



# Aussaatzeit für Bohnen

Die Tropenkinder mögen es gerne warm

Im Gemüsegarten beginnt jetzt die Zeit der wärmeliebenden Kulturen. Nicht nur Tomaten oder Gurken wurden einst aus südlichen Ländern hierhergebracht und vertragen winterliche Kälte nicht, auch die Bohnen haben einen exotischen Ursprung. Unsere Gartenbohnen stammen aus Mittel- und Südamerika, wo sie schon lange vor der Ankunft der europäischen Eroberer kultiviert wurden.

Weil sie reich an Proteinen sind, spielen sie eine wichtige Rolle für die Ernährung, insbesondere bei Verzicht auf Fleisch.

Als Tropenkinder mögen Gartenbohnen zum Keimen eine Boden-

temperatur über zehn Grad Celsius. Nach ihrem Wuchs werden die niedrig wachsenden Buschbohnen und die rankenden Stangenbohnen unterschieden. In ihren Ansprüchen sind sie aber ähnlich. Ab Mitte Mai bis Ende Juli können sie direkt ins Beet gesät werden. Bei späterer Aussaat besteht die Gefahr, dass die Pflanzen nicht mehr vor den ersten Herbstfrösten zur Reife kommen. Die Samen werden entweder in Reihen ausgebracht oder in Form der Horstsaat, bei der mehrere Samen in ein Pflanzloch gelegt werden.

Bohnen zählen zu den Leguminosen. Sie bilden in ihrem Wurzelbereich eine Symbiose mit Pilzen und Knöllchenbakterien und können auf diese Weise Stickstoff direkt aus der Luft aufnehmen, der sonst dem Boden per Dünger zugesetzt werden müsste. Leguminosen werden daher auch zur Bodenverbesserung eingesetzt. Das können wir auch im Garten

nutzen, indem wir in der Fruchtfolge Bohnen (oder Erbsen) auf Beete setzen, auf denen vorher starkzehrende Pflanzen wuchsen.

Buschbohnen brauchen keine Rankhilfe, Stangenbohnen dagegen sehr wohl. Klassisch ist dabei die Form des Bohnentipis. Dabei werden mehrere Bambusstäbe oder Holzstangen, idealerweise in einer Länge von mindestens 1,80 Meter, in einem Kreis in den Boden gesteckt und in der Mitte zusammengebunden, sodass eine zeltartige Konstruktion entsteht. Die Bohnen haben dann viel Raum zum Ranken.

Achtung: Bohnen sind roh giftig! Sie enthalten das Protein Phasin, das den Sauerstofftransport im Blut blockiert. Außerdem schädigt es die Magenschleimhaut. Schon geringe Mengen roher Bohnen können zu Übelkeit und Erbrechen führen. Beim Kochen zerfällt der Stoff vollständig. Bei vielen Bohnensorten werden die

kompletten Schoten verzehrt, bei anderen nur die innenliegenden Kerne. Wird die ganze Schote verwendet, muss vor dem Kochen oft ein sogenannter Faden an der Hülse entfernt werden, der ungenießbar ist. Manche neueren Sorten wurden aber schon fadenlos gezüchtet.

Nicht direkt mit der Gartenbohne verwandt ist übrigens die Ackerbohne, auch als Dicke Bohne oder Puffbohne bekannt. Sie stammt nicht aus Amerika, sondern aus dem vorderen Orient und wurde schon in der Antike auch in Europa angebaut. Die Ackerbohne ist unempfindlich gegen Frost und kann schon im Februar oder März ausgesät werden. Blütezeit ist im Mai. Als Viehfutter spielt sie eine größere Rolle, aber sie ist auch ein gutes Gartengewächs und lässt sich schmackhaft zubereiten. Dazu werden nur die noch jungen, aus der Schote gepulpen Kerne verwendet.

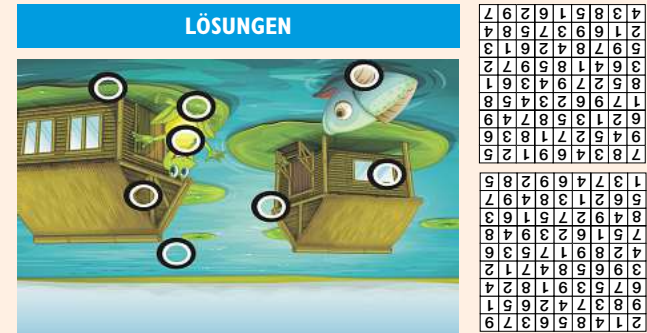
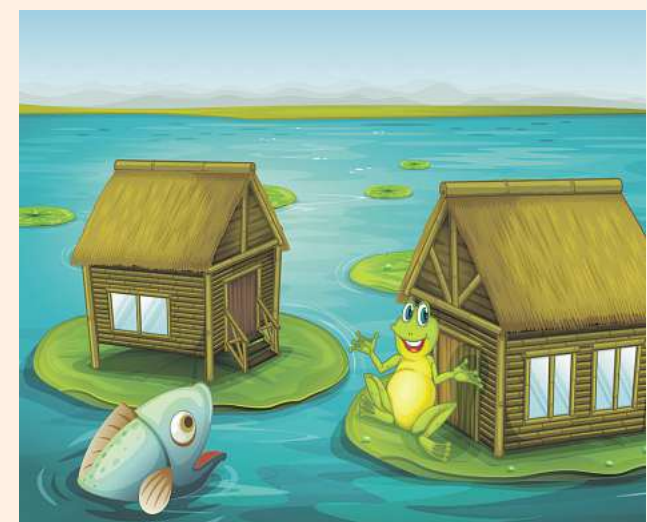


