



Köstliche Snackalternative aus Ackerbohnen

Cecilia Antoni ist Vegetarierin, professionelle Hobbyköchin und seit zwei Jahren auch Unternehmerin. Sie hat eine Leidenschaft für heimische Hülsenfrüchte und gründete daraus 2019 das Unternehmen Bohnikat. Ihr erstes Produkt: der Ackerbohnen-Snack.

Antoni will die heimische Ackerbohne wieder salonfähig machen. Von ihrer Idee, einen Snack herzustellen, der gesund und lecker ist und dessen Grundzutat auf dem heimischen Acker wächst, konnte sie selbst die Kommission des Berliner Startup Stipendiums überzeugen. Seit Herbst 2019 gibt es den gerösteten Ackerbohnen-Snack aus ganzen Bohnen zu kaufen. Wie sie auf die Hülsenfrüchte gekommen ist? „Ganz einfach“, sagt Antoni, „Hülsenfrüchte tun mir einfach gut. Zudem kann ich mich durch ihre langanhaltende Sättigung unglaublich gut konzentrieren.“



Erstes Produkt ist der Ackerbohnen-Snack



Das wollte sie anderen Menschen nicht vorenthalten und startete bereits 2013 einen Blog, auf dem sie bunte und ausgefallene Rezeptideen mit Hülsenfrüchten entwickelt, bevor sie ihr eigenes Unternehmen gründete. Es knuspert genauso herrlich beim Snacken der gerösteten Ackerbohnen, wie beim Chips essen, ist aber viel gesünder. Nur zwei Drittel der Kalorien, nur halb so viel Fett und zudem wertvolles pflanzliches Protein und sehr viele Ballaststoffe. Beides sättigt und macht den Snack zu einer echten Alternative für gesundheits- und kalorienbewusste Snackfans. Zudem ist der Ackerbohnen-Snack gluten- und nussfrei und damit auch eine Alternative für Allergiker.

Aber das alles hebt Antoni, die zudem seit 2018 Projektmitarbeiterin im DemoNetErBo ist, gar nicht in der Werbung hervor. Ihr ist etwas anderes wichtig: „Der Geschmack entscheidet“, so Antoni „und die große Naturbelassenheit. Unsere Bohnen werden schön knackig und fettfrei geröstet, damit sich ihr köstliches Aroma so richtig entfalten kann. Zum Schluss mit einem Hauch Steinsalz und etwas unerhitztem Rapsöl verfeinert, das ist schon alles!“ Was der

Gefördert durch:



Das Demonetzwerk Erbse / Bohne wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages im Rahmen der BMEL Eiweißpflanzenstrategie

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Überzeugungstäterin außerdem gefällt: Die Blüten der Ackerbohne sind eine willkommene Nektarquelle für Hummeln und andere Insekten. Zudem bringt die Pflanze durch ihre Symbiose mit Knöllchenbakterien Stickstoff in den Boden und düngt sich selbst. Das spart Landwirt*innen Geld und schützt die Umwelt.

Rund vier Monate hat Antoni mit der Lebensmitteltechnologin und Köchin Anna Elsässer sowie der Ernährungswissenschaftlerin Sylvia Prassek zusammen getüftelt, ehe dieses unverwechselbare crunchige Gefühl im Mund entstand. Die Ackerbohnen werden dazu eingeweicht, gekocht und anschließend geröstet. Einzelheiten sind geheim, das versteht sich von selbst.



Rohware von Biobauern

Da Ackerbohnen in Deutschland kaum einen Markt in der Humanernährung haben, sucht Antoni direkt selbst nach Landwirten, die Ackerbohnen anbauen und deren Qualität zum Herstellungsprozess passen. Ihr nächster Schritt wird Vertragsanbau sein. Was mit 300 Kilogramm Ware vor zwei Jahren begann, ist inzwischen schon bei einem Volumen von fünf Tonnen angekommen. "Anfangs habe ich wirklich alles mit der Hand sortiert, denn Bohnen, die zu klein oder beschädigt sind oder Löcher vom Ackerbohnenkäfer haben, kommen als Rohware nicht infrage. Aktuell werden die verschiedensten Reinigungsmethoden getestet, um diesen Prozess zu optimieren.

Die Produktion und alle Rohwaren sind von Anfang an in Bioqualität ausgewählt worden. Die Zertifizierung läuft allerdings noch, deshalb tragen die Snacks bislang kein Biolabel. Erhältlich ist der Ackerbohnen-Snack vor allem in Unverpackt-Läden – passend zum nachhaltigen Konzept von Bohnikat – sowie in ausgewählten Bars, Feinkostläden und Online über den eigenen Webshop.

Demnächst soll die Produktpalette ergänzt werden durch ein Produkt fürs Frühstück. Mehr wird noch nicht verraten. Wir sind gespannt.

Text: Hella Hansen, Fotos (außer Schmuckleiste): Cecilia Antoni, Datum: 28.06.2021

Weitere Informationen

www.demoneterbo.agrarpraxisforschung.de

Das Porträt entstand im Rahmen des Projekts Demonstrationsnetzwerk Erbse / Bohne (DemoNetErBo). Das DemoNetErBo wird gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages im Rahmen der BMEL Eiweißpflanzenstrategie.

Kontakt

Cecilia Antoni
info@bohnikat.de
www.bohnikat.de
www.beanbeat.de