

# Buchweizen

*Fagopyrum esculentum*



Blühender Buchweizen Foto: Martina Reinsch/LTZ

## FAKTEN

- Buchweizen gehört zu den Pseudogetreiden.
- Gute Konkurrenzkraft gegenüber Unkräutern.
- Das Ertragsniveau ist schwankend.
- Die Backfähigkeit ist gering.
- Buchweizen ist ernährungsphysiologisch sehr wertvoll.
- Enthält z.B. viel Rohprotein bei hoher Eiweißwertigkeit.
- Buchweizen ist glutenfrei.

## ALLGEMEINES

### HERKUNFT UND GESCHICHTE

In China wurde Buchweizen schon vor 2000 Jahren angebaut und kam im 15. Jahrhundert auch nach Mittel- und Westeuropa.

### BEDEUTUNG UND VERBREITUNG

In Deutschland findet der Anbau nur noch auf wenigen Flächen in Norddeutschland und

Brandenburg statt. In Europa wird Buchweizen in Polen, der Slowakei und in Slowenien angebaut.

Hauptanbauländer sind Kanada, China, USA, Russland und Ukraine. Mit der Einführung der Kartoffel ging die Bedeutung des Buchweizenanbaus in Europa zurück. Erst in den letzten zwei Jahrzehnten widmet man sich aufgrund geänderter Ernährungsgewohnheiten wieder vermehrt dem Anbau von Buchweizen.





Samen des echten Buchweizens  
Foto: Markus Mücke/LWK Niedersachsen

## BOTANIK

Buchweizen gehört zur Familie der Knöterichgewächse (Polygonaceen). Es gibt 2 Buchweizenlinien: Der echte Buchweizen (*Fagopyrum esculentum*) ist ein Fremdbefruchter. Bei ihm werden die Körner genutzt. Der tatarische Buchweizen (*Fagopyrum tataricum*) ist ein Selbstbefruchter und dient zur Gründüngung.

## BESCHREIBUNG

Buchweizen ist eine einjährige Sommerfrucht mit einer Wuchshöhe von 40 bis 60 cm. Die zuerst grünen Stängel verfärben sich später rötlich. Die Blätter sind herzpfeilförmig und kurz gestielt. Die Blütenstände wachsen aus den Blattachseln, die Farben können rosa, weiß-gelb oder gelblich-grün sein.

Die Frucht ähnelt der einer Buchecker, sie ist dreikantig und spitz von schwarzer, dunkelbrauner oder silbergrauer Farbe. Buchweizen blüht je nach Aussaatzeitpunkt ab Juni bis September und ist daher auch eine besonders gute Bienenweide.

## STANDORTANSPRÜCHE UND SORTENWAHL

### KLIMA UND BODEN

Buchweizen ist sehr frostempfindlich, schon ab 0°C kann er geschädigt werden. Er benötigt während seiner kurzen Vegetationszeit Wärme und mäßige Feuchtigkeit. Er gedeiht gut auf mäßig sauren, leichten Böden, die sich schnell erwärmen.

### SORTEN

Sorten gibt es verbreitet in Österreich und Osteuropa.

## ANBAU

### FRUCHTFOLGE

Buchweizen kann als Körnerfrucht oder Zwischenfrucht zur Fütterung oder zur Gründüngung angebaut werden. Er verfügt über eine



*Junge Buchweizenpflanzen auf dem Acker*

*Foto: Markus Mücke/LWK Niedersachsen*

sehr schnelle Jugendentwicklung mit einer intensiven und lang anhaltenden Bodenbedeckung und Unkrautunterdrückung.

Günstige Vorfrüchte für Buchweizen sind Kartoffeln, Getreide und Mais. Ungünstig sind Vorfrüchte, die hohe Reststickstoffgehalte hinterlassen.

Da Buchweizen selbstverträglich ist, kann er auch ohne Probleme nach sich selbst angebaut werden.

## **SAAT**

Es sollte ein gut abgesetztes Saatbett mit einem flach gelockerten Saathorizont ange-

strebt werden. Ein Anwalzen nach der Saat auf leichten Böden fördert die Keimung und den Feldaufgang.

- Saatzeitpunkt:
  - als Hauptkultur ab Mitte Mai bis Mitte Juni;
  - als Zweitfrucht Mitte Juni bis Mitte Juli.
- Saatchichte bzw. Saatmenge:  
150 bis 400 Körner/m<sup>2</sup> bzw. ca. 50 bis 90 kg/ha.

## **BEZUGSQUELLEN FÜR SAATGUT**

Abfrage der Verfügbarkeit von Sorten und Anbieter über die Datenbank OrganicXseeds ([www.organicxseeds.de](http://www.organicxseeds.de))



*Ungleichmäßiges Abreifeverhalten von Buchweizen im Versuchsanbau  
Foto: Markus Mücke/LWK Niedersachsen*

## **DÜNGUNG**

Buchweizen stellt nur geringe Ansprüche an die Höhe der Nährstoffversorgung. Als Orientierung dient folgende Angabe: N, P<sub>2</sub>O<sub>5</sub>, und K<sub>2</sub>O je 60 bis 80 kg/ha.

Von einer Düngung mit Wirtschaftsdüngern wird wegen der schwer kalkulierbaren N-Nachlieferung abgeraten.

## **UNKRAUTREGULIERUNG**

Buchweizen hat wegen seines zügigen Bestandesschlusses eine hohe Konkurrenzskraft gegenüber Unkräutern. Er kann allerdings in den Folgekulturen selbst zum Unkraut werden, da nie alle Samen gleichzeitig keimen und

einige eine ausgeprägte Dormanz aufweisen („einmal Buchweizen – immer Buchweizen“).

