

NISCHE
DES MONATS

AMARANT



Amarant entwickelt sich in der Jugend langsam. Er ist damit zunächst empfindlich gegenüber Unkräutern. Chemische Mittel sind nicht zugelassen.

FUCHSSCHWANZ ALS SUPERFOOD

Das Korn der Inka ist legendär. Auch bei uns ist **Amarant** längst eine angesagte Zutat von Müsli oder Brotaufstrich. Wir haben **Anbaupionier Hans Bär** besucht.

Lange bevor ‚Superfoods‘ wie Chia, Quinoa und Amarant sprichwörtlich in aller Munde waren, galt Hans Bär als Pionier im heimischen Anbau von Amrant. Weil seine Gesundheit nicht die beste war, hat sich der heute 72-Jährige aus dem fränkischen Petersaurach seit 1992 vermehrt mit gesunder Ernährung beschäftigt. Dabei stieß der Nebenerwerbslandwirt und ehemalige Viehhändler „eher durch Zufall“ auf Amarant.

Die Pflanze gehört zu den Pseudocerealien und ist botanisch ein Fuchsschwanzgewächs. Sie stammt aus Südamerika und war einst Hauptbestandteil der Ernährung des Inkavolks. Sie zählt somit zu den ältesten Kulturpflanzen der Welt. Die Bezeichnung entstammt dem griechischen ‚amāranthos‘. Das bedeutet so viel wie ‚nicht welkend‘ oder ‚unsterblich‘. „Der Name ist bezeichnend für die Kraft, die der Pflanze innewohnt.“

Hans Bär kommt ins Schwärmen, wenn er über die Kultur spricht: „Amarant ist ernährungsphysiologisch eine wahre Wunderpflanze. Er enthält viel Magnesium, Kalzium, Eisen, Selen, Lysin, Vitamin E, Vitamin B1, viele gesättigte Fettsäuren, vor allem Omega-3.“ So könne die Kultur durch ihre Inhaltsstoffe eine wertvolle Grundlage für eine ausgewogene Ernährung sein, glaubt der Anbieter.

Die Stärkemoleküle von Amarant sind sehr klein und deshalb hochverdaulich. „Sie eignen sich besonders für Babynahrung“, sagt Bär. „Beim Backen lässt sich bis zu einem Drittel des Mehls durch Amarant ersetzen. Da er glutenfrei ist, können Allergiker ihn problemlos essen.“ Selbst eigens geröstet verfeinert Amarant allerlei Speisen oder Salate.

AUCH ALS BIOGASSUBSTRAT

Eine weitere Option ist Amarant als Co-substrat für die Mischsilierung mit Mais. Exemplarische Berechnungen zeigen, dass sich bereits eine Zugabe von 30 Prozent Amarant zu Mais lohnt, um die am Biogasprozess beteiligten Mikroorganismen ausreichend zu versorgen. Damit ließe sich auf industrielle Spurenelementadditive verzichten.

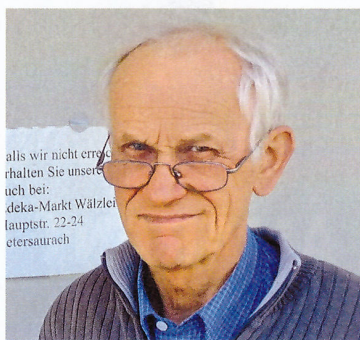
Bär: „Amarant lässt sich neben Mais in separaten Streifen anbauen. Das Hackgerät bestimmt den Reihenabstand. Bei Ernte quer oder schräg zu den Streifen mischt sich beim Häckseln der Amarant mit dem Mais.“

Als Erntetechnik empfiehlt sich für eine Bergung der Gesamtpflanze ein Häcksler

DER BETRIEB

Amarantbetrieb Hans Bär

| | |
|----------------------|---|
| Betrieb | Hans Bär Petersaurach, Franken |
| Erwerbszweig | Amarantbetrieb mit Bio-kontrolle zur Verarbeitung |
| Leistung | Reinigung, Abfüllung; circa 10 ha Amarant in Franken |
| Standort | 440 m über NN, 50 Bodenpunkte, durchschnittlich 550 mm Niederschlag |
| Betriebszweig | ehemals 12 ha Nebenerwerb, vormals Viehhandel |
| Vermarktung | Hofladen, Onlineverkauf |



Hans Bär gilt in Deutschland als Pionier für den Feldanbau von Amarant.

mit Maiserntevorsatz. Erste Anbauversuche mit Amarant als Substrat ergaben Trockenmasseerträge von rund 90 dt/ha.

ERSTE VERSUCHE IM GARTEN

Die ersten Anbauversuche unternahm Hans Bär im heimischen Garten. Nachdem sie erfolgreich waren, hat er 1995 mit Hilfe von Pflanzenbau-Fachmann Prof. Dr. Wilfried Ahrens von der Fachhochschule Triesdorf den ersten feldmäßigen Anbau gestartet.

Nach der Auslese von Prof. Ahrens konnte 1998 beim Bundessortenamt eine für süddeutsche Verhältnisse geeignete Sorte zugelassen werden. Mit der Bezeichnung *Bärnkraft* hat sie den Namen des mittelfränkischen Amarantpioniers verewigt.

