

Fachseminar Lupinen-Tempeh in Berlin

Am 27.11.2024 trafen sich 14 Tempeh-Enthusiast*innen in Berlin, um ihr Wissen über die Tempeh-Herstellung aus Lupinen zu erweitern. Das Seminar wurde vom LeguNet in Kooperation mit dem Brotbüro organisiert und bot ein abwechslungsreiches Programm aus Vorträgen, Austausch- und Vernetzungsmöglichkeiten und einer genussvollen Verkostung.

Tempeh, ein traditionelles Fermentationsprodukt aus Indonesien, entsteht durch die Kultivierung eines Edelschimmelpilzes auf Sojabohnen. Inzwischen hat es weltweit an Beliebtheit gewonnen und wird nicht nur aus Sojabohnen, sondern auch aus verschiedenen Hülsenfrüchten und Nüssen hergestellt. Mit seiner charakteristischen nussigen Note und dem intensiven Umami-Geschmack überzeugt Tempeh auf vielfältige Weise.

Tempeh als wertvoller Proteinlieferant

Nach einer kurzen Einführung in das LeguNet-Projekt erhielten die Teilnehmenden spannende Einblicke in die Tempeh-Akteurslandschaft in Deutschland, die wertvollen Inhaltsstoffe der Lupine und des Tempehs sowie die vielfältigen Vorteile der Fermentation. „Lupinentempeh enthält zwischen 15 und 25 % Eiweiß und ist dadurch proteinreicher als beispielsweise Tofu. Durch die Fermentation werden die Hülsenfrüchte sozusagen vorverdaut und sind deshalb besser bekömmlich“, erklärt Rebecca Thoma, Koordinatorin für die Wertschöpfungskette Lupine im LeguNet.

Elke zu Münster, Geschäftsführerin des „Brotbüros“ – eines Unternehmens, das sich auf die Vermarktung der Weißen Biolupine spezialisiert hat – berichtete von den Herausforderungen und Chancen des Lupinenanbaus sowie den vielfältigen Einsatzmöglichkeiten als beispielsweise Lupinenschrot oder -mehl in Back- und Teigwaren, Fleischersatzprodukten, oder Aufstrichen. Sie erläuterte, dass besonders die Themen Alkaloide, Anthraknose und Allergene als zentrale Hürden im Anbau und der Vermarktung gelten. Dennoch ist nicht nur von den Vorteilen der Kulturpflanze, sondern auch des verarbeiteten Tempeh-Produkts überzeugt: „Tempeh wird in absehbarer Zeit in allen Kühlregalen des Lebensmitteleinzelhandels Einzug finden“, betonte Frau zu Münster.



Marinierter und Vakuumierter Tempeh aus Weißer Süßlupine.



Elke zu Münster ist überzeugt vom Lupinentempeh.

Gefördert durch



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

Projekträger



Bundesanstalt für
Landwirtschaft und Ernährung

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

im Rahmen der BMEL Eiweißpflanzenstrategie

leguNet.de



Tempehhersteller mit großen Visionen

Ein weiteres Highlight war der Beitrag von Lars Strenge, Geschäftsführer des Brandenburger Tempeh-Unternehmens „Peaceful Delicious“. Er teilte seine Erfahrungen aus der Unternehmensentwicklung, den Herausforderungen der Produktion und Vermarktung sowie wertvolle Erkenntnisse aus der Praxis. Mit einem strahlenden Lächeln formulierte er die ehrgeizige Vision seines Betriebs: „Wir wollen der größte Tempeh-Hersteller in Europa werden.“

Strenge schilderte, wie die Produktion 2019 in einem alten Schweinestall mit improvisierten Geräten – darunter ein Saunaofen – begann. Heute ist das Unternehmen gewachsen, hat neue Räumlichkeiten bezogen und beschäftigt zwölf Mitarbeitende. Aktuell verarbeitet „Peaceful Delicious“ vor allem Soja, Kichererbsen und schwarze Bohnen. Pro Monat stellen sie mittlerweile 13-15 Tonnen Tempeh her. Besonders beeindruckt zeigt sich Strenge von der Einfachheit des Produkts: „Tempeh besteht aus 99 % Leguminose und 1 % Starterkultur. Danach braucht es nur Zeit und ein warm-feuchtes Klima.“

Vermarktet wird der Tempeh über den Lebensmitteleinzelhandel, Bioläden, Großhändler sowie in der Hotel- und Gastronomiebranche und Großküchen. Das Seminar zeigte eindrucksvoll, wie viel Potenzial in Tempeh und Lupinen steckt und wie engagierte Akteur*innen an der Weiterentwicklung dieses nachhaltigen Lebensmittels arbeiten.

Die Teilnehmenden aus den verschiedensten Fachbereichen, darunter Gastronomie, Nachhaltigkeitsforschung, praktische Betriebe, Politik und Landwirtschaft bekamen eine Packung der Pilzkultur mit nach Hause, um dort die gewonnenen Erkenntnisse direkt selbst zu testen.



Lars Strenge berichtet den Teilnehmenden Wissenswertes zur Herstellung und Vermarktung von Tempeh.

Text und Fotos : Rebecca Thoma, Koordination Wertschöpfungskette Lupine im LeguNet, GFL

Datum: 16.01.2025