

Hülsenfrüchte Genussdinner

Am 15. April 2024 verwandelte sich die Markthalle Neun in Berlin in ein Zentrum für alle, die sich für nachhaltige Ernährung und regionale Produkte interessieren. Das Highlight des Wochenendes war ohne Zweifel das Hülsenfrüchte-Genussdinner, organisiert von Isabella Krause, Koordinatorin des KIWERTa-Projekts und Elisabeth Berlinghof vom LeguNet.

Das Dinner bot eine Plattform für Austausch und gemeinsames Erleben. Die Gerichte, serviert auf Platten für je sechs Personen, luden zum Teilen und Diskutieren ein:

- Brotsalat mit Fenchel, frischen Erbsen und Bohnikat Ackerbohnen
- Kichererbsen-Stampf und Salat Tacos mit spicy scrambled Kofu
- Krautwicklerl gefüllt mit regionalen Du Puy Linsen, Shiitake Pilzen und Walnüssen
- Tempeh Buletten mit Frühlingsgemüsen und Tahina-Tzatziki
- Zum Abschluss ein Tofu Cheesecake mit Karamell und saisonalen Früchten



Heimische Hülsenfrüchte in ihrer ganzen Vielfalt.

Fachlicher Input von Expert*innen

Während des Dinners teilten Fachleute ihr spezialisiertes Wissen und einige überraschende Fakten:

- Cecilia von Bohnikat und Joscha von Teto Tofu zeigten beispielhafte Formen der regionalen Verarbeitung von Hülsenfrüchten, wobei der Ackerbohnnensnack und Tofu sich schon gut etabliert und ihr positives Feedback verdient haben.
- Bernhardt von Gut Friedersdorf und Jörn von Zeevi erklärten die Rolle von Kichererbsen bei der Förderung der Biodiversität und Bodengesundheit im Ökolandbau, einschließlich ihrer Fähigkeit, Stickstoff aus der Luft zu binden. Außerdem sprachen sie über ihre bisherige Zusammenarbeit mit den Netzwerken LeguNet und KIWERTa.
- Gerald von der FÖL und Lars von Peaceful Delicious diskutierten die ernährungsphysiologischen und geschmacklichen Vorteile der Einbindung von Hülsenfrüchten in der Fusion-Küche, die reich an Proteinen und Ballaststoffen sind.

Gefördert durch



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

Projektträger



Bundesanstalt für
Landwirtschaft und Ernährung

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

im Rahmen der BMEL Eiweißpflanzenstrategie

leguNet.de



- Elisabeth vom Leguminosen-Netzwerk und Isabella von KIWERTa sprachen über die Aufgaben einer Wertschöpfungskettenentwicklerin, sowie die aktuellen Herausforderungen rund um den Aufbau von Hülsenfrüchte-Wertschöpfungsketten. Sie sind engagiert, die bisherigen Lücken in gemeinsamer Arbeit zu schließen, um Hülsenfrüchte zu regionalisieren und sie fair und regional anbieten zu können.

Zusammenarbeit als Schlüssel zum Erfolg

Das Genussdinner betonte die Wichtigkeit von Zusammenarbeit entlang der gesamten Wertschöpfungskette – von den Landwirt*innen über die Verarbeiter*innen bis zu den Konsument*innen. Diese Kooperation ist entscheidend, um eine nachhaltige regionale Lebensmittelproduktion zu fördern und die Gemeinschaft zu stärken.



Elisabeth Berlinghof (Mitte) berichtet beim Dinner über die Arbeit als Entwicklerin von Wertschöpfungsketten.

Erlebnisstand zu regionalen Hülsenfrüchten

Freitags und samstags bildete ein Innovationsstand den Rahmen des Wochenendes: Mitten in der Markthalle wurde Raum für Austausch und Geschmackserlebnisse für jeden geschaffen: Die Verbraucherzentrale informierte dabei in einem Kinderquiz über klimafreundliche Ernährung. LeguNet und KIWERTa boten regional angebaute Trockenbohnen und Kichererbsen, Tempeh und Kofu mit regionalen Hülsenfrüchten, gerösteten Ackerbohnen und Sojabohnen aus heimischem Anbau sowie einen Geschmacksvergleich zwischen hellen und dunklen Kichererbsen zur Verkostung an. Neben vielen Aha-Momenten für Verbraucher*innen entstanden auch aufschlussreiche Gespräche mit interessierten Verarbeiter*innen und Journalist*innen.

Text: Isabella Krause; Fotos: Carina Reckers

Datum: 22. Mai 2024