STEIRISCHE KÄFERBOHNE g.U.

Wissenswertes zu einem Leitprodukt unserer Region

Flagship Products
SI-AT33

Version 1.0

QUA Qualifizierungsagentur
www.qua.or.at

Die WISSENS-KISTE

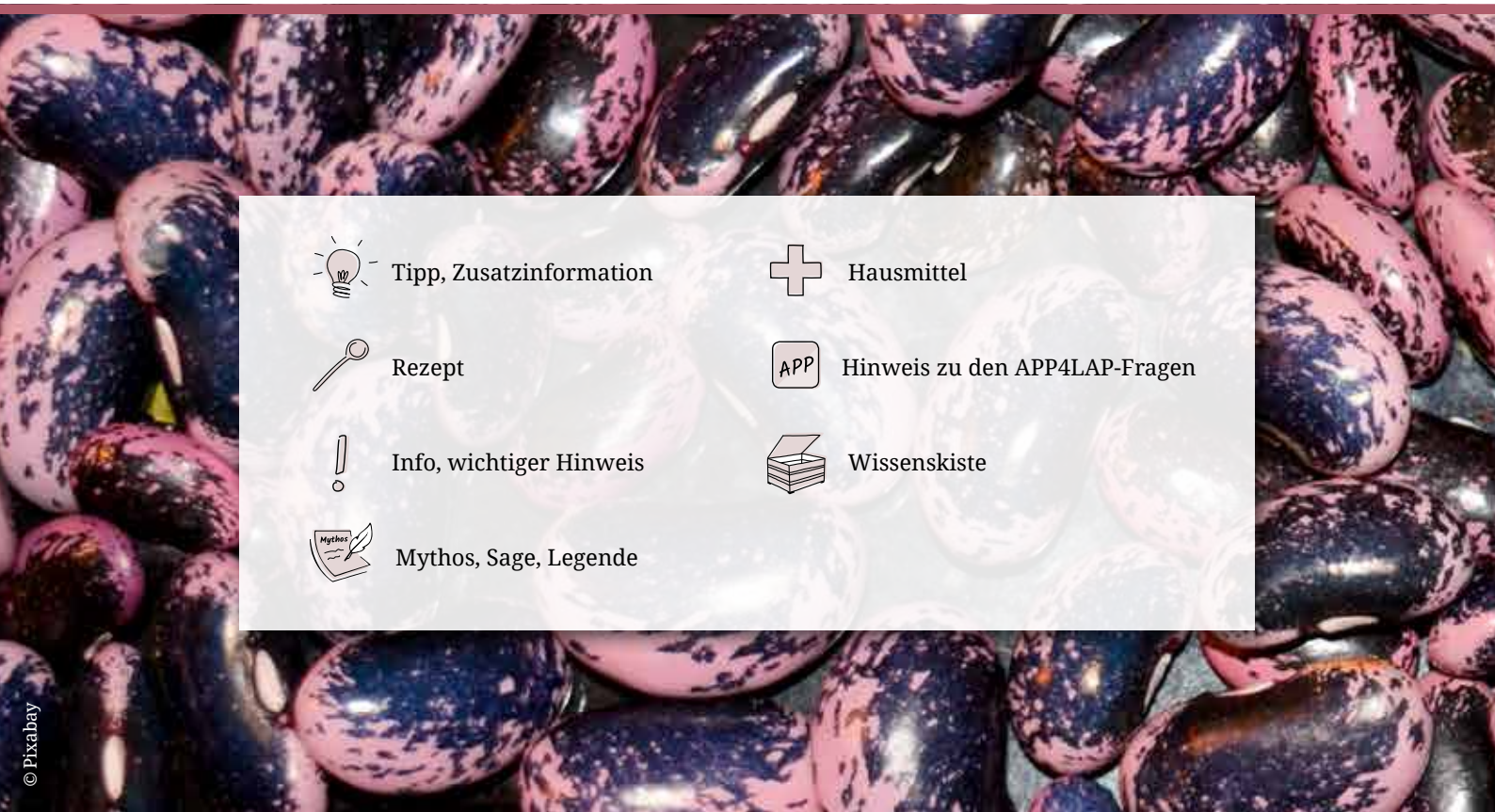
Um deinen Lernerfolg zu steigern, wurde **zusätzlich zum Schulungshandbuch eine Wissenskiste** zur Steirischen Käferbohne g.U. entwickelt. Darin befinden sich einzelne Module, mit denen du das Gelernte spielerisch noch vertiefen kannst.

QUA Qualifizierungsagentur

Nähere Informationen zum Projekt:
www.qua.or.at

Die Wissenskisten wurden entwickelt in Kooperation mit:

HALBEN RAIN Fachschule · FS Naas · FS Hartberg - St. Martin · Fachschule für Land- & Ernährungswirtschaft Vorau · FACHSCHULE SCHLOSS STEIN



- Tipp, Zusatzinformation
- Hausmittel
- Rezept
- Hinweis zu den APP4LAP-Fragen
- Info, wichtiger Hinweis
- Wissenskiste
- Mythos, Sage, Legende

© Pixabay

Inhalt

1	DIE PFLANZE	4
2	BEDEUTUNG UND TRADITION IN DER REGION	4
3	ERZEUGUNG	8
4	VERARBEITUNG	11
5	ERNÄHRUNGSINFOS	13
6	EINKAUF UND KENNZEICHNUNG	15
7	ZUBEREITUNG UND LAGERUNG	16
8	REZEPTE	19
9	TESTE DEIN WISSEN: IN 15 FRAGEN ZUM PROFI	24
10	WISSENSWERTES	26

*Die Steirische Käferbohne g.U. zählt zu einer der **bedeutendsten Kulturen** des steirischen Gemüsebaus. Derzeit gibt es rund **180 Betriebe**, die auf insgesamt ca. **620 Hektar** Steirische Käferbohnen g.U. produzieren!*

1. Die Pflanze

Steirische Käferbohne g.U.

Kategorie: Hülsenfrüchte

Steirische Anbaufläche: 450–620 Hektar

Anbau: Kombinationskultur mit Mais oder in Spalier- bzw. Heckenkultur

Inhaltsstoffe: Rohproteine, Vitamin A und C, Kalzium, Ballaststoffe, Eisen, Eiweiß, Natrium, Kohlenhydrate, ...

Abb. 01:
Käferbohnen werden auch Feuerbohnen oder Prunkbohnen genannt.

2. Bedeutung und Tradition in der Region

2.1 Geschichte

Genuss aus der Region

Bohnen zählen zu den ältesten Kulturpflanzen der Welt. Ihr Ursprung liegt in Amerika. Die Feuerbohne, wie die Käferbohne auch bezeichnet wird, fand Ende des 16. / zu Beginn des 17. Jahrhunderts ihren Weg nach Europa. In der Steiermark findet man im 19. Jahrhundert erste Hinweise auf die Käferbohne. Die getrockneten Bohnen waren vor allem wegen ihrer einfachen Vorratshaltung sehr beliebt. Aus dem traditionellen Anbau im Hausgarten entwickelte sich schließlich eine für die Region bedeutende landwirtschaftliche Produktion. Unter der Bezeichnung Südoststeirische Käferbohne wurde diese Köstlichkeit 2007 schließlich in die Reihe der Genussregionsprodukte aufgenommen.

