



ART

Phaseolus coccineus L.

FAMILIE

Fabaceae, Hülsenfrüchtler

ANBAU

Schwalbbohnen werden im Mai gesteckt. Über sieben Meter hoch können die Feuerbohnen hierzulande wachsen – je nach Sorte und Rankhilfe, an der sie angebaut werden. Die Pflanzen sind Fremdbestäuber, sehr robust und kaum anfällig für Krankheiten und Schädlinge. Bei extremer Hitze wirft die Schwalbbohne Blüten ab und bildet vermehrt Blattmasse. Danach blüht die Pflanze weiter und es wachsen wieder Hülsen.

WUCHS & ERNTE

Die Schwalbbohnen blühen und bilden laufend Früchte, bis November wird geerntet. Ab Mitte Juli sind die ersten Hülsen erntereif, ab September trockene Hülsen mit Kernen.

Die Pflanzen blühen kräftig rot, manche rot und weiß, selten nur weiß. Die Hülsen sind grün, breit und eher flach. In den Hülsen wachsen große, nierenförmige Kerne mit bis zu fünf Farben: Violetttöne wenig bis stark schwarz marmoriert, einfarbig weiß, schwarz, braun sowie Beige-braun-Töne wenig bis stark braun marmoriert.

Die trockenen Hülsen werden nach der Ernte ausgelegt, um ganz zu trocknen. Dann werden die Kerne gepult und als Schutz vor dem Bohnenkäfer eine Zeitlang eingefroren.

Geschichte(n)

In der Region Schwaben gehören die Schwabenbohnen zu den Kindheitserinnerungen vieler Menschen. Die vitalen und wuchsfreudigen Feuerbohnen standen an Stangen und Spalieren in den Gärten und bei vielen Familien auf dem Speiseplan als protein- und nährstoffreiche, sättigende Mahlzeit: ob grüner Bohnensalat aus jungen Hülsen, Schnippelbohnen-Gemüse, Salat aus milchreifen Kernen mit gelben Rüben oder Eintopf aus Trockenbohnen. Aus den trockenen Kernen wurde früher im Winter häufig das traditionelle schwäbische Gericht „Saure Bohnen mit Spätzle“ zubereitet.

Das Genbänkle und der Schwabenbohnen e.V. konnten – Stand Ende 2024 – an 17 Orten in der Region Schwaben alte Feuerbohnen finden. Saatgut wurde gesichert und in Interviews mit Erhalterinnen und Erhaltern Erinnerungen an die Familiensorten festgehalten.* Überlebt haben diese Schwabenbohnen in Hausgärten: die ältesten bislang gefundenen vermutlich mindestens seit 1850 (Bingen) und 1872 (Untereggatsweiler), viele seit über 100, also den 1920er Jahren. Die Schwabenbohne wurde über Generationen zu einem regional angepassten Sortengemisch innerhalb der Art Feuerbohne (*Phaseolus coccineus*) selektiert.

Etwa zwei Drittel der Interviewpartnerinnen und -partner nennen ihre Feuerbohne Schwabenbohne, darüber hinaus gibt es regionale Bezeichnungen wie „Kapuziner“ oder „Bobbelles-Bohne“. Die meisten Herkünfte stammen bisher aus der Region Oberschwaben und Donau-Iller, weitere aus der Gegend um Bad Saulgau, Bad Buchau, Illertissen, der Region Neckar-Alb und Stuttgart.



Verwendung

In der Küche kommen die jungen Hülsen, die oft als schmackhaft gelobten, milchreifen und die getrockneten Kerne der Schwabenbohne zum Einsatz – in Salaten, Gemüsen und Eintöpfen. Die Trockenbohnen werden vor dem Kochen über Nacht eingeweicht, dabei werden die Kerne etwa doppelt so groß. Sie schmecken zart-nussig etwas nach Maronen, sind leicht cremig und werden für herzhaftes und sogar für süße Gerichte verwendet.

www.schwabenbohne.de

* Die Landschaftsplanerin Jenny Hammer hat in ihrer Bachelorarbeit Grundlagen zur Schwabenbohne früher, heute und ihrem Potential für die Zukunft erforscht. Die Bachelorarbeit entstand in Kooperation mit dem Genbänkle. Gemeinsam wurde außerdem 2024 die Aufnahme der Schwabenbohne auf die Rote Liste gefährdeter einheimischer Nutzpflanzen erreicht.

Hammer, J. (2024): Die Schwabenbohne: Wiederentdeckung einer alten Kulturpflanze und ihre Rolle für die Biodiversität