

Hülsenfrüchte



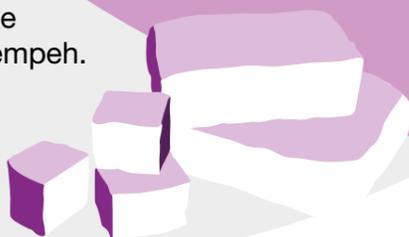
Was ist besonders an Linsen, Lupinen, Kichererbsen und Co.?

Die Körner der Hülsenfrüchte enthalten viel Protein und andere Mikronährstoffe. Aus ihnen kann man verschiedene Fleischersatzprodukte herstellen wie Tofu, Humus oder Tempeh.



Wie viele Hülsenfrüchte baut die Schweizer Landwirtschaft an?

In den letzten Jahren lag die Anbaufläche für Körnerleguminosen (Erbsen, Bohnen, Wicken, Lupinen, Linsen und Soja) bei etwa 7700 Hektaren. Rund jeder 17. Landwirtschaftsbetrieb in der Schweiz baut auf durchschnittlich 3 Hektaren (ca. 4 Fussballfelder) Hülsenfrüchte an. Trotzdem beträgt der Inlandanteil von Hülsenfrüchten für die menschliche Ernährung weniger als 4 %.



Was sind Hülsenfrüchte?

Hülsenfrüchte sind die getrockneten Samen von Pflanzen wie Linsen, Erbsen, Kichererbsen oder Sojabohnen. Sie reifen in einer Hülse oder Schote heran.

Wieso sind Hülsenfrüchte nachhaltig?

Hülsenfrüchte sind botanisch gesehen Körnerleguminosen. Leguminosen sind Pflanzen, die mithilfe von Bakterien Stickstoff aus der Luft im Boden binden können. Dieser Stickstoff ist als natürlicher Dünger für die Folgefrucht nützlich. Dadurch verbessert sich die Bodenqualität. Felder mit Hülsenfrüchten sind ein Paradies für Bienen, Bodenbakterien und Regenwürmer.

Warum gibt es nicht mehr Schweizer Hülsenfrüchte?

Die Samensorten werden für den Anbau in anderen Ländern gezüchtet. Diese sind nicht auf das Schweizer Klima angepasst. Durch das rauere Klima in der Schweiz schwanken die Erträge stark und machen die Produktion für Landwirte riskant. Zudem konkurrenzieren importierte Hülsenfrüchte die einheimischen mit tieferen Preisen, da kein Grenzschutz besteht.

Wer ist wer?



Lupinen



Linsen



Kichererbsen



Eiweisserbsen



Ackerbohnen



Soja



Weitere Infos
www.lid.ch

LID Landwirtschaftlicher Informationsdienst

Schweiz. Natürlich.