

# Puffbohnen

1. **Familie** Leguminosen, Schmetterlingsblütler

2. **Typen**

- Puffbohnen (Saubohnen) sind niedriger als die nahe verwandten Ackerbohnen (Pferdebohnen), bilden grosse flache Samen, die roh (!) oder gekocht gegessen und auch getrocknet werden können. In Südeuropa häufig angebaut ("fave"), besonders dort kommt vereinzelt Allergie gegen Puffbohnen vor (Favismus).

*Säst du mich rechtzeitig aus, stört mich nicht die Schwarze Laus.*



3. **Ansprüche**

- an Boden:** - nicht allzu schwer
- an Nährstoffe:** - Schwachzehrer
- an Klima:** - ertragen bis zu -6°C, lieben feucht-kühles Wetter, frühe Saat günstig

4. **Termine**

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII
Saat f. Setzlinge		--2--										
Direktsaat			----1----									
Pflanzung			--2--									
Ernte						-----						

- Dauer v. Direktsaat bis Erntebeginn: ca. 22 Wochen
- Dauer der Ernte an 1 Kultur: 4 Wochen
- Saatmenge/m<sup>2</sup> bei Direktsaat: 40 - 50 g
- Keimzeit: 12 - 20 Tage (bei kühlem Boden)
- Samen keimfähig: 4 Jahre (vor Lagerschädlingen schützen)

- 1 auch spätere Saat möglich (als Gründüngung)
- 2 Anzucht verfrüht deutlich (1 Samen pro kleinem Topf mit Aussaaterde, nach Keimung sofort kühl und hell stellen, im 2-3 - Blattstadium nach Abhärtung auspflanzen)

5. **Kulturtipps, Pflege**

Abstände (in cm): 30 - 40 zw. den Reihen x 8 - 15 in der Reihe

- tief säen (4 - 5 cm), Gitter oder Netz gegen Vogelfrass anbringen (Krähen!)
- Da die Puffbohnen gerne früh im Jahr von schwarzen Bohnenblattläusen befallen werden, eignen sie sich bestens zur Nützlingszucht: räuberische und parasitische Insekten und Pilze, welche Blattläuse befallen, können sich auf den Puffbohnen-Blattläusen vermehren. Anschliessend wandern die Nützlinge auf die benachbarten empfindlichen Busch- und Stangenbohnen und können diese vor einem Schaden durch Läuse bewahren. Werden die Puffbohnen früh gesät, schadet ihnen der Blattlausbefall nur wenig, bei starkem Befall während der Blüte bleibt die Ernte aus.

## 6. Schädlinge

Arten:	Bohnenblattläuse (sh. vorhergehende Seite)	Blattrandkäfer (Blätter am Rand buchtig zerfressen, nur für Jungpflanzen schädlich )	Erbsenwickler (Samen durch Maden zerfressen)
Massnahmen - vorbeugend:		geschützte Anzucht, frühe Saat, evtl. Vlies oder Netz nach Saat bis 10 cm Höhe	frühe Saat, windoffene Lage, guter Fruchtwechsel
- direkt:			

## 7. Krankheiten

Arten:	Rost (zuerst gelbe Flecken, dann braunrote kleine Pusteln auf Blättern)		
Massnahmen - vorbeugend:	frühe Saat, luftige Lage, nicht zu dichter Bestand, gute Kompostierung von Ernterückständen		
- direkt:	stark befallene Pflanzen entfernen, zugedeckt mind. 1 Jahr kompostieren oder entsorgen		

## 8. Sorten

- WINDSOR, FRÜHE WEISSKEIMIGE

---

## 9. Diverses

- laufend Ernte der grössten Hülsen, sobald die Bohnenkerne gut ausgebildet sind
- nur Kerne essbar (jung: ganz; reifer: äussere Hülle nach dem Kochen entfernen)
- Anbau auch als Stickstoff sammelnde Gründüngung, vor der Ernte abhacken, als Mulch verwenden
- Ertrag: 2 - 3 kg/m<sup>2</sup> Hülsen oder 0.6 kg/m<sup>2</sup> Bohnenkerne ohne Hülsen

**Herkunft:** wahrscheinlich Südwestasien bis Mittelmeergebiet