Die Steirische Käferbohne g.U. ist seit 2016 im **EU-Register der geschützten geografischen Angaben** registriert und genießt somit umfassenden Rechtsschutz. Demgemäß darf die **geschützte Bezeichnung „Steirische Käferbohne g.U.“** nur für Käferbohnen verwendet werden, welche der Eintragung zugrunde liegenden Produktspezifikation entsprechen und der gesetzlich vorgeschriebenen Kontrolle unterstellt sind. Demgemäß erfolgte **2017** auch die Umbenennung in **Genussregion Steirische Käferbohne g.U.**

Eine Bohne – viele Namen

In Österreich kennt man sie als Käferbohne, in der Literatur findet man *Phaseolus coccineus L.* aber meist unter den Begriffen **Feuerbohne** oder **Prunkbohne**. Im deutschen Sprachraum sind noch weitere Bezeichnungen wie **Blumenbohne, Schminkbohne, Türkische Bohne, Arabische Bohne oder Rosenbohne** bekannt. Der Ursprung des österreichischen Begriffes „Käferbohne“ könnte durch den häufigen Befall der Bohne durch den Speisebohnenkäfer entstanden sein oder auf die optische Ähnlichkeit mit Flügeldecken von Käfern hinweisen. Eine weitere Vermutung ist, dass das Wort „Käferbohne“ durch Tradierungsfehler aus dem Wort „**Körnerbohne**“ entstanden ist. In Österreich hat sich die Bezeichnung „Käferbohne“ auf jeden Fall so weit durchgesetzt, dass sie auch im Österreichischen **Wörterbuch** zu finden ist. Dort wird das Wort „Käferbohnensalat“ als steirische Spezialität definiert.

Die Bezeichnung Käferbohne findet man sogar im Österreichischen Wörterbuch.

Käferbohne, Feuerbohne, Prunkbohne, Blumenbohne, Schminkbohne, Türkische Bohne, Arabische Bohne, Rosenbohne

APP Hinweis

Die Steirische Käferbohne g.U. – wahrlich königlich

Die große Bedeutung der Käferbohne in der Steiermark spiegelt sich in der Wahl einer eigens ernannten **Käferbohnenkönigin** wider, die in ihrer Funktion das steirische Aushängeprodukt repräsentiert.
Im **Käferbohnenkabinett** in Halbenrain (Bezirk Südoststeiermark) hat Käferbohnenkönigin Michaela I. ihrem Leitprodukt mit einem eigenen liebevoll eingerichteten Museum ein dauerhaftes Denkmal gesetzt.

Abb. 02:
Der Käferbohne wurde sogar ein eigenes Museum in Halbenrain gewidmet.

2.2 Anbaugebiete

Klima und Boden des Anbaugebietes sowie das **hohe fachliche Können in Bezug auf Saatgut und Produktionstechnik** sind entscheidend für die hohe Qualität und Eigenschaften der Steirischen Käferbohne g.U. Aufgrund der besonderen Ansprüche der Steirischen Käferbohne g.U. an Klima und Boden werden die Käferbohnen in anderen Gebieten Österreichs kaum kultiviert, wohingegen sie in der Steiermark erwerbsmäßig angebaut werden.

Das Anbaugebiet in der **Steiermark** erfüllt diese speziellen Klimaanforderungen in hohem Maße. Die Steirische Käferbohne g.U. wird in der Steiermark insbesondere im so genannten **Vorlandklima** (auch illyrisches Klima genannt) kultiviert, welches einige Parallelen zum Klima des ursprünglichen Abstammungsgebietes von *Phaseolus coccineus L.* aufweist.

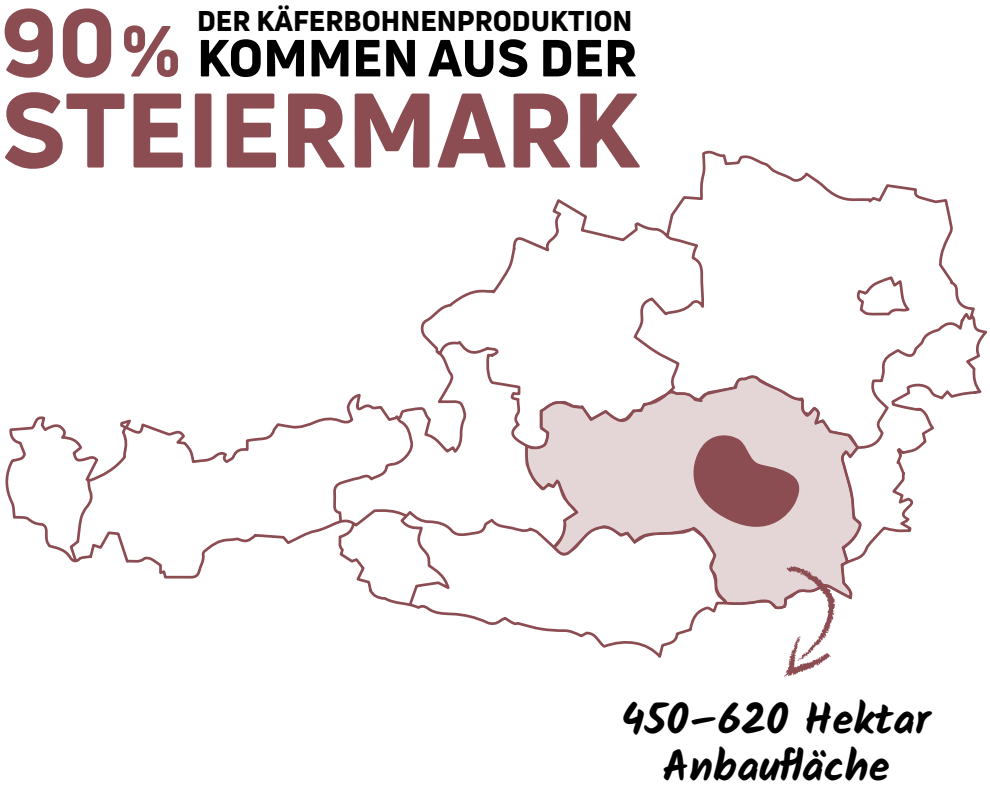
Im Gegensatz zur Gartenbohne (*Phaseolus vulgaris L.*) benötigt die Käferbohne zum optimalen Wachstum deutlich **mehr Feuchtigkeit**; **extreme Trockenheit schadet** ihr. Auch ist sie **frostempfindlich** und benötigt besonders zur Blütezeit ausreichend **Wasser** und **Wärme**. Ihre **Kälte- und Nässetoleranz** ist jedoch höher als bei Gartenbohnen. Positiv für ihr Wachstum ist auch **Windarmut**.

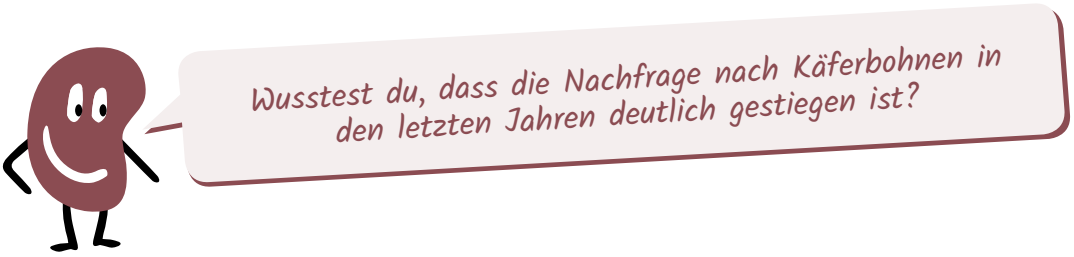
Abb. 03:
Anbau von Käferbohnen.

2.3 Flächen und Betriebe

Die Anbauflächen der Steirischen Käferbohne g.U. wurden in den letzten Jahren kontinuierlich ausgeweitet, um der steigenden Nachfrage gerecht zu werden. Derzeit gibt es rund **180 Betriebe**, die auf insgesamt **ca. 620 Hektar** Steirische Käferbohnen g.U. produzieren (Stand 2017).
Die Steirische Käferbohne g.U. zählt zu einer der bedeutendsten Kulturen des steirischen Gemüsebaus. Der Anbau stellt in **etwa ein Drittel** der steirischen Gemüseanbaufläche dar. **90 %** der österreichischen Käferbohnenproduktion kommen aus der Steiermark.

APP Hinweis





3. Erzeugung
3.1 Pflanzenkunde

Hinweis APP

Phaseolus coccineus L., die Feuerbohne oder in der Steiermark als Käferbohne bezeichnet, ist eine Pflanzenart aus der **Gattung Phaseolus** in der Unterfamilie der **Schmetterlingsblütler** (Faboideae) innerhalb der Familie der **Hülsenfrüchtler** (Fabaceae oder Leguminosae).

Abb. 04 + 05: Aus den Blüten entstehen nach der Befruchtung lange, dunkelgrüne Bohnenhülsen, die bis zu neun Bohnen enthalten.

Diese **krautige, rankende Kletterpflanze** kann bis zu **5 Meter lang** werden kann. Sie ist **frostempfindlich** und braucht besonders zur Blütezeit ausreichend **Wärme und Wasser**.
Die Steirische Käferbohne g.U. bringt von **Juni bis September** rote oder weiße Blüten hervor (je nach Sorte). Aus den befruchteten Blüten entstehen schließlich **4 bis 25 Zentimeter** lange **dunkelgrüne, fleischige Hülsen**, die bis zu **neun nierenförmige Bohnen** (Samen) enthalten.

Hinweis APP

Die Steirische Käferbohne g.U. ist **zweifärbig violett-schwarz** oder **braun-beige**, variiert in ihrem Aussehen sowohl in der **Farbintensität** als auch in ihrem **Farbanteil**. Sie ist aber auf Grund ihrer **typischen Fleckung oder Marmorierung** eindeutig zuordenbar. Die beiden Sorten „**Bonela**“ und „**Melange**“ sind im nationalen und internationalen Sortenregister eingetragen, wobei auch von steirischen Landwirten selbst selektionierte Sorten oder Neuzüchtungen zulässig sind, sofern sie der Spezifikation entsprechen.

Abb. 06: Die Käferbohne hat eine typisch violett-schwarz/braun-beige Marmorierung.

3.2 Anbau

Der heutige Anbau der Steirischen Käferbohne g.U. ist das Ergebnis langjähriger Tradition und Wissen steirischer Landwirte, das über Generationen weitergegeben und verbessert wurde. Die Aussaat der Steirischen Käferbohne g.U. erfolgt im **Frühjahr** von **Ende April bis Mitte Mai**, wenn der **letzte Frost** vorbei ist.

Gut kombiniert!

Die heranwachsende **Kletterpflanze** benötigt eine **Rankhilfe**. Durch das Knowhow jahrelanger Tradition und der Beschäftigung der Erzeuger mit innovativem Anbau, haben sich in der Steiermark verschiedene Kultivierungsformen etabliert:

Stangenkultur

Im Hausgarten werden Stangen als Rankhilfe in den Boden eingeschlagen. Aus Materialien wie Rundhölzern, Bambusstangen, Drähten oder Seilen lassen sie sich selbst herstellen. Der Durchmesser der Stäbe sollte dabei max. 3 cm betragen.

Abb. 07

Spalier- bzw. Heckenkultur

Holzpfähle werden mittels Draht verbunden, über den schließlich Schnüre gewickelt werden, sodass ein Spalier bzw. eine Hecke entsteht. Zur Aufleitung dieser Schnüre wurde von steirischen Landwirten ein eigenes Gerät entwickelt.

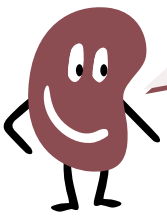
Abb. 08

Kombinationskultur: Mais-Käferbohne

Der Mais fungiert bei dieser Kulturform als Rankhilfe für die Steirische Käferbohne g.U. Diese Anbauform erfordert hohes fachliches Können, um ein optimales Wachstum beider Kulturen zu ermöglichen.

Abb. 09

Abb. 10: Der Mais dient der Bohne als Stützpflanze und dient ihr so als natürlich Rankhilfe.



Die Kombinationskultur (Mais-Käferbohne) ist in der Steiermark am meisten verbreitet.

3.3 Ernte

Steirisches Knowhow

Die Ernte der Bohnen erfolgt im **Herbst**, nach dem **Eintrocknen der Hülsen**.

Abb. 11: Nach dem Eintrocknen der Bohnenhülsen erfolgt die Ernte.

Hinweis APP

Für die Ernte der **Mischkultur „Mais und Käferbohne“** wurde von steirischen Landwirten ein **eigens adaptierter Mähdrescher** entwickelt, sodass beide Kulturen **gemeinsam geerntet** werden können. Die Ernte der **Spalier- bzw. Heckenkultur** erfolgt ebenfalls mit s**peziell angepassten Maschinen** oder **per Hand**. Die Erträge sind stark **witterungs- bzw. standortabhängig**. Bei der **Heckenkultur** werden durchschnittlich **1.500 bis 2.500 kg** sortierte Trockenware erzielt. In der **Mischkultur** werden im **10-jährigen Durchschnitt ca. 700 kg** Trockenbohnen pro Hektar erzielt.

Nach der Ernte müssen die Steirischen Käferbohnen g.U. schnell von den Maiskörnern getrennt werden, um **Druckstellen** zu vermeiden. Im Anschluss werden die Bohnen zum **Schutz vor Pilzerkrankungen rasch getrocknet**. Dann erfolgt die **Reinigung**, bei der Verunreinigungen und Bruchstücke entfernt werden. Abschließend werden die Bohnen **von Hand** zu spezifikationsgemäßer Ware sortiert.

So funktioniert´s !

Abb. 12: Für die Ernte von Mais und Käferbohnen wurden speziell angepasste Mähdrescher entwickelt.

Abb. 13: Hier sieht man das Ergebnis der gemeinsamen maschinellen Ernte von Mais und Käferbohnen.

4. Verarbeitung
4.1 Verwendung und Produkte

Genuss rund ums Jahr

Der Großteil der erzeugten Ware wird über den **Vertragsanbau** in die Verarbeitung und in den **Handel** gebracht. Des Weiteren ist die Steirische Käferbohne g.U. ein typisches Regionalprodukt in der **bäuerlichen Direktvermarktung**.

