



AUGENBOHNE

Vigna unguiculata



ARCHE NOAH

Die Augenbohne ist ein wichtiges Grundnahrungsmittel in Afrika und Asien. Sie wird wegen ihrer Eignung auch für trockene und nährstoffarme Standorte geschätzt. In den USA werden diverse Sorten als Trockenbohnen und für die Grünkornnutzung angebaut. Aus Asien hingegen stammen die Spaghettibohnen, die lange bis sehr lange Hülsen bilden und als Fisolen genutzt werden. In Mitteleuropa müssen die Vigna-Bohnen erst so richtig entdeckt werden. In warmen Sommern lohnt es sich auf jeden Fall.

Anbau und Pflanzenentwicklung



Oje, Schneckenfraß! Die Aussaat gelingt am besten bei warmem, trockenem Wetter.



Die Blüten sind Leckerbissen und Zierde zugleich.



Die Bohnen isst man grün...



... oder trocken.

Was kann die Augenbohne ...

... hinsichtlich Anpassung an den Klimawandel?

Augenbohnen gelten als Leguminosen mit guter Eignung bei Hitze und Trockenheit. Diese Eigenschaft steht in Zusammenhang mit der Ausbildung einer bis zu 2 Meter tiefen Pfahlwurzel und – bei besonders trockenheitstoleranten Genotypen – mit rascher Reifeentwicklung.

... hinsichtlich Ressourceneffizienz / Ökologie?

Die Augenbohne zeichnet sich durch eine weite ökologische Amplitude aus, mit einem breiten Genpool für unterschiedliche Nutzungsformen und klimatische Anforderungen. Niederliegende Genotypen werden als lebendiger Mulch zum Bodenschutz und als Viehfutter genutzt. Augenbohnen haben eine gute Vorfruchtwirkung und bringen bis zu 70 kg Stickstoff in den Boden ein.

Was braucht die Augenbohne ...

... zum Gedeihen?

Die Augenbohne wächst gut auf sandig-lehmigen Böden bei einem pH von 5,5-6,5. Tiefgründiger und gut belüfteter Boden ist eine wichtige Voraussetzung, da die Pflanzen empfindlich auf Bodenverdichtung und Staunässe reagieren. Zum Zeitpunkt der Blüte und des Hülsenansatzes wirken Wassermangel und niedrige Luftfeuchtigkeit ertragsmindernd. Die Pflanzen sind frostempfindlich und haben hohe Temperaturansprüche für eine optimale Entwicklung (Tages-/Nachttemperatur: 27°C/22°C). Augenbohnen sind Selbstbefruchter. Unterschiedliche Sorten können daher für die Saatgutgewinnung in Nachbarschaft angebaut werden.

... zur Vermarktung?

Augenbohnen sind im Aussehen vielgestaltig und haben einen hohen Wiedererkennungswert, der auch in der Vermarktung eingesetzt werden kann. Neben den weißkörnigen Typen mit schwarzem Nabelleck (Schwarzaugenbohne, „black eyed peas“) gibt es eine breite Variation an Kornfarben (creme, schwarz, braun, rötlich). Bei diversen Gemüseformen ist die Blattnutzung als Spinat gebräuchlich, weiters die Nutzung der grünreifen Bohnen und der unreifen Hülsen.

Geschichtliches: Die Augenbohnen haben ihren Ursprung in Westafrika, wo sie bereits vor 4000 Jahren gemeinsam mit Hirse-Arten die Basis früher Ackerbaugesellschaften bildeten. Bis heute spielt auch die Gemüsenutzung eine wichtige Rolle. Augenbohnen sind in den Tropen und Subtropen weit verbreitet, wobei die Hauptproduktionsgebiete in Subsahara-Afrika und – für Spaghettibohnen – in Südost-Asien liegt. In Europa spielen Augenbohnen als Nischengemüse für die lokale Produktion im Mediterran eine Rolle (z.B. Griechenland, Italien).

Inhaltsstoffe: Der Augenbohne wird eine bessere Bekömmlichkeit für die Verdauung zugeschrieben als anderen Trockenbohnen. Sie müssen nur kurz eingeweicht werden und können teilweise auch ohne Einweichen direkt verkocht werden. Die Bohnen besitzen einen hohen Anteil an löslichen Zuckern. Die Süße schlägt sich auch im Geschmack nieder.

Rezept

Fasolia Mavromatika (Griechischer Augenbohnen-Salat)

Zutaten: 200 g Schwarzaugen-Bohnen, je ein Büschel Petersilie und Dill (fein gehackt oder püriert), 1 Frühlingszwiebel (fein geringelt) oder 1 Knoblauchzehe gehackt, Saft einer Zitrone, Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Bohnen für ca. 45 min gut bedeckt in Wasser kochen. Kräuter, Essig, Öl und Gewürze zu einem Dressing mischen und über die noch warmen Bohnen gießen. Vor dem Servieren mindestens eine Stunde einwirken lassen.



Sorten/Herkünfte:



Sorte	'Black Crowder Cowpea'	'Grey Speckled Palapye'	'Castillo'	'Metro'
Herkunft	USA	Botswana	Peru	Mexiko

Saatgutquellen:

www.reinsaat.at Spaghettibohne 'Metro'

www.sortenhandbuch.arche-noah.at 'Grey Speckled Palapye', 'Castillo'

www.reimerseeds.com/cowpeas_474.aspx 'Black Crowder Cowpea'

Eine große Sortenvielfalt findet man auch unter www.willhiteseed.com/category-top-peas-cowpeas oder

www.rareseeds.com/store/vegetables/cowpeas