

Die Saubohne

Ein wenig Geschichte:

Die Bohne wird seit der Steinzeit angebaut und soll ursprünglich aus dem mittleren Osten stammen, von wo sie nach Europa, Afrika und Indien kam.

Die Bohne im Dreikönigskuchen stammt von den Römern, die die Saturnalien (dem Gott Saturn geweiht) mit einem riesigen Festmahl feierten, an dem alle Bevölkerungsschichten einschließlich der Sklaven teilnahmen. Derjenige, der sie fand, wurde zum "König" des Tages ernannt und konnte Pfänder an die Teilnehmer verteilen.

Botanik :

Wissenschaftlicher Name: *Vicia faba*

Familie : Hülsenfrüchtler (Fabaceae)

Unterfamilie : Schmetterlingsblütler (Faboideae)



Anbau :

Die Ackerbohne ist eines der ersten Gemüse, das im Frühling wächst.

Man kann die Samen 24 Stunden vor der Aussaat einweichen, um die Keimung zu beschleunigen.

Sie ist gut kältebeständig, mag aber keine Feuchtigkeit. Sie wird sehr häufig von Blattläusen befallen.

Vorsaat :

Um den Anbau der Puffbohne zu optimieren, sät man sie in Töpfen (9 cm x 9 cm) mit Aussaaterde vor, mit 2 Samen pro Topf. Wenn die Pflanze 10-15 cm groß ist, kann man sie in den Garten umpflanzen.

Zieht Rillen im Abstand von 50 cm und macht alle 10-15 cm ein Loch, um die Bohnen umzupflanzen. Danach regelmäßig gießen und bei kalten Nächten ein Überwinterungsvlies anbringen.

Um die Ernte vorzuziehen, kann man sie auch im Herbst aussäen. Wenn der Winter nicht zu kalt und regnerisch ist, kann man mit einer Ernte Anfang April rechnen.

Direktsaat :

Sät die Ackerbohne im zeitigen Frühjahr (März) direkt im Garten aus.

Lockert die Erde, die noch frisch ist.

Zieht Rillen im Abstand von 40-50 cm und 3 cm tief.

Legt die Samen flach auf den Boden, einen nach dem anderen, im Abstand von 15 bis 20 Zentimetern. Bedeckt sie mit einer dünnen Schicht Erde.

Mit der Rückseite des Rechens festdrücken und gießen. Wenn die Erde sehr kalt ist, kann es bis zu einem Monat dauern, bis die Samen keimen. Der Keimling kann ab dem 12. Tag aufgehen. Deckt die Erde mit einem Wintervlies ab, um einige Grad zu gewinnen.

Dünger oder Kompost ist nicht nötig, gießt aber regelmäßig gut.



Wenn die Pflanzen etwa 15-20 cm hoch sind, häufelt sie 3-4 cm an, damit sie gut am Boden halten. Mulchen hilft das Unkraut zu begrenzen. Klemmt die Triebspitzen oberhalb des 5. oder 6. Stängels ab, das stärkt die darunterliegenden Hülsen. Pikiert die Bohnen, um zu verhindern, dass die Pflanzen auseinanderbrechen.



Ernte :

Mit einer Größe von 6 bis 8 cm ist die Bohne sehr zart. Wenn sie nach drei Vierteln ihrer Entwicklung geerntet wird, gilt sie als frisch. Sie muss geschält werden.

Wenn die Hülsen braun werden, werden sie geerntet, um eine trockene Bohne zu erhalten. Sie müssen über Nacht in Wasser gelegt werden, um sie zu verzehren.

Nachbarschaft :

Die Ackerbohne schätzt die Nachbarschaft von Artischocken und Kopfsalat.

Tipps & Tricks: Dill, zwischen den Bohnenreihen angebaut, hält Blattläuse fern.