APP Hinweis

Die Steirische Käferbohne g.U. hat das ganze Jahr über Saison:

Steirische Käferbohne g.U. als Frischware
In der Erntezeit ist sie für kurze Zeit frisch auf lokalen Märkten verfügbar.

Abb. 14

Frisch

Steirische Käferbohne g.U. als Trockenbohne
Vorwiegend ist die Steirische Käferbohne g.U. getrocknet erhältlich.

Abb. 15

Getrocknet

Steirische Käferbohne g.U. essfertig
Auf Bauernmärkten, bei Direktvermarktern und im Handel wird die Steirische Käferbohne g.U. auch essfertig in Gläsern oder Dosen angeboten.

Abb. 16

Gekocht

APP Hinweis

In der heimischen Küche ist die Steirische Käferbohne g.U. stark verankert. Typischerweise wird sie in den **regionalen Buschenschänken** als **„Steirischer Käferbohnensalat“** angeboten – hierfür ist die Zubereitung mit Steirischem Kürbiskernöl g.g.A. charakteristisch. Der typische **zart-nussige Geschmack** ähnelt dem der **Edelkastanie**.

Die Konsistenz ist fein und cremig, die Käferbohne zergeht im Mund und ist **nicht mehlig**. Das macht diese steirische Spezialität zu einem perfekten Allrounder, sowohl in der **süßen** als auch in der **pikanten Küche**. Sie wird zu köstlichen Jausen, Suppen, Hauptspeisen und Desserts verarbeitet.

Abb. 17: Heimische Spezialität: Steirischer Käferbohnensalat.

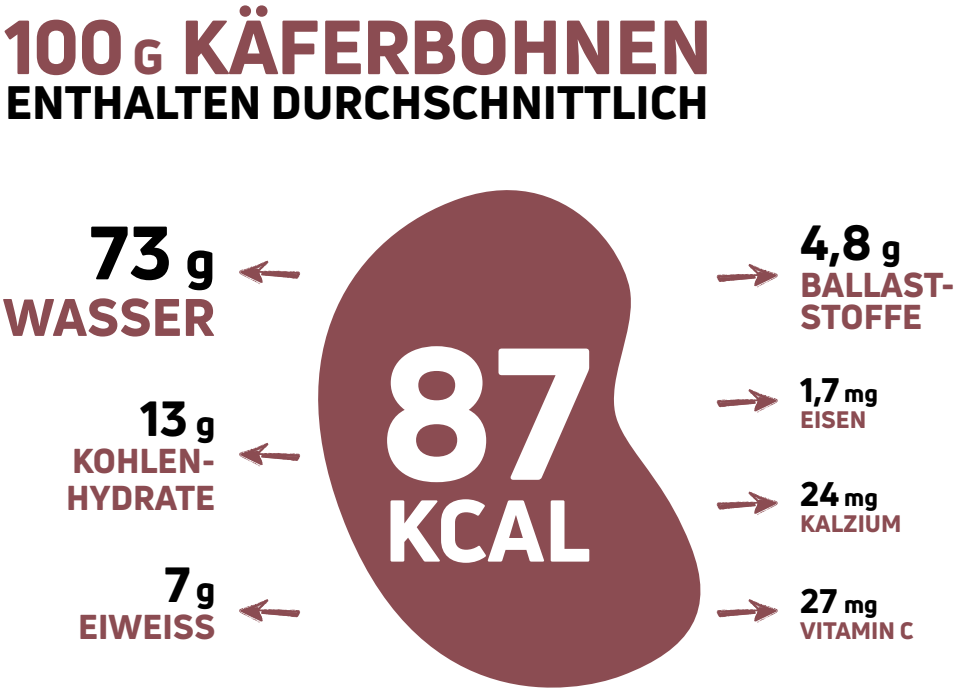
4.2 Käferbohne – Von der Blüte bis zum Bohnensalat

Wissens-kiste

Hier erfährst du mehr über Anbau, Ernte, Verarbeitung bis hin zum fertigen Käferbohnensalat.
Trage die Zahlen in die dafür vorgesehenen Felder ein.

- ◯ BOHNENBLÜTE
- ◯ FRISCHE BOHNENHÜLSEN
- ◯ EINWEICHEN DER BOHNEN
- ◯ ANBAUFELD
- ◯ GETROCKNETE BOHNENHÜLSEN
- ◯ BOHNENSALAT
- ◯ KÄFERBOHNEN

5. Ernährungsinfos
5.1 Inhaltsstoffe



5.2 Gesundheitlicher Wert

Diese Bohne ist nicht ohne!

Die Steirische Käferbohne g.U. ist aus ernährungsphysiologischer Sicht ein ideales Lebensmittel. Sie verfügt über eine optimale Zusammensetzung aus **Kohlenhydraten**, vor allem in Form von **Ballaststoffen, hochwertigem Eiweiß, B-Vitaminen, Vitamin C** sowie **Mineralstoffen wie Eisen, Kalium, Kalzium und Zink** bei **minimalem Fettgehalt**.

*Die gute Kombination aus Kohlenhydraten und reichlich Eiweiß machen die Bohne vor allem für die **fleischlose Ernährung** besonders interessant.*

Im Gegensatz zu tierischen Eiweißlieferanten kommt die Steirische Käferbohne g.U. ganz ohne unerwünschte Begleiter wie z.B. **Cholesterin** aus. Durch die Kombination mit Getreideprodukten oder Erdäpfeln wird das Eiweiß der Steirischen Käferbohne g.U. noch weiter aufgewertet. Ballaststoffe **regulieren**

APP Hinweis

Hinweis APP

Hausmittel

die Verdauung, machen **schneller satt** und lenken unseren **Blutzucker- sowie Cholesterinspiegel** in gewünschte Bahnen. Leider essen wir Österreicher aber viel zu wenig von diesen wertvollen Inhaltsstoffen. Ein Steirischer Käferbohnensalat leistet zur Versorgung bereits einen wesentlichen Beitrag. Eine **Portion (250 g)** der steirischen Spezialität deckt allein ein **Drittel des Tagesbedarfs** an Ballaststoffen.

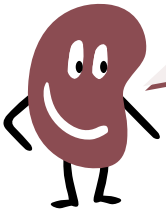
Saponine zählen zur Gruppe der sekundären Pflanzenstoffe. Sie besitzen **krebshemmende** sowie **cholesterinspiegelsenkende Eigenschaften**. Da diese Stoffe in der Hülsenfrucht reichlich enthalten sind, kann eine käferbohnenreiche Ernährung die **Vorbeugung dieser Erkrankungen** unterstützen.

Vom Winde verweht...

Hinweis APP

Eine etwas unerwünschte Begleiterscheinung nach dem Konsum von Käferbohnen ist das Auftreten von **Blähungen**. Grund dafür ist der hohe Gehalt an **Oligosacchariden** und **Ballaststoffen**. Mit Hilfe der richtigen Zubereitung kann hier aber leicht Abhilfe geschaffen werden. **Lorbeerblätter, Bohnenkraut** oder eine **Prise Asant** vermindern die blähende Wirkung. Werden gekochte Bohnen oder Bohnengerichte nach der Zubereitung **tiefgekühlt** und **wieder aufgetaut**, verschwindet die unangenehme Wirkung fast zur Gänze.

Abb. 18: Beim Kochen von Käferbohnen sollte man immer Lorbeerblätter, Bohnenkraut oder Asant dem Kochwasser beifügen, um die blähende Wirkung zu vermindern.



Jedes Böhnchen ein Tönchen?
Tipp: Tiefkühlen nimmt die blähende Wirkung.

6. Einkauf und Kennzeichnung

6.1 Kennzeichnungselemente, Marken, Gütesiegel

Die Steirische Käferbohne g.U.

Um regionale Spezialitäten zu bewahren und vor Nachahmung und Rufausbeutung zu schützen, gibt es den **EU-Herkunftsschutz**. Im **August 2016** wurde auch die Steirische Käferbohne g.U. in das **EU-Herkunftsschutzregister** aufgenommen und die Bezeichnung „Steirische Käferbohne g.U." ist seitdem gesetzlich geschützt. Dieses **EU-Qualitätssiegel** auf dem Etikett garantiert:

Abb. 19: Unionszeichen für „Geschützte Ursprungsbezeichnung"

Wenn „Steirische Käferbohne g.U." drauf steht, dann sind auch Steirische Käferbohnen g.U. drinnen. Fehlt dieses Qualitätssiegel, so ist die steirische Herkunft nicht gewährleistet.

Was bedeutet der Zusatz g.U.?

APP *Hinweis*

- g. U. ist ein europäisches Qualitätsgütesiegel und steht für „geschützte Ursprungsbezeichnung".
- Bei der geschützten Ursprungsbezeichnung müssen alle Produktionsschritte des geschützten Produktes in einem bestimmten geografischen Gebiet nach einem anerkannten und festgelegten Verfahren erfolgen.

Was bedeutet g.U. für die Steirische Käferbohne g.U.?

- Die Bohnen sind zu 100 Prozent steirischer Herkunft.
- Der Anbau und alle weiteren Schritte der Aufbereitung zur essfertigen Bohne erfolgen in der Steiermark.
- Die Qualitätskriterien sind in einer Spezifikation genau definiert.
- Die Zertifizierung der Betriebe erfolgt durch eine staatlich akkreditierte Kontrollstelle (externe Kontrolle).

6.2 Tipps für den Einkauf

Die Banderole: Erkennungsmerkmal der Steirischen Käferbohne g.U.

Die Banderole mit dem **Steirischen Panther** und dem **rotgelben Unionszeichen** kennzeichnet die Steirischen Käferbohnen g.U. von **zertifizierten Betrieben**. Käferbohnen-Produkte, die dieses Zeichen tragen, beinhalten garantiert und kontrolliert zu **100 % Steirische Käferbohnen g.U**. Die einmalige **fortlaufende Kontrollnummer** und die ausgewiesene Mengeneinheit geben zusätzlich Sicherheit.

Abb. 20: „Steirische Käferbohnen-Banderole"

APP *Hinweis*

7. Zubereitung und Lagerung
7.1 Verwendung in der Küche

Käferbohnen sind vielseitig anwendbar.

Die Steirische Käferbohne g. U. – ein Multitalent!
Die vielseitige Bohne zeichnet sich durch die zahlreichen **Verwendungsmöglichkeiten** aus. Die Palette an Rezepten scheint nahezu unbegrenzt und reicht vom klassischen Steirischen Käferbohnensalat über Suppen, Hauptspeisen und Beilagen bis hin zu feinen Nachspeisen und süßen Leckereien.

Kein Kinderspielzeug!
Vor dem Genuss der Steirischen Käferbohnen g.U. sind jedoch einige Vorbereitungsschritte notwendig. Käferbohnen dürfen, wie alle anderen Bohnen, nämlich nur im **gekochten Zustand gegessen** werden. Roh enthält die Bohne nämlich das **giftige Phasin**, welches bereits in kleineren Mengen **schwere Vergiftungserscheinungen** hervorruft. Beim Kochen wird dieses Gift jedoch zerstört, sodass gekochte Bohnen völlig bedenkenlos verzehrt werden können. Käferbohnen sollten deshalb aber immer **außer Reichweite von Kindern** aufbewahrt werden.

Hinweis APP

Käferbohnen nur im gekochten Zustand verzehren.

Ab in die Wanne!
Vor der Zubereitung müssen trockene Käferbohnen erst einmal **12 bis 14 Stunden** in **Wasser** eingelegt werden. Dadurch **quellen** sie auf und können anschließend gekocht werden. Käferbohnen, die nicht ausreichend gequollen sind, bleiben beim Kochen **hart**.

Hinweis APP

Abb. 21: Vor dem Kochen müssen die getrockneten Bohnen immer eingeweicht werden.

Anleitung zur Zubereitung von Steirischen Käferbohnen g.U.

APP Hinweis

1. Die getrockneten Bohnen gründlich mit Wasser waschen. Wasser weggießen.

Abb. 22

2. Über Nacht in einer großen Schüssel mit Wasser einweichen (möglichst weiches Wasser oder abgekochtes Wasser verwenden, Mengenverhältnis ca. 1:3)

Abb. 23

3. Im Einweichwasser auf kleiner Flamme 1,5 bis 2 Stunden kochen, so bleiben die Nährstoffe gut erhalten.

Abb. 24

4. Das Käferbohnenwasser mit einer Prise Zucker, 1 bis 2 Lorbeerblättern und/oder Bohnenkraut würzen – das verringert die blähende Wirkung.

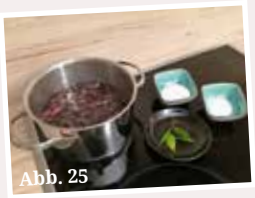


Abb. 25

5. Darauf achten, dass die Bohnen mit genügend Wasser gleichmäßig bedeckt sind, damit sie nicht ungleich gegart werden.

6. Salz und evt. etwas Essig erst am Ende der Kochzeit zugeben, da die Bohnen sonst länger hart bleiben.

7. Die Bohnen im Kochwasser abkühlen lassen, damit die Haut nicht aufspringt.

Wenn's schnell gehen muss

- Im **Druckkochtopf** reduziert sich die **Garzeit** auf **15 bis 20 Minuten**.
- Im **Herbst frisch geerntete Käferbohnen** müssen **nicht eingeweicht** werden und sind in **ca. 30 Minuten** gar.
- Steirische Käferbohnen g.U. gibt es bereits **essfertig** aus der **Dose**.

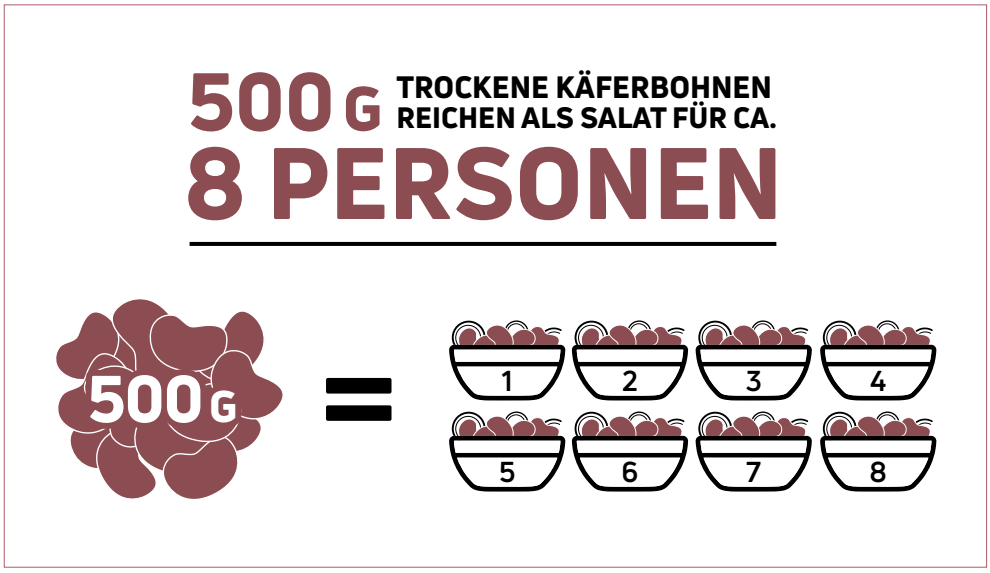
Tipps:

Käferbohnen können im gekochten Zustand eingefroren werden. Das verringert auch ihre blähende Wirkung.

Käferbohnen (gekocht und passiert) ähneln in Geschmack und Konsistenz sehr der Kastanie und könne diese in diversen Speisen ersetzen.

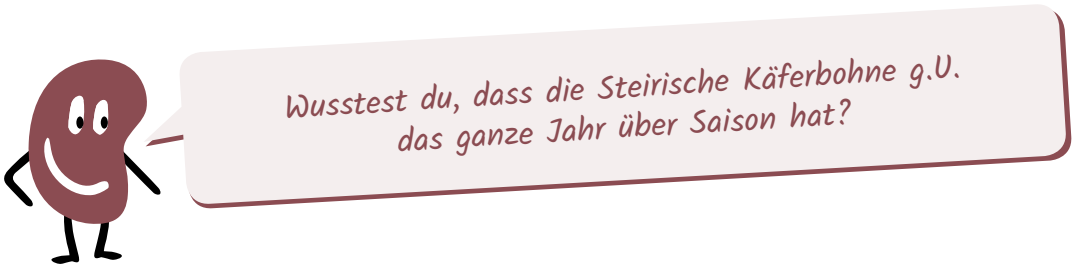
Mengenverhältnisse

Getrocknete Käferbohnen **quellen** durch das Einlegen in Wasser auf das **circa Vierfache** ihrer Größe auf. Das Gewicht steigert sich um das **2,5-fache**.



7.2 Richtige Lagerung

Käferbohnen immer **trocken, dunkel** und **kühl** lagern.



8. Rezepte

STEIRISCHER KÄFERBOHNENSALAT

ZUTATEN

250 g genussfertige Steirische Käferbohnen g.U.
½ Zwiebel
Steirisches Kürbiskernöl
Apfelessig
Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

Käferbohnen mit einem Sieb abseihen. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Käferbohnen und Zwiebel in eine Schüssel geben und vermengen. Salz, Pfeffer, Essig und Kernöl zu einer Marinade verrühren und darüber verteilen. Alles gut durchmischen. Je nach Geschmack können hart gekochte Eier darüber gegeben werden. Mit Brot oder als Beilage servieren.

Anstelle der genussfertigen Käferbohnen können auch getrocknete Käferbohnen verwendet werden. Die rohen getrockneten Bohnen werden zuerst gewaschen. Anschließend werden die Bohnen in eine Schüssel gegeben und in Wasser (ca. dreifache Wassermenge) eingeweicht und über Nacht stehen gelassen. Am nächsten Tag werden die Bohnen mit dem Einweichwasser weich gedünstet. Hinzugegeben werden Zucker, Lorbeer und Bohnenkraut. Am Ende der Kochzeit wird auch Salz beigefügt. Die Kochzeit der Bohnen beträgt ca. 1,5 Stunden.

Abb. 26

HOLUNDER-KÄFERBOHNENSUPPE

ZUTATEN

2 EL Öl
1 Zwiebel
1 große Karotte
⅛ Sellerieknolle
½ Petersilwurzel
1 große Tasse gekochte Steirische Käferbohnen g.U.
1 Kartoffel
⅛ l Holundernektar
Salz, Pfeffer
¼ l Kochsud von den Käferbohnen
½ l Wasser
Schlagobers
Steir. Käferbohnen g.U. als Einlage

ZUBEREITUNG

Zwiebel würfelig schneiden, in Öl anrösten und dann die geschnittenen Karotten, Sellerie und Petersilie mitrösten. Anschließend mit Wasser und dem Kochsud aufgießen. Den Holundernektar, die Käferbohnen und die geschnittene Kartoffel dazugeben und würzen. Die Suppe ca. 45 Minuten leicht kochen lassen und anschließend mit einem Mixstab pürieren.

Zum Abschluss mit Schlagobers verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

KÄFERBOHNEN-WALNUSS-MUS MIT KÜRBISKERNPESTO

ZUTATEN

250 g gekochte Steirische Käferbohnen g.U.
3 EL Walnüsse
30 ml Öl
Salz und Pfeffer zum Abschmecken
Kürbiskernpesto
2 Zehen Knoblauch
½ Bund Petersilie
100 g geröstete Kürbiskerne
80 ml Kürbiskernöl
3 EL Hartkäse
Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

Gekochte Käferbohnen pürieren und mit geriebenen Walnüssen vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Pesto Kürbiskerne rösten. Hartkäse reiben. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit dem Pürierstab zerkleinern. Würzig abschmecken.

Ungekochte Käferbohnen enthalten das **giftige Phasin**, welches schwere Vergiftungserscheinungen hervorruft. **Deshalb unbedingt die Bohnen vor dem Verzehr kochen!**

HÜHNERBRUST MIT KÄFERBOHNEN-ZIEGENKÄSEFÜLLE

ZUTATEN

4 Hühnerbrustfilets

Fülle:
80 g Ziegenfrischkäse oder Ziegenweichkäse
70 g Steirische Käferbohnen g.U.
2 Tomaten
60 g Parmesan gerieben
25 g Walnüsse gerieben
Olivenöl
Salz, Pfeffer, Bohnenkraut

ZUBEREITUNG

Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und mit Backpapier auslegen.
Ziegenkäse, Tomaten und Käferbohnen würfelig schneiden und mit den restlichen Zutaten für die Fülle vermengen. Hühnerbrustfilets abtrocknen und an einer Seite mit einem Messer aufschneiden. Die Fülle hineingeben und mit Zahnstocher die Einschnitte fixieren.

Hühnbrustfilets ca. 15–20 Minuten überbacken.

KARTOFFELROLLE MIT KÄSE-KÄFERBOHNEN-FÜLLE

ZUTATEN

Fülle:
250 g Camembert
250 g Steir. Käferbohnen g.U. gekocht
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Fenchelknolle
2 EL Petersilie
Salz und Pfeffer
2 EL Butter

Kartoffelteig:
500 g mehlige Kartoffeln
200 g griffiges Mehl
80 g geriebener Hartkäse
60 g Gries
2 Eier
40 g Butter
Muskatnuss
1 Eidotter
Milch und Butter zum Bestreichen

ZUBEREITUNG

Geschälte und gekochten Kartoffel durch eine Kartoffelpresse drücken. Die Masse mit Salz, Muskatnuss, weicher Teebutter, Eier, Mehl und Grieß zu einem Teig kneten. In Frischhaltefolie wickeln und kühl stellen.
Zwiebel, Käse und den Fenchel in kleine Würfel schneiden. Fenchel blanchieren. Die Zwiebelwürfel in heißem Fett anrösten, mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und Petersilie würzen. Käferbohnen pürieren. Alle Zutaten vermengen und abschmecken.

Den Kartoffelteig auf einer bemehlten Unterlage zu einem ein Zentimeter dicken Rechteck auswalzen. Die Käse-Käferbohnen-Masse in der Mitte des Teiges der Länge nach auflegen und den Teig einrollen. Die Rolle mit Milch bestreichen und straff in eine mit Teebutter bestrichene Alufolie einwickeln. Die Roulade in Salzwasser etwa 20–25 Minuten kochen. Danach die Rolle aus dem Wasser heben, auswickeln und mit Eidotter bestreichen. Den geriebenen Käse drüberstreuen und kurz im heißen Backrohr überbacken.

BOHNENTÖRTCHEN MIT HOLUNDERSAUCE

ZUTATEN

480 g gekochte passierte Steirische Käferbohnen g.U.
6 Eier
150 g Zucker
150 g Nüsse
1 Pkg Backpulver
Zimt
1 EL Honig
1 TL Speisestärke
1 Holunderblüte
Wasser nach Bedarf

ZUBEREITUNG

Eigelb mit der halben Zuckermenge schaumig rühren, Eiklar mit Zucker zu Schnee schlagen. Beide Massen vermengen, passierte Bohnen, Nüsse, Backpulver und Zimt unterheben. Masse in kleine befettete Backformen füllen, bei 180 °C 25 Minuten backen.
Honig erwärmen, Holunderblüten beigeben, mit etwas Wasser aufgießen und mit Stärke binden. Törtchen mit Holundersauce und geschlagenem Obers anrichten. Mit karamellisierten Käferbohnen und Minze garnieren.

Abb. 27

KÄFERBOHNENSTRUDEL MIT SCHAFKÄSE

ZUTATEN

350 g Mehl
70 g Butter
1 Ei
⅛ Wasser

Fülle:
400 g Steirische Käferbohnen g.U.
200 g Schafskäse
250 g Sauerrahm
160 g Grieß
Butter oder Öl
300 g Zwiebel
120 g Semmelwürfel
2 rote Paprika
160 g Speck
Majoran, Bohnenkraut
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Mehl und Butter abbröseln. Ei und Wasser versprudeln und alles zu einem weichen geschmeidigen Teig verarbeiten. Zugedeckt rasten lassen.

Gekochte Bohnen mit Majoran, Bohnenkraut, Salz und Pfeffer würzen. Grieß in Butter oder Öl anrösten und mit etwas Wasser quellen lassen. Den würfeligen Zwiebel mit Speck, Paprikawürfel und Semmelwürfel ebenso in heißem Fett rösten. Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen und Sauerrahm unterrühren. Würzig abschmecken. Die Käferbohnen beigeben und den würfeligen Schafkäse vorsichtig unter die Bohnenmasse heben.

Den Strudelteig ausziehen, beölen und zu ¾ füllen. Einrollen und mit zerklopftem Ei bestreichen und bei 200 °C ca. 30 Minuten backen.

KÄFERBOHNENSCHNITTE

ZUTATEN

9 Eier
130 g Butter
270 g Zucker
320 g Grau- und Weißmohn gemischt
1 Pkg. Vanillezucker
½ Pkg. Backpulver
1 KL Zimt

Käferbohnencreme:
500 g gekochte Steirische Käferbohnen g.U.
500 g Topfen
500 g Obers
200 g Staubzucker
10 Gelatineblätter

ZUBEREITUNG

Eier trennen. Butter, Dotter und Zucker schaumig rühren. Mohn, Vanille, Backpulver und Zimt nach und nach dazugeben. Eiklar steif schlagen und unterheben. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Bei 160 °C Heißluft 35 Minuten backen.
Käferbohnen pürieren und mit Topfen und Staubzucker verrühren. Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und auflösen. Mit Masse anrühren und anschließend in die Masse einrühren. Obers aufschlagen und unterheben. Die Creme aufstreichen und kalt stellen.

9. TESTE DEIN WISSEN

IN 15 FRAGEN ZUM PROFI

Überprüfe dein Käferbohnen-Wissen anhand der folgenden 15 Fragen. Die Lösungen findest du am Ende dieser Seite. Du kannst dein Wissen aber auch online in unserer APP „App4LAP“ überprüfen! Gehe dazu einfach mit deinem Handy oder PC in den App-Store, installiere KOSTENLOS die APP „App4LAP“ und los gehts ...!

1. **Die Anbaugebiete der Käferbohne haben sehr hohe Ansprüche an den Boden und ihr Klima, deshalb werden Käferbohnen hauptsächlich in der Steiermark kultiviert. Wie viel Prozent des österreichischen Anbaus finden in der Steiermark statt?**
   a) 100 %
   b) 50 %
   c) 90 %
   d) 60 %

2. **Wieviel Steirische Käferbohnen g.U. decken bereits ein Drittel des Tagesbedarfs an Ballaststoffen ab?**
   a) eine einzige Bohne
   b) eine Portion (250 g) Käferbohnensalat
   c) ein Kilo rohe Käferbohnen
   d) ein Kilo gekochter Käferbohnenbrei

3. **Die „Käferbohne“ ist vor allem in Österreich bekannt. Im deutschen Sprachraum kennt man sie eher unter dem Begriff ...?**
   a) Stinkbohne
   b) Feuerbohne
   c) Wasserbohne
   d) Wachsbohne

4. **Ein bekannter Spruch lautet: „Jedes Böhnchen gibt sein Tönchen.“ Wie kann diese blähende Wirkung nach dem Verzehr vermindert werden?**
   a) Durch die Zugabe von Bohnenkraut, beim Kochen der Bohnen.
   b) Durch das anstechen der Käferbohnen vor dem Kochen.
   c) Durch das Tiefkühlen der gekochten Käferbohnen.
   d) Durch die Zugabe von Knoblauch.

5. **Wie bzw. wann erfolgt die Steirische Käferbohnenernte g.U.?**
   a) Händisch, nachdem der Mais gedroschen wurde.
   b) Mit eigens adaptierten Mähdreschern, die Mais und Käferbohnen gleichzeitig ernten.
   c) Im Sommer, wenn die Hülsen noch fleischig sind.
   d) Im Herbst, nach dem Eintrocknen der Hülsen.

6. **Warum sind Steirische Käferbohnen g.U. der perfekte Fleischersatz in vegetarischen Menüs? Weil sie ...**
   a) besonders reich an Eiweiß sind.
   b) frei von Cholesterin sind.
   c) besonders fettarm sind.
   d) einen fleischähnlichen Geschmack aufweisen.