VERMARKTUNG ALS SUPERFOOD

Eine Vermarktung von Amarant im großen Stil war für Hans Bär in den 1990er-Jahren schwierig. Der Grund wurmt ihn noch heute. „Der Nutzwert in der menschlichen Ernährung war schlicht nicht bekannt.“

Der Samen ist recht geschmacksneutral, lässt sich vielseitig verwenden, bedarf aber einer aufwändigen Verarbeitung. Hans Bär hat eine kleine Manufaktur aufgebaut und vermarktet gepoppten Amarant in diversen Müslimischungen, schokolierten Amarant und pikante Brotaufstriche mit dem Inkakorn, alles in einem kleinen eigenen Hofladen und online unter eigener Marke.

Er verarbeitet Amarant, Hirse, Sonnenblumenkerne und Mais aus konventioneller Erzeugung als auch biologische Rohwaren. Dafür ist sein Betrieb biozertifiziert.

GEEIGNET FÜR MÜSLIS UND BACKWAREN

Der Einsatz in Bäckereien bietet sich für das Inkakorn ebenfalls an. Mittlerweile haben sich größere Abnehmer auf die Verarbeitung spezialisiert. Dazu zählen etwa Pesika Körnergut in Mittelfranken, Rapunzel Naturkost im Unterallgäu oder Leo Posch aus Österreich. Auch etliche andere Firmen nutzen den momentanen Hype.

Die Abnehmer bieten zum Teil Anbauverträge an. Für einen echten Siegeszug des Amarants müssten jedoch die gesundheitlichen Vorteile noch viel stärker bekannt gemacht werden, meint Hans Bär. Amarantkörner, so der Anbauer, bieten nämlich deutlich hochwertigere Inhaltsstoffe als die derzeit gehypten Quinoasamen. **(kb)** ●

Einen Steckbrief zu Amarant finden Sie auf der nächsten Seite. »

Frank Friedrich

NISCHE DES MONATS



STANDORT

Sonnige Standorte mit leicht erwärmbareren lockeren Böden mit guter Wasserversorgung sind von Vorteil, ungünstig sind Staunässe oder Schattenlagen. Amarant ist anspruchslos bei der Bodengüte. Nötig für die Langtagspflanze ist möglichst geringer Unkrautdruck, vor allem von Melde.



AUSSAAT/SORTE

Eingetragen ist nur die Sorte *Bärnkrafft*. Sie hat ein Tausendkorngewicht von 0,8 bis 1,2 g. Die Saat mit Gemüsesätechnik klappt mit 300 g/ha, bei Drillsaat sind es 1 kg/ha. Die Saattiefe liegt optimal bei 1 bis 1,5 cm, die Bestandsdichte zur Körnernutzung liegt bei 8 bis 25 Pfl./m², bei Biomassenutzung 30 Pfl./m². Die Saat ist optimal Anfang bis Ende Mai bei Bodentemperaturen von 14 °C. Die Vegetationszeit beträgt 120 bis 130 Tage.



FRUCHTFOLGE

Kruziferen als Vorfrucht sind wegen des erhöhten Auftretens von Erdflöhen zu vermeiden.



DÜNGUNG

100 bis 120 kg N/ha inklusive Bodennstickstoff (N_{min}) reichen. Zu hohe Gaben verzögern die Reife.



AMARANT

Die Kultur der Azteken in Südamerika ist eigentlich ein Fuchsschwanzgewächs. Ein Großteil des hiesigen Bedarfs wird noch immer aus südamerikanischen Ländern importiert. Der Anbau in Europa konzentriert sich hauptsächlich auf wärmere Regionen. In Deutschland beläuft sich der Körneranbau auf rund 50 bis 70 ha vor allem in Bayern, Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz. Amarant ist auch als Cosubstrat für Biogas interessant.



PFLANZENSCHUTZ

Hacken ist wichtig. Handhacke erfordert 60 h/ha. Striegeln ist zu vermeiden, ebenso Herbizideinsatz. Chemische Mittel sind nicht erlaubt und schädigen die Kultur.



ERNTE/LAGERUNG

Amarant reift sehr ungleichmäßig ab, verliert bei zu starker Reife Korn. Zu dreschen ist er nicht unter 30 Prozent Feuchte und nicht über 36 Prozent. Der Dreschkorb ist weit einzustellen, sodass die Stängel der Pflanze komplett durch die Maschine gehen und nicht die Körner rückfeuchten. Nötig sind niedrige Trommeldrehzahlen, ausreichend Wind und ein hohes Schneidwerk gegen Verschmutzungen.



TROCKNUNG/LAGERUNG

Die Reinigung funktioniert wie bei Kleesamen. Es ist schonend zu trocknen, mit maximal 40 °C auf 10 Prozent Restfeuchte, und äußerst sauber zu lagern.



WIRTSCHAFTLICHKEIT

Der Erzeugerpreis für konventionelle Samen beträgt 1,20 Euro/kg und für Bio-ware 1,70 Euro/kg. Der Deckungsbeitrag liegt etwa zwischen 1.500 und 2.000 Euro/ha.

agrarteute www.agrarheute.com, Ausgabe 8/2019