



Ausgabe 02/2026 März/ April

Die Sophisten und die Pfaffen
Stritten sich mit viel Geschrei:
Was hat Gott zuerst erschaffen,
Wohl die Henne? wohl das Ei?

Wäre das so schwer zu lösen?
Erstlich ward ein Ei erdacht.
Doch weil noch kein Huhn gewesen,
Schatz, so hat's der Has gebracht.

(Aus: Auf ein Ei geschrieben von Eduard Mörike)

Liebe Leserinnen und Leser,

auch wenn uns das Wetter momentan noch ausbremst, zeigen sich doch schon überall Anzeichen des Frühlingserwachens. Pfirsiche, Mandeln und Aprikosen stehen ebenso wie die Frühblüher in voller Blüte. Ein Zeichen, dass sich unser Blütenfest nähert. Es findet dieses Jahr am Sonntag, den 26.4., ab 11 Uhr statt. Wir beginnen wieder mit einer Ausfahrt ins Baumfeld, um den Anblick der dann hoffentlich in voller Blüte stehenden Obstbäume zu genießen und aktuelle Informationen rund ums Thema Streuobst zu erhalten. Nach der Rückkehr verwöhnen wir Euch mit leckeren Speisen. Nachmittags gibt es wieder eine tolle Bastelaktion für Kinder, sowie Kaffee und köstliche Kuchen. Wir freuen uns auf Euren Besuch!!!

Unsere Jahreshauptversammlung konnten wir leider nicht wie geplant abhalten. Sobald ein neuer Termin feststeht, lassen wir es euch wissen.

Großes Interesse bestand an unserem Schnittkurs für junge Leute und Neueinsteiger. Der Veranstaltungsraum unseres Vereinsheims war bis auf den letzten Platz besetzt. Ein herzliches Dankeschön an dieser Stelle nochmal an unsere Fachwarte Nicole, Günther und Alfred, die den Teilnehmern ihr Wissen sach- und fachkundig weitergegeben haben!

Wir wünschen euch allen ein schönes Osterfest

Euer Vorstand



Viel hilft viel? Auch beim Essen muss es wohl eher heißen: Vielfalt hilft viel - auch bei gesunder Pflanzenkost. Das legt eine Studie aus den USA nahe. Auch Christian Sina, Professor für Ernährungsmedizin an der Universität zu Lübeck, bestätigt im NDR-Gesundheitsmagazin Visite: "Bislang haben wir immer gesagt, die Menge ist das Entscheidende. Und das ist neu an dieser Studie: dass die Abwechslung bei den Ballaststoffen das Entscheidende ist." Kurz gesagt geht es darum, viele verschiedene Ballaststoffe zu essen - und die stecken in Gemüse, Obst, Nüssen, Kräutern und anderen Pflanzen. Hülsenfrüchte wie Bohnen und Erbsen zählen auch dazu. Ob frisch oder tiefgekühlt sei dabei egal, so der Ernährungsmediziner. Sogar Kaffee und Tofu liefern pflanzliche Ballaststoffe.

(Quelle: <https://www.tagesschau.de/wissen/gesundheit/30-pflanzen-challenge-darm-100.html>)

Eine hohe Vielfalt von Pflanzen in der Ernährung sorgt für eine hohe Vielfalt beim Mikrobiom im Darm – und das dient, wie in der amerikanischen Studie "The American Gut Project" mit über 11.000 Teilnehmern nachgewiesen wurde, dazu, die Gesundheit zu verbessern. Ob es nun 28 oder 32 unterschiedliche Pflanzen sein müssen, wurde dabei nicht untersucht – wohl aber, dass 30 besser sind als 10.

Die 30-Pflanzen-pro Woche- Challenge bietet die Möglichkeit, nochmal neu über Ernährungsgewohnheiten nachzudenken und kann den Nahrungsmittelhorizont erweitern. Und lieben wir nicht alle die Herausforderung? Zudem bietet sie viel Raum für Anbau-Experimente im eigenen Garten...

Lebendige Gemüseschätze

Sie heißen „Winterhäuptchen“, „Ulmer Spargel“ oder „Hagnauer Rote Bohne“: die Sortenfunde des Genbänkles stammen meist aus Haus- und Hofgärten, wo sie über Jahrzehnte angebaut und von Generation an Generation weitergegeben wurden. Was sie verbindet? Sie sind vom Aussterben bedroht- und mit ihnen die regional verwurzelte Gemüsevielfalt mit all ihren Farben, Aromen und Eigenschaften. Um diesen Verlust aufzuhalten, sucht der Verein Genbänkle e. V. nach alten regionales Gemüsesorten.

