



# GEMÜSE ANBAUEN UND SAATGUT VERMEHREN

Eigenes Gemüse anzubauen und dabei auch noch Saatgut zu vermehren ist eine gute Methode, um das Klima zu schützen. Nahrung, die wir vor Ort anbauen, erfordert z.B. keine weiten Transportwege und verursacht deshalb weniger CO<sub>2</sub>-Emissionen. Bohnen statt Fleisch als Eiweißquelle zu nutzen trägt nochmal dazu bei, Emissionen einzusparen. Und dazu sind sie auch noch wunderschön und lecker!



**Schritt 1 - Die Vorbereitung:**  
Zuerst sucht ihr euch ein schön sonniges Plätzchen. Vielleicht habt ihr auf dem Schulgelände oder im eigenen Garten / auf dem Balkon zuhause Platz dafür. Die Erde sollte locker und frei von Gräsern sein. Steckt nun ein oder mehrere Stangen - möglichst 2 - 3 m lang - fest in den Boden (bei genügend Platz könnt ihr auch eine Art Tipi daraus bauen)..

### Schritt 2 - Das Saatgut:

Nun besorgt ihr euch Saatgut von Stangenbohnen. Ihr könnt euch z.B. Saatgut aus der Stadtbibliothek Detmold ausleihen und eine alte Sorte vermehren, die vielleicht vom Aussterben bedroht ist (mehr Infos hier: <https://webopac.detmold.de/index.aspx?data=cGFnZULkPTMx>). Es gibt viele verschiedene Sorten - nehmt aber nur eine, dann vermischen sich die Sorten nicht und ihr könnt zum Erhalt der Sorte beitragen indem ihr einen Teil der Ernte später wieder zur Stadtbibliothek zurück bringt.

hier könnt ihr Saatgut ausleihen:



Stadtbibliothek Detmold  
Leopoldstr. 5  
32756 Detmold  
Tel.: 0 52 31 / 30 94 11  
E-Mail: stadtbibliothek@detmold.de



**Schritt 3:**  
Ist der Boden warm genug (Mitte Mai) legt ihr 3 - 6 Bohnenkerne ca. 2-3 cm tief in die Erde um eine Stange. Haltet den Boden feucht - aber nicht nass - , damit die Bohnen gut wachsen können. Innerhalb von etwa einer Woche müssten alle Bohnen gekeimt sein. Sie finden alleine den Weg an der Stange hoch. .

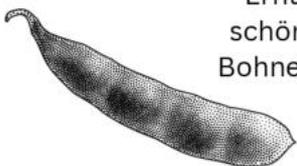
### Schritt 4 - Ernte:

Ca. 10 Wochen nach der Aussaat könnt ihr beginnen, grüne Bohnen zu ernten. Die schmecken lecker mit Zwiebeln in der Pfanne gebraten (aber Vorsicht! Bohnen niemals roh essen, sie enthalten Phasin - das macht Bauchschmerzen und wird erst durch Erhitzen zerstört). Einige Hülsen lasst ihr ausreifen, um Trockenbohnen ernten zu können. Diese sind euer Saatgut fürs nächste Jahr - und ihr könnt sie später auch essen, z.B. im Winter als Bohnensuppe.



### Schritt 5 - Saatgutgewinnung:

Erntet im Herbst, wenn die Bohnenhülsen rascheltrocken sind euer Saatgut. Sucht dafür die schönsten und größten Hülsen aus, trocknet sie noch etwas nach, packt Portionen von ca. 20 Bohnen in Tütchen und bringt sie beschriftet zurück zur Stadtbibliothek. Nun seid ihr offizielle Sortenretter :-).



### Tipp:

Probiere auch weiteres Gemüse anzubauen. Radieschen sind z.B. nicht so anspruchsvoll und wachsen schnell, schon nach 4 - 8 Wochen kannst du sie ernten!