



About © : Contact SAFLAX - - <http://www.saflax.de/copyright>



About © : Contact SAFLAX - - <http://www.saflax.de/copyright>



About © : Contact SAFLAX - - <http://www.saflax.de/copyright>

18741

BIO - Bohne - Edamame

BIO - Bohne - Edamame

© www.saflax.de

Glycine max (L.) Merr.

Edamame weisen im Unterschied zur reifen Sojabohne eine leuchtend grüne Farbe und eine weiche Konsistenz auf. In japanischen Izakaya (Kneipen) sind die kleinen grünen Bohnen eine beliebte Beilage zum Bier und auch die deutschen Sushi Bars bieten sie mittlerweile gerne an. Die noch leicht unreifen, grünen und mit Härchen versehenen Hülsen werden am besten mit ihrem Stiel 5 bis 8 Minuten in sprudelndem Wasser gekocht. Anschließend gibt man sie in eine Schale und bestreut sie mit Meersalz und / oder Gewürzen wie Chili oder K.

Naturstandort: Die Japanische Stängelbohne stammt natürlich aus Japan, ist aber mittlerweile in Asien verbreitet und selbst in Deutschland wird sie bereits in kleinen Mengen angebaut.

Anzucht: Sie können die Pflanzen ab März in Töpfen auf einer sonnigen Fensterbank vorziehen. Im Freiland erfolgt die Aussaat dann ab Mai, wenn keine Fröste mehr zu erwarten sind. Halten Sie einen Pflanzabstand von 5 bis 10 Zentimetern zwischen den Samen und von 30 bis 50 Zentimetern zwischen den Reihen. Setzen sie jeweils 2 Samen circa 3 bis 4 Zentimeter tief in das Pflanzloch. Bedecken Sie die Samen mit Erde und unterfüttern Sie die Aussaat mit Kompost. Da die Bohnen bei Vögeln beliebt sind, sollte das frisch gesäte Beet unbedingt vor Vogelfress geschützt werden. Den späteren Ertrag können Sie durch die Untermischung von stickstofffixierenden Knöllchenbakterien bereits bei der Aussaat erhöhen. Der in Japan im Boden vorhandene Rhizobienstamm kommt in Europa nicht vor, kann aber über spezialisierte Shops bezogen werden.

Standort: Als Starkzehrer gedeiht die Pflanze am besten auf tiefgründigen, nährstoffreichen Böden mit einem guten Wasserspeichervermögen an einem sonnigen Platz im Gemüsebeet.

Pflege: Die Pflanze benötigt regelmäßig Wasser und von Beginn an Nährstoffe. Wässern Sie großzügig, vor allem an heißen Tagen, aber vermeiden Sie Staunässe. Regelmäßiges Entfernen von Unkraut und Auflockern des umliegenden Erdreichs danken die Pflanzen mit einem höheren Ertrag und Aroma. Versorgen Sie die Pflanzen nach der Aussaat regelmäßig mit BIO-Gemüsedünger. Von der Pflanzung bis zur Ernte dauert es erfahrungsgemäß circa 2 bis 3 Monate.

Im Winter: Edamame ist nicht winterhart und wird jährlich neu ausgesät.