Einige der Genbänkle-Sortenfunde zeichnen sich durch besondere Eigenschaften aus. Neben ihrer familiären Bedeutung ist das oft ein weiterer Grund, warum sie erhalten wurden. Da gibt es besondere Formen oder Farben, wie im Fall der „Roten Kugelbohne“ mit ihren nahezu perfekt runden Kernen und der „Bunten Hockerbohne“, einer Buschbohnenmischung, die kunterbunte Kerne in beige, gelb, rot, braun und blauschwarzen Tönen hervorbringt. Seit über siebzig Jahren schon erhält ein Mössinger Familie die „Bunte Hockerbohne“. Andere Sorten bieten außergewöhnliche Erntezeitpunkte oder einen besonderen Geschmack. Der „Gelbe Ackersalat“ wird seit über 100 Jahren von einer Familie in Adelshofen und heute in Bretzfeld kultiviert, fällt zunächst durch sein fast gelblich wirkendes hellgrün auf. Im Vergleich mit den dunkelgrünen Sorten zeigt sich, dass er später erntereif wird, bis in den April hinein. Die „Rote Söflinger Zwiebel“ wurde bis in die 1980er Jahre in Söflingen angebaut. Heute erhalten nur noch wenige Gärtnereien die sehr mild schmeckende bekömmliche flachrunde Zwiebel.

Gemüsesorten sind besonders gefährdet, verloren zu gehen. Denn anders als viele Obstsorten müssen sie zur Erhaltung in kurzen Abständen immer wieder angebaut und vermehrt werden. Diese Aufgabe übernehmen die regionalen Erhaltungs-züchterinnen und – züchter im Genbänkle-Netzwerk. Sie vermehren die Sorten, beurteilen ihre Eigenschaften und bauen sie regelmäßig an – mit großem ehrenamtlichen Engagement. „Außerdem setzen wir uns dafür ein, dass unsere Sortenfunde auf die Rote Liste der gefährdeten einheimischen Nutzpflanzen kommen“, erklärt Jenny Hammer, Geschäftsführerin des Genbänkles.

Bauern- und Saatgutmärkte etwa vom Genbänkle oder von Ortsgruppen des LOGL tragen dazu bei, traditionelles Saatgut wieder verfügbar zu machen. Nähere Informationen unter www.genbaenkle.de

Dieser Artikel stammt aus der Zeitschrift „Obst & Garten – Fachmagazin für das Obst- und Gartenland Baden-Württemberg“. Sie erscheint einmal im Monat mit vielen interessante Themen rund um Obst und Garten. Man kann ein kostenloses Probeabo direkt beim Ulmer-Verlag abschließen. Wenn man das Magazin über den OGV bezieht, erhält man es günstiger und hat noch einen kostenlosen Online-Zugang. Weitere Infos unter www.obst-und-garten.de

Nächste Termine des Genbänkles:

11.4.2026 09:00 - 16:00 Uhr Kraut & Krempel Illertissen

12.4.2026 10:00 - 18:00 Uhr Frühlingmarkt Museumsdorf Kürnbach

19.4.2026 11:00 - 17:00 Uhr Garten.Genuss.Markt Beuren

14.5.2026- 17.05.2026 10:00 - 19:00 Uhr GardenLife Reutlingen 2026

Die nächsten Termine

26.04.2026 Blütenfest mit Ausfahrt

04. – 07.0626 365-Jahr-Feier

www.ovg-guelstein.de

Samenfest oder hybrid?

Samenfeste Sorten sind nachbaufähig

Zunächst lohnt sich ein kleiner Rückblick in die Geschichte unserer Sämereien: samenfeste Sorten werden über Jahre auf bestimmte Eigenschaften durch Kreuzung und Selektion gezüchtet. Diese Eigenschaften können Farbe, Geschmack, Form, Resistenzen, etc. sein. Vermehrt man diese Sorten über ihr Saatgut, erhält man in den nächsten Generationen Pflanzen mit denselben Eigenschaften – dies nennt man samenfest, sortenrein und nachbaufähig. Bevor die moderne Pflanzenzüchtung an Bedeutung gewann, war dies der Weg, um Sorten zu züchten und weiterzuentwickeln.

F1 – Kreuzung in erster Generation

Bei F1 gekennzeichnetem Saatgut handelt es sich um Hybrid-Züchtungen, die nicht samenfest sind. F1 ist eine Kreuzung in erster Generation. (die Mendel'schen Regeln – da klingelt was 😊) D. h. es werden zwei Sorten gekreuzt und bei sortenreinen Eltern erhält man in dieser ersten Generation einheitliche Nachkommen. Vermehrt man diese Pflanzen weiter, tritt in der nächsten Generation – der F2 – die größtmögliche genetische Aufspaltung auf. D. h. die genetischen Eigenschaften der Kreuzungspartner treten in den Nachkommen in den verschiedensten Variationen zu Tage. Wenn wir also bspw. aus einer gelben, runden F1-Zucchini Saatgut gewinnen und wieder aussäen, werden wir nur einen Teil oder auch gar keine Zucchini mit diesen gelben und gleichzeitig runden Eigenschaften erhalten.



Bunte Hockerbohne

(<https://www.genbaenkle.de/sorten/sorte-suchen/nurtinger-hockerbohne/>)