## **KRANKHEITEN UND SCHÄDLINGE**

Krankheiten sind beim Buchweizen keine bekannt. Hervorzuheben ist aber seine Wirkung als Gesundungsfrucht zur Nematodenbekämpfung.

## **ERNTE**

- Erntetechnik:  
Ernte mit üblicher Mähdreschertechnik bereits ab 30% Feuchte, Druschkorb weit stellen, Druschtrommel und Gebläse niedriger einstellen als beim Getreide, da die Samen sehr locker sitzen und leicht aus-

fallen. Erntegut direkt nach der Ernte bei 40°C schonend auf 14% trocknen.

- Erntezeitpunkt:  
Bei einer Aussaat Mitte Mai kann Mitte September geerntet werden. Da der Buchweizen ungleichmäßig blüht und abreift, sollte die Ernte erfolgen, wenn 70 bis 80% der Samen reif sind.

## ERTRAG

Die Kornerträge schwanken stark. Buchweizen als Hauptfrucht bringt 10 bis 30 dt/ha.

Die Erträge können durch eine intensivere Bestäubung verbessert werden. Ideal ist, wenn ein Imker seine Bienenstöcke an die Buchweizenfläche stellt.

## LAGERUNG UND AUFBEREITUNG

Vor der Verwendung für den menschlichen Verzehr wird der Buchweizen geschält. Da die Körner sehr empfindlich sind, gehen viele zu Bruch.

In Deutschland gibt es derzeit nur 2 Schäl- mühlen, die Buchweizen schälen können.

Die Lagerung erfolgt im ungeschälten Zustand.

## SCHÄLMÜHLEN

Kolks Mühle  
Wilhelm Kolks Handels GmbH  
Geschäftsführer Andreas Kolks  
Ahauser Str. 9  
46325 Borken

Gebr. Kümmel + Co. GmbH  
Hauptstraße 31  
03096 Burg/Spreewald

## VERWENDUNG

Buchweizen wird zu Mehl, Flocken, Grütze oder Grieß verarbeitet. In der Küche wird das grauweiße Buchweizen-Mehl gerne zur Herstellung von Pfannkuchen, Waffeln und anderen Backwaren verwendet (bekannt sind russische Blini oder französische Galette). Angeröstet erhält Buchweizen einen leicht nussigen Geschmack und macht sich gut in Müsli oder als Garnitur über Salaten. Buchweizen ist auch als Heilpflanze anerkannt.

Buchweizen wird zur Gründüngung und als Bienenweide verwendet.

Der Einsatz als Futtermittel zur Eiweißergänzung scheint möglich zu sein (siehe Versuche der LWK Niedersachsen und Versuche aus der Schweiz).



*Buchweizenfeld*

*Foto: Dr. Erich Unterseher*

## **VERARBEITUNG**

### **QUALITÄTSEIGENSCHAFTEN**

Buchweizen enthält kein Kleber-Eiweiß. Buchweizen-Backwaren gehen deshalb nicht auf. Er findet aber Verwendung in Mischungen mit Getreide und eignet sich für Pfannkuchen bzw. Crêpes.

### **ERNÄHRUNGSPHYSIOLOGISCHE EIGENSCHAFTEN**

Buchweizen enthält viele wertsteigernde und gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe, z.B.

essentielle Aminosäuren wie Lysin und Tryptophan, Vitamin B und E, Kalium, Kalzium Phosphor und Magnesium und das Bioflavonoid Rutin. Rutinhaltige Präparate und Buchweizenblätterttee werden zur Vorbeugung und Behandlung von Venenerkrankungen eingesetzt



*Buchweizenpfannkuchen*

*Foto: Martina Reinsch*

## **BUCHWEIZENPFANNKUCHEN**

### **ZUTATEN**

- 250 g Buchweizenmehl
- 1 Ei
- 300 ml Milch
- 1 Prise Salz
- Rapsöl zum Backen
- Apfelmus oder Kräuterquark
- Klein geschnittene Lauchzwiebeln, Schinkenwürfel und frisch gehackte Kräuter nach Belieben

### **ZUBEREITUNG**

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verrühren und etwas quellen lassen. Etwas Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und eine dünne Schicht Teig einfüllen. Nach Belieben mit Kräutern, Lauch und Schinken bestreuen.

Von beiden Seiten goldbraun backen.

Für die herzhafte Variante kann man Kräuterquark reichen. Wer es süß mag, greift zu Zimtucker und Apfelmus.

## QUELLEN

- Landwirtschaftskammer Niederösterreich (Hrsg.): Buchweizen. St. Pölten, April 2009
- Land- und Forstwirtschaftliches Versuchszentrum Laimburg, Südtirol, Merkblätter zum Getreideanbau Nr. 16
- Mitteldeutscher Rundfunk, MDR um 4, Leichter leben
- FiBL-Merkblatt Buchweizen, September 2000
- Fachforum Öko-Landbau, 28. November 2012: Präsentation von Markus Mücke, LWK Niedersachsen

### IMPRESSUM

Herausgeber: Landwirtschaftliches Technologiezentrum Augustenberg (LTZ), Neßlerstr. 25, 76227 Karlsruhe, Tel.: 0721/9468-0, Fax: 0721/9468-209, E-Mail: [poststelle@ltz.bwl.de](mailto:poststelle@ltz.bwl.de), [www.ltz-augustenberg.de](http://www.ltz-augustenberg.de)

Autorin: Gabi Schwittek

Redaktion: Martina Reinsch

Layout: Jörg Jenrich, Samantha Lonycz

August 2014



**Baden-Württemberg**  
LANDWIRTSCHAFTLICHES TECHNOLOGIEZENTRUM  
AUGUSTENBERG