**Bohnen sind ein proteinreiches Gemüse, das leicht im Garten anzubauen ist.**  
Foto: Adobe Stock/Leoniek

Anzeige

## RÄTSELSPASS IM WOCHENSPIEGEL PRÄSENTIERT IHNEN IN DIESER WOCHE

**FEHLERSUCHBILD**  
Unserem Zeichner sind im unteren Bild 8 Fehler unterlaufen. Wo sind diese zu finden?



**HÖCHSTE ZEIT FÜR IHRE WERBUNG...**



**...DENN HIER KÖNNTE IHRE ANZEIGE STEHEN!**  
Wenden Sie sich an uns, wir sind für Sie da.

Karl-Marx-Straße 64, 16816 Neuruppin  
Tel. 03391/45 75 34

info.opr@wochenspiegel-brb.de



Ihr Anzeigenblatt im Land Brandenburg

### SUDOKU

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem 3-x-3-Kästchenquadrat alle Zahlen von 1 bis 9 enthalten sind.

2	1					3	7	9	
			4						
6	5			1				4	
		6	5			7	1	2	
			9	1	7				
7	5	1			3	9			
8			2			1		3	
				3					
1	3	7						8	5

					9	1	2	5
	4			7				3
			3					9
1	9		2					
	5	2	7		4	3	6	
			8		9		2	
5				2				
	1			3				8
4	3	8	5					

Ausflug in Afrika			kreuz und ...	unver-schlo-sen	Bewo-hner der „Grünen Insel“	litera-rische Ab-handlung	dritt-größte Stadt Italiens	Haupt-gott der nord. Sage	antikes Zupf-instrument	deutsche Vorsilbe	Kinder-trom-pete	biblische Stamm-mutter
Urheber eines Schrift-werks					offener Sommer-schuh							
					Klecks, Spritzer	emsiges Streben				Saug-wurm		
Raucher-utensil			Schiffs-ladung	Hühner-vogel				afrika-nisches Steppen-pferd		griechi-scher Buch-stabe		
chem. Element, Metall		US-Filmstar † 1982 (Grace)				junger Zucht-ler	Beob-achter					indische Gewürz-mi-schung
					und auch	Verbren-nung, Brand				ein Speise-fisch		dt. Schau-spielerin (Barbara)
Haupt-stadt von Thailand	US-Bundes-staat	Strom durch Nigeria		langes Halstuch			weibl. Tanz-truppmit-glieder	Grund-farbe d. Farb-sehens				
						Ab-teilung, Sparte	Farbton zwischen schwarz und weiß				Auer-ochse	
				Liebelei	Tinten-fisch-farb-stoff					Öffnung in einer Wand, Eingang		
drei Musizie-rende		erstes Schul-ese-buch					„Dach der Welt“	Ges-chiehte, Bericht (engl.)				
					Frauen-name	Palästina-ersar-organisation						
runde Stütze (Bau-kunst)		dt. Farb-fernseh-system (Abk.)		kleine, unbe-stimmte Menge				nord. Hirsch-art				
griff-bereit	berühmte Person (Kw.)					chem. Zeichen: Barium	männ-licher franz. Artikel					
					Wind-spiel							
römi-scher Sonnengott		span. Insel-gruppe (Kzw.)										

**Auflösung des Rätsels**

### IHR HOROSKOP VOM 16.05. BIS 22.05.2026

 <b>Widder</b> 21.3. - 20.4.	 <b>Stier</b> 21.4. - 20.5.	 <b>Zwillinge</b> 21.5. - 21.6.	 <b>Krebs</b> 22.6. - 22.7.	 <b>Löwe</b> 23.7. - 23.8.	 <b>Jungfrau</b> 24.8. - 23.9.	 <b>Waage</b> 24.9. - 23.10.	 <b>Skorpion</b> 24.10. - 22.11.	 <b>Schütze</b> 23.11. - 21.12.	 <b>Steinbock</b> 22.12. - 20.1.	 <b>Wassermann</b> 21.1. - 19.2.	 <b>Fische</b> 20.2. - 20.3.
------------------------------------	-----------------------------------	---------------------------------------	-----------------------------------	----------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	--	---------------------------------------	--	--	------------------------------------