

Im Portrait:

Die Ackerbohne

Literaturhinweise

- Cecilia Antoni: Die heimische Ackerbohne. Online unter <https://beanbeat.de/die-heimische-ackerbohne/>
- R. Lobitz (2021): Die heimische Ackerbohne. Eine interessante Proteinquelle. Bundeszentrum für Ernährung. Online unter <https://www.bzfe.de/service/news/aktuelle-meldungen/news-archiv/meldungen-2021/mai/die-heimische-ackerbohne/>
- Z. Madar & A. H. Stark (2002): New legume sources as therapeutic agents. In: *The British Journal of Nutrition*, Vol. 88, Suppl. 3, S. 287-292. Online unter https://www.researchgate.net/publication/10975951_New_legume_sources_as_therapeutic_agents
- H. F. Erbersdobler, C. A. Barth, G. Jahreis (2017): Körnerleguminosen in der Humanernährung. In: *Ernährungs Umschau*, Vol. 64, Nr. 9, S. 134-139. Online unter https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/Freie_PDF/EU09_2017_M500-M505.pdf
- Union zur Förderung von Oel- und Proteinpflanzen e. V. (UFOP) (2019): Kulturpflanzenmagazin. Online unter https://www.ufