

# Check Up

## Back. **Business**

DAS ENTSCHEIDER-MAGAZIN  
FÜR DIE BACKBRANCHE



**BROT MIT ACKERBOHNE  
BLEIBT 9 TAGE FRISCH**

## SUPERFOOD

# Ackerbohne verleiht Brot 9 Tage Frische, mehr Proteine & Ballaststoffe

Regionale Produkte sind derzeit mehr als jemals zuvor angesagt. Mit der geschmacksneutralen Ackerbohne als Zutat, die sowohl ernährungsphysiologische als auch backtechnische Vorteile bietet, können Bäcker ihren Backwaren ein Premiumsiegel verleihen – mit Heimatbezug und Health Claims.

Auf der Suche nach neuen Zutaten führt der Weg immer öfter zurück zu den heimischen Wurzeln. In diesem Fall in das Rheinland. Hier bauen **Maria** und **Karl-Adolf Kremer** auf rund 600 Hektar ihres Hofes Lindenau in Linnich-Köferen/Nordrhein-Westfalen Ackerbohnen an. Eine Hülsenfrucht, die sowohl ernährungsphysiologisch als auch backtechnisch viele Vorteile mit sich bringt. Allerdings ist das hierzulande noch weitgehend unbekannt. Zwar liegt deutschlandweit die Anbaufläche für die Ackerbohne mittlerweile bei rund 55.000 Hektar, aber die Faba- oder Favabohne, wie sie auch genannt wird, wird überwiegend als eiweißreiches Tierfutter eingesetzt und kaum für die Lebensmittelherstellung.

Um das zu ändern, hat das Landwirt-Ehepaar Kremer den **Verein Rheinische Ackerbohne** gegründet. Hierbei handelt es sich nicht um eine spezifische Sorte, sondern der Name soll die regionale Vermarktung unterstützen. Denn trotz stetig steigenden Anbaus von Körnerleguminosen laufen die Strukturen in dem kleinen Marktsegment noch nicht so rund wie bei Weizen oder Raps. Dabei ist die gentechnikfreie Hülsenfrucht hervorragend für die menschliche Ernährung beziehungsweise zum Brotbacken geeignet – mit positiven Effekten sowohl für die Konsumenten als auch für das Produkt. So bindet die Ackerbohne mehr Wasser und sorgt auf natürliche Weise, sodass das Brot länger saftig bleibt. „Statt zwei oder drei Tage, haben Brot und Brötchen eine Verzehrfrische von



## ACKERBOHNE SAMENINHALTSSTOFFE

- ▶ **Rohprotein:** 26,7 Prozent, zum Vergleich: Erbse 25,7 Prozent, Lupinen 37,6 Prozent, Sojabohne 39,0 Prozent
- ▶ **Rohfett:** 2,3 Prozent, zum Vergleich: Erbse 1,4 Prozent, Lupinen 11,6 Prozent, Sojabohne 19,6 Prozent
- ▶ **Verdauliche Kohlenhydrate:** 44,8 Prozent, zum Vergleich: Erbse 53,7 Prozent, Lupinen 36,5 Prozent, Sojabohne 7,6 Prozent
- ▶ **Ballaststoffe:** 18,1 Prozent, zum Vergleich: Erbse 18,7 Prozent, Lupinen 6,5 Prozent, Sojabohne 16,6 Prozent
- ▶ **Mineralstoffe:** 3,6 Prozent, zum Vergleich: Erbse 2,9 Prozent, Lupinen 3,5 Prozent, Sojabohne 5,5 Prozent

Quelle: Justus-Liebig-Universität Gießen

bis zu neun Tagen“, erklärt **Bäckereiberater Thomas Leopold** aus Oberursel.

## Unabhängig vom internationalen Markt

Ernährungsphysiologisch hat die Ackerbohne auch einiges zu bieten: Sie ist reich an Eiweißen, Ballaststoffen und sekundären Pflanzenstoffen. Zudem bewirkt eine Ernährung, die reich an Hülsenfrüchten ist, deutlich bessere Blutzuckerwerte

bei Diabetikern. Da die Ackerbohne zudem allergiefrei ist, stellt sie einen idealen Ersatz für Soja dar und passt perfekt zum Trend der gesundheitsbewussten Ernährung. Zwar gilt das auch für andere Hülsenfrüchte wie Erbsen, aber „die Ackerbohne ist geschmacklich nicht so vordergründig wie zum Beispiel Erbsenmehl“, erklärt **Siegfried Brenneis**, seit zehn Jahren **Teamkapitän der Deutschen Bäcker-Nationalmannschaft**. Es steckt also viel Potenzial in Ackerbohnenbrot.

Davon ist auch **Bernd Kütscher, Leiter der Akademie Deutsches Bäckerhandwerk Weinheim**, überzeugt: „Aus meiner Sicht bestehen die Vorteile dieser Pflanze nicht nur in einer besseren Frischhaltung. Durch den Corona-Virus und den Klimawandel werden die Wirtschaftskreisläufe in Zukunft stärker regional und weniger global sein. Traditionelle, regionale Rohstoffe wie die Ackerbohne können eine sehr gute Antwort des Bäckerhandwerks hierauf sein.“ Auch Thomas Leopold glaubt, dass durch die Corona-Pandemie eine Rückbesinnung auf regionalen Anbau stattfinden wird, um sich unabhängiger von den globalen Märkten zu machen. „Denn viele Rohstoffe wie Bohnen, Linsen, Erbsen, Kürbis- und Sonnenblumenkerne, die in China, Ägypten und in der Türkei angebaut werden, könnten auch in Deutschland angebaut werden“, betont Leopold.

## Health Claim tauglich

Siegfried Brenneis entdeckte die Ackerbohne, als er für sein aktuelles Buch „Gesundheitsbewusst Backen“ recherchierte. „Beim Thema eiweißangereichertes Brot stößt man unausweichlich auf den Rohstoff“, erklärt der Bäcker- und Konditormeister aus Mudau-Schloßau/Baden-Württemberg. Tatsächlich sind Bohnen im Brot nur in Deutschland noch etwas ungewöhnlich. In anderen Nationen wie Israel, Ägypten oder Libanon gehören sie zu den Standardbackzutaten zum Beispiel für Falafel.

Auch die Franzosen mischen seit jeher etwa 0,5 bis 1,0 Prozent Bohnenmehl in ihr Baguettemehl. Das erzielt zwei wesentliche Effekte: „Die Krume wird heller und das Volumen größer“, erklärt Brenneis. Er hat bereits zahlreiche klassische Rezepturen mit der Ackerbohne abgewandelt: „Die besten Backergebnisse erziele ich mit 20 Prozent Ackerbohne. Bei der Berechnung ziehe ich natürlich vorher die Prozente von der Menge der Getreideerzeugnisse ab.“

Was so einfach klingt, bedarf handwerklicher Fachkenntnisse. „Denn die Ackerbohne ist ein neuer Rohstoff für die Bäcker und erfahrungsgemäß brauchen sie zehn Backversuche bis sie letztlich das Produkt haben, das sie auch verkaufen

Die Landwirte Karl-Adolf und Maria Kremer aus Linnich-Kofferen (in der Mitte Sohn Christian) beliefern zahlreiche Bäckereien aus Nordrhein-Westfalen mit der Ackerbohne. Der Anbau wird bundesweit seit 2015 vom Bund für fünf Jahre finanziell unterstützt, um den Natur- und Umweltschutz zu fördern. Denn die Ackerbohne hat von allen Körnerleguminosen die größte Anbaubedeutung und ist zudem ein wichtiges Fruchtfolgeglied im Ökolandbau. Sie wird aber auch konventionell angebaut und benötigt aufgrund ihrer Robustheit kaum Pflanzenschutzmittel. Sie blüht acht Wochen von Mai bis Juni, wenn der Raps ausgeblüht ist. Somit bereitet die Hülsenfrucht vielen Insekten einen durchgehend gedeckten Tisch und ist ein Dorado für Hummeln, Bienen und Schmetterlinge.





Beim 4. Weinheimer Brotforum stellte der Bäckereiberater Thomas Lepold den 150 Teilnehmern die Vorteile von Backwaren mit Leguminosen wie der Ackerbohne vor. Auch geschmacklich konnte das Dinkelflockenbrot mit Ackerbohne bei der Verkostung überzeugen. Denn geröstet verleiht die Bohne dem Brot ein leicht nussiges Aroma (siehe Rezept Seite 14).

wollen“, erklärt Landwirtin Maria Kremer. Denn um zum Beispiel mit dem Health Claim ‚eiweißreich‘ werben zu können, braucht man etwa 20 Prozent Ackerbohne im Teig (auf das Kilo Mehl bezogen). „Diese Menge kann man nur über ein Kochstück in das Brot hineinbringen“, erklärt Thomas Lepold, Diplomingenieur für Bäckereitechnologie. Weil die Ackerbohne sehr viel Wasser bindet – bei einem Anteil von etwa 20 Prozent erhöht die Ackerbohne die Teigausbeute um 25 Prozent – eignet sich die Bohne perfekt in Kombination mit Dinkel oder Emmer, „da das Getreide allein verarbeitet schnell trocken wird“, erklärt Maria Kremer, „die Ackerbohne gibt hingegen die Feuchtigkeit langsam an das Backwerk ab, sodass das Brot länger frisch bleibt.“

## Mit Spezialbrotten punkten

Eine der ersten Bäckereien, die über den Verein Rheinische Ackerbohne der Landwirte Kremer auf die Ackerbohne aufmerksam wurde, ist die **Bäckerei Moss** in Aachen. Bereits im September 2017 haben **Silvia** und **Jörg Moss** ‚Das Regionale‘ mit Ackerbohnen und Dinkel in mehr als 40 Filialen eingeführt. Es avancierte zu den beliebtesten Moss-Spezialitäten. „Für uns ist die Ackerbohne eine Zutat zu einem echten Erfolgsrezept. Das Brot mit Vollkorncharakter liefert viel Eiweiß und Ballaststoffe und hat einen herrlich nussigen Geschmack“, erklärt **Silvia Moss** in der hauseigenen Kundenzeitschrift ‚Moss pur‘.

Zahlreiche Filial-Bäcker folgten und launchten Ackerbohnenbrote namens Regional Pur (Gilgens, Bad Hennef), zweiRheinländer (Kraus, Köln), Abendschnitte (Hinkel, Düsseldorf), Dinkel-Bohnen-Kruste (Dein Stadtbäcker Westerhorstmann,

Düsseldorf), Heimatbrot (Bäcker Dick, Heinsberg) oder Beanie (Evertzberg, Remscheid). Auch der Lebensmitteleinzelhändler Rewe bietet in ausgewählten Filialen das sogenannte Heimatländer an (siehe Interview auf Seite 11). Produziert wird das Brot übrigens von der Remscheider Bäckerei Evertzberg. Laut Thomas Lepold haben auch einige Industriebäcker mittlerweile die Ackerbohne für Toastbrote entdeckt – vor allem im Private Label-Bereich, „weil die darin enthaltenen Lipoxigenasen die Farbe des Weizenmehls aufhellen. Diese Wirkung ist vergleichbar mit der des Sojamehls“, erklärt Thomas Lepold.

Vieles spricht für die Ackerbohnen: Werben mit Health Claim wie hoher Ballaststoff- oder Eiweißgehalt, längere Frische, positives Image, allergenfrei, regionale Lieferkette (Anbau in der EU und in Teilen Deutschlands), relativ neutraler Geschmack, kostengünstig, bio und konventionelle Qualität verfügbar als ganze Ackerbohne, Mehl (ungeröstet oder geröstet), Ackerbohnschrot (gebrochen, mittelfein), enthält wenig Tannin (Bitterkeit) und Glucoside Vicin und Convicin (führen bei empfindlichen Menschen zu Reaktionen, genannt Favismus – Form der Hämolyse, führt zum Abbau der Erythrozyten im Blut). Paola Rentsch

## WERBEN MIT HEALTH CLAIMS

Die EU-Health-Claims-Verordnung regelt, wann Lebensmittel mit Hinweisen wie proteinreich oder hoher Ballaststoffgehalt beworben werden dürfen. Daher sind nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben auch bei Broten genau festgelegt:

- ▶ **Hoher Ballaststoffgehalt** sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat: Brot muss mindestens 6,0 Gramm (g) Ballaststoffe/100 g enthalten.
- ▶ **Ballaststoffquelle**, sowie jegliche Angabe, die für den Verbraucher voraussichtlich dieselbe Bedeutung hat: Brot muss mindestens 3,0 g Ballaststoffe pro 100 g enthalten.
- ▶ **Proteinreich oder eiweißreich**: mindestens 20 Prozent der Kalorien entfallen auf den Eiweißanteil. Das heißt, die Angabe bezieht sich auf den Energiegehalt und nicht auf das Gewicht.
- ▶ **Proteinquelle**: mindestens 12,0 Prozent der Kalorien entfallen auf den Eiweißanteil. Die Angabe bezieht sich auch hier auf den Energiegehalt und nicht auf das Gewicht.

## INTERVIEW

# Regionalität & Nachhaltigkeit

**Der Lebensmitteleinzelhändler Rewe hat sich zum Ziel gesetzt, regionale Produkte wie das innovative Brot mit Rheinischer Ackerbohne noch stärker in den Fokus zu setzen.**

**Wie entstand die Idee, ein Brot mit Ackerbohne herzustellen?**

**Marco Menne, Regionaler Gebietsmanager Ware – Backware Rewe Region West:** Der Erstkontakt zu Familie Kremer kam durch die gemeinsame Mitgliedschaft im Verein Ernährung NRW e.V. - ‚NRW isst gut‘ zustande. Daraufhin haben Kremers unseren Leiter Category Management, Udo Ohmen, telefonisch kontaktiert und von der Rheinischen Ackerbohne und der Möglichkeit, diese in einem Brot zu veredeln, berichtet. Dies fanden wir so interessant, dass wir die Landwirte Kremer zu einem Gespräch eingeladen haben. Daraus ist dann das Heimatländer Dinkelbrot mit Rheinischer Ackerbohne entstanden.



Marco Menne, Regionaler Gebietsmanager Ware – Backware Rewe Region West

**Wie hat Rewe seine Kooperationspartner gefunden?**

Durch die Ansprache mehrerer Lieferanten. Sascha Schultes von der Bäckerei Evertzberg aus Remscheid war direkt sehr interessiert und damit hatten wir unseren Partner gefunden.

**Wie lange hat die Entwicklung des Produktes gedauert?**

Die Entwicklung des Endproduktes hat rund acht Wochen gedauert. Besonderheit war auch, dass bei der Entwicklung die Wagner Mühle aus Sommerau einbezogen wurde, die aus der Ackerbohne ein Mehl erzeugt.

**Wie schmeckt das Brot mit Ackerbohne oder verwenden Sie ausschließlich geschmacksneutrales Ackerbohnenmehl bei der Herstellung?**

Das Brot hat einen angenehm nussigen Geschmack.

**Seit wann gibt es das Brot mit Ackerbohne bei Rewe?**

Das Brot ist seit Mitte vergangenen Jahres in rund 200 Märkten der Region Nordrhein-Westfalen und nördliche Rheinland-Pfalz erhältlich. Tendenz steigend!

**Wird das Produkt darüber hinaus auch bundesweit angeboten?**

Nein, ausschließlich in der Rewe Region West.

**Haben Sie weitere Backwaren mit Ackerbohne geplant?**

Wir freuen uns sehr, dass es ab April 2020 – für die bevorstehende Grillsaison – auch ein Ciabatta mit Ackerbohnenmehl geben wird. Dies wird ebenfalls in der Bäckerei Evertzberg für Rewe gebacken.

**Wie viel Prozent Ackerbohne enthält der Teig?**

Rund 15 Prozent der Mehlmenge wurde durch Ackerbohnen ersetzt.

**Haben Sie die Rezeptur so abgewandelt, dass Sie mit Health Claims werben dürfen?**

Wir nutzen für das Heimatländer Dinkelbrot mit Rheinischer Ackerbohne keine Health Claims, sondern fokussieren uns hier auf die Themen Regionalität und Nachhaltigkeit. Denn auch die Region hat einige Superfoods zu bieten, so etwa die eiweißhaltige und gentechnikfreie Ackerbohne. Im Vergleich zu Sojamehl, auf das viele Hersteller zurückgreifen, aber aus Übersee transportieren müssen, weil es in Europa nur in geringen Mengen angebaut wird, ist Ackerbohnenmehl eine ganz besonders nachhaltige Alternative.

**Wie ist die Kundenresonanz?**

Wir sind mit dem Abverkauf zufrieden und sind schon sehr gespannt wie unser Ciabatta bei den Kunden ankommt.

Das Interview führte Paola Rentsch