7. **Du liest in den Fragen zur Käferbohne häufig den Zusatz g.U. Was bedeutet das?**
   a) *gegen Unkraut*
   b) *garantierter Umweltschutz.*
   c) *geschützte Ursprungsbezeichnung.*
   d) *gigantus Ultimus.*

8. **Geschmack und Konsistenz der Steirischen Käferbohne g.U. erinnern stark an … ?**
   a) *Erdbeeren*
   b) *Paradeiser*
   c) *Kohl*
   d) *Edelkastanien*

9. **Getrocknete Käferbohnen müssen vor dem Kochen in kaltem Wasser eingeweicht werden. Wie lange in etwa?**
   a) *1/2 Stunde*
   b) *3 Tage*
   c) *den ganzen Winter*
   d) *12–14 Stunden*

10. **Ein Gast möchte gerne Steirische Käferbohnen g.U. kaufen. Worauf sollte er achten, um garantiert steirische Ware zu bekommen?**
    a) *auf die charakteristische violette Farbe der Bohne.*
    b) *auf die Bezeichnung Steirische Käferbohne g.U.*
    c) *auf die Banderole mit dem steirischen Panther.*
    d) *auf die Bezeichnung Steirische Käferbohne g.g.A.*

11. **Ein Gast erkundigt sich, warum der Mais in der Steiermark so schöne rote Blüten hat. Du erklärst ihm, dass…**
    a) *dies eine spezielle steirische Maiskultur ist.*
    b) *die roten Blüten zur Käferbohnenpflanze gehören.*
    c) *die Maispflanze der Käferbohne als Rankhilfe dient.*
    d) *aus den Blüten schließlich Hülsen entstehen, die bis zu neun Käferbohnen enthalten.*

12. **Zu welcher Familie gehört die Käferbohne?**
    a) *Kreuzblütler*
    b) *Nachtschattengewächse*
    c) *Rosengewächse*
    d) *Hülsenfrüchtler*

13. **Ein Tourist kauft zur Erntezeit frische Steirische Käferbohnen g.U. am Markt und möchte diese gleich kosten. Du warnst ihn, denn:**
    a) *die rohen Bohnen enthalten Schädlinge, die erst beim Kochen herausgelockt werden können.*
    b) *der Verzehr roher Bohnen bringt laut einer Überlieferung Unglück.*
    c) *rohe Bohnen sind giftig und sollten keinesfalls gegessen werden.*
    d) *die rohen Bohnen stark salzig schmecken*

14. **Wann hat die Steirische Käferbohne g.U. Saison?**
    a) *Nur im Winter.*
    b) *Als Trockenware das ganze Jahr.*
    c) *Als Essfertige Konserve das ganze Jahr.*
    d) *Als Frischware zur Erntezeit.*

15. **Ein Gast hat vor seiner Abreise getrocknete Käferbohnen gekauft. Welche Tipps kannst du ihm für die Zubereitung geben?**
    a) *Zum Einweichen möglichst weiches oder abgekochtes Wasser verwenden.*
    b) *Salz zu Beginn der Kochzeit zugeben.*
    c) *Bohnen nach dem Kochen kalt abschrecken.*
    d) *Darauf achten, dass die Bohnen gleichmäßig mit Wasser bedeckt sind.*

Lösungen: 1a, 2b, 3b, 4a/c, 5b/d, 6a/b/c, 7c, 8d, 9d, 10b/c, 11b/c/d, 12d, 13c, 14b/c/d, 15a/d

10. Wissenswertes

Literaturempfehlungen

Bohn‘ Appetit: Das Käferbohnenkochbuch von Taliman E Sluga; 2005

Links

http://www.steirergemuese.at/de/gemuese/gemuesearten/kaeferbohne/
https://www.steirische-spezialitaeten.at/kulinarik/steirische-kaeferbohne.html
https://www.patentamt.at/fileadmin/root_oepa/Dateien/Marken/Herkunftsangaben/Steirische Kaeferbohne.pdf
http://diekaeferbohne.at
http://www.baecksteffl.at

Quelle und weitere Informationen

Plattform zum Schutz der Steirischen Käferbohne g.U., Hamerlinggasse 3, 8010 Graz

Rezepte

Michaela Summer, Bäcksteffl Bauernspezereien und Käferbohnenkabinett
Dušan Zelko, Srednja šola za gostinstvo in turizem Radenci
Tourismusregionalverband Oststeiermark

Fotocredits

Coverfoto, Abb. 14, 27, 28: © Bernhard Bergmann
Abb. 1: © iStock
Abb. 2, 15: © Fotolia – uckyo, M. Schuppich,
Abb. 4, 6, 16: © Estyria Naturprodukte GmbH
Abb. 5, 10: © Ewald Neffe
Abb. 8, 11: © GENUSSREGION, Südsteirische Käferbohne g.U.
Abb. 3, 7, 9, 12, 13: © Alwera AG
Abb. 16: © Steirerkraft
Abb. 17, 26: © TV St. Ruprecht / Die Mosbachers
Abb. 18, 21 – 25: © Tourismusregionalverband Oststeiermark

Abb. 28

IMPRESSUM

Herausgeber:
Projekt Flagship Products SIAT33
Qualifizierungsagentur Oststeiermark GmbH (QUA)
8350 Fehring, Pertlstein 244, www.qua.or.at

Inhalt & Lektorat:
Landeskammer für Land- und Forstwirtschaft Steiermark
Verein Lebensqualität am Lande: Mag.ª Nicole Zöhrer, Andrea Windhaber
Mag.ª Ulrike Schilder, Geschäftsführung, Plattform zum Schutz der Steirischen Käferbohne g.U.
Michaela Summer, Bäcksteffl Bauernspezereien und Käferbohnenkabinett
„Die Korrektorin“ & „Red Pen“ Lektoratsbüro & Sprachdienstleistungen e.U.

Konzept & Gestaltung:
Qualifizierungsagentur Oststeiermark GmbH (QUA)
look! design

Alle Angaben sind mit bestem Wissen erstellt worden. Bitte haben Sie Verständnis, wenn wir dennoch keine Gewähr für die Richtigkeit der Angaben übernehmen können. Satz- und Druckfehler vorbehalten.

Die Qualifizierungsmodule wurden im Zuge des Projektes „Flagship Products“ erstellt. Flagship Products wird vom grenzübergreifenden Kooperationsprogramm Interreg V-A Slowenien-Österreich (Europäischer Fonds für regionale Entwicklung – EFRE) und vom Land Steiermark unterstützt.

Modulov usposabljanja je pripravljena v sklopu projekta „Flagship Products“. Vodilne produkte podpira program čezmejnega sodelovanja Interreg V-A Slovenija-Avstrija (Evropski sklad za regionalni razvoj – ESRR) in dežela avstrijska Štajerska.

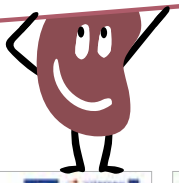
Mit Unterstützung von:

Steirische Käferbohne

Landwirtschaftskammer Steiermark

QUA Qualifizierungsagentur

Weitere Schulungsunterlagen aus dieser Reihe:



QUA
Qualifizierungsagentur

www.qua.or.at