angefangen, sich mit der gentechnikfreien Ackerbohne zu beschäftigen, als die Europäische Union vor zehn Jahren beschließt, den Anbau von heimischen Eiweißpflanzen zu fördern. Und er stellt verblüfft fest, was für ein Gewinn diese Pflanze auch für unsere Zukunft ist.

„Ist viel gesünder und ökologischer als Soja“

Powerfrucht
Die Bohnen in der Schote stecken voller Energie. Heute wird der Anbau heimischer Hülsenfrüchte wieder gefördert

Warum das? „Sie braucht keinen Stickstoffdünger, hat im Vergleich zu Soja einen deutlich geringeren Fett- und trotzdem hohen Eiweißanteil und ist damit total gesund.“ Ein weiterer schöner Nebeneffekt: Ein Bohnenfeld blüht sechs bis acht Wochen lang, bekommt alle zehn Tage neue Blüten und ist darum ein Paradies für Bienen und Hummeln.

Begeistert gründet Kremer 2017 mit seiner Frau Maria den Verein „Rheinische Ackerbohne e.V.“, um den Verbrauchern die Vorzüge zu erklären. Die umtriebige Landwirtin fuchst sich in Facebook und Instagram ein und macht auf

Anbau für die Zukunft
Maria und Karl-Adolf Kremer wollen die Ackerbohne wieder beliebt machen

den sozialen Kanälen Werbung für die dicke Bohne. In ihrer Küche probiert sie neue und leckere Varianten aus dem gesunden Rohstoff aus: Veggieburger, Gemüse- und Salatbeilagen, Hummus. Einige Bäckereien im Rheinland bieten ein Brot aus Ackerbohnen mit Dinkel an, das gut ankommt.

Und trotzdem fristet die etwa 120 Zentimeter hohe Pflanze, die im August geerntet wird, immer noch ein Nischendasein. Bei Kremers wächst sie bislang erst auf etwa 10 Prozent seiner insge-

samt 100 Hektar. Aber das Ehepaar träumt mit Sohn Christian (18) von mehr. „Die Ackerbohne steht für Biodiversität, Regionalität und Klimaschutz. Soja steht dagegen für abgeholzte Regenwälder, zerstörte Mangrovenwälder und riesige Monokulturen“, erklärt Kremer. Maria ergänzt nickend: „Wenn wir mehr einheimisches Eiweiß anbauen, machen wir uns auch unabhängiger vom globalen Markt.“ Und das ist ja das Gebot der Stunde.

ERIKA KRÜGER

„Macht uns unabhängiger vom Weltmarkt“

Das spricht für die ACKERBÖHNE:

- ➔ regionale Herkunft
 - ➔ kurze Transportwege
 - ➔ frei von Gentechnik
 - ➔ Futterquelle für Bienen, Hummeln und Schmetterlinge
 - ➔ Verringerung der Treibhausgase
 - ➔ frei von Allergenen, hoher Eiweißanteil, wenig Fett
 - ➔ gut für Diabetiker, Sportler und Ernährungsbewusste
- Infos: www.rheinische-ackerbohne.de**

Auch Klassiker sind der Hit

■ Hirse: Ältestes Getreide der Welt Seit zunehmend Wassermangel ein Problem für heimische Felder ist, wird Hirse auch bei uns attraktiver. In Brandenburg und Franken, den trockensten Regionen Deutschlands, wird bereits Hirse angebaut. Um ein Kilo Hirse zu gewinnen, braucht es 250 Liter Wasser, beim Weizen sind es doppelt so viel. Noch ist die Anbaufläche mit etwa 2000 Hektar aber verschwindend gering.

■ Hanf: Material der Zukunft Die Pflanze ist genügsam, braucht kaum Pestizide, Dünger und Wasser. Hanf ist einsetzbar als Dämmstoff beim Hausbau, als Mittel gegen Entzündungen oder als Alternative zur wasserverbrauchenden Baumwolle. Die Anbaufläche ist mit 4500 Hektar klein, aber schon 19-mal größer als vor zehn Jahren.

■ Flachs: Echtes Multitalent Flachs oder Leinen ist eine genügsame und ressourcenschonende Pflanze, die nach dem Zweiten Weltkrieg in Vergessenheit geriet und durch Baumwolle und Kunstfaser ersetzt wurde. Jetzt feiert auch sie ihr Comeback, weil sie sich optimal für den ökologischen Anbau eignet. Dabei kann Flachs nicht nur für Textilien eingesetzt werden, sondern auch als Isolierstoff, Mulchmaterial oder als Rohstoff in der Kosmetik. Flachs wird bis heute überwiegend in Belgien und in den Niederlanden angebaut, erste Ernten gibt es bei uns in Hessen.

■ Fenchel: Prima als Arznei Mit ihren tiefen Wurzeln kann die Mittelmeerpflanze sehr gut mit Dürre umgehen und wird darum immer wichtiger. Fenchel gedeiht prima auf sandigen Böden in Nordrhein-Westfalen oder Niedersachsen. Für Landwirte rentiert sich das Gemüse auch deshalb, weil es in der Pharmaindustrie für Erkältungs- und Magenpräparate verarbeitet wird.



Proteinreich und megagesund
Früher galt die dicke Bohne als Arme-Leute-Essen. Maria Kremer weiß es besser: Damit lassen sich die tollsten Sachen machen – Veggieburger (l.) und Hummus (o.) zum Beispiel

Auf der nächsten Seite geht es mit klimagesundem Essen weiter ▶