

Helmbohne *(Lablab purpureus)*

Familie: Schmetterlingsblütler (Fabaceae)

Besonderheiten

- Unter trocken-warmen Bedingungen, wie sie der Klimawandel vermehrt bescheren dürfte, wird die äußerst trockenheitsverträgliche Helmbohne als Alternative zur klassischen Busch- oder Stangenbohne zunehmend interessant.
- Essbar sind sämtliche Pflanzenteile (Blüten, Blätter, Samen, unreife Schoten, Keimlinge und Wurzeln), allerdings nur in gekochtem Zustand.
- Darüber hinaus hat die Helmbohne Potenzial als leistungsfähige Gründüngungs- und Futterpflanze.
- Die violetten Blüten und die rötlich-violetten Hülsen machen die einjährige, nicht frostharte und bis 2 m hohe Rankpflanze auch optisch attraktiv.



Anbau

- Im Anbau unterscheidet sich die Helmbohne kaum von „normalen“ Bohnen. Ab Ende April werden die Jungpflanzen warm (bei ca. 20 °C) vorkultiviert. Dafür wird in Tuffs von ca. 7 Korn in 9er-Töpfe gesät. Nach ca. 3 Wochen sind die Jungpflanzen bereit zum Auspflanzen. Mindestens sollte damit aber bis nach den Eisheiligen gewartet werden.
- Ideal ist ein warmer Platz im bzw. am Gewächshaus oder sonnig und geschützt auf der Terrasse. Zwischen den einzelnen Pflanzen sollte ein Abstand von ca. 100 x 30 cm belassen werden. Die rankenden Pflanzen benötigen ein Klettergerüst.
- Vorsicht: Bei Temperaturen > 30 °C kann es zu Blütenfall kommen.
- Die ersten Helmbohnen lassen sich ca. 10 Wochen nach der Pflanzung ernten.



Literatur

JACKSCH, T. & KELL, K.: Von Amaranth bis Zuckerwurzel...
Raritäten für den Gemüsegarten. Hochschule
Weihenstephan-Triesdorf, Institut für Gartenbau.
Unveröffentlichte Zusammenstellung.

KELL, K., 2021: Helmbohnen als Alternativen zu
klassischen Bohnen. Mündliche Mitteilung, 14.07.2021.

Bildnachweis

Fröhler, L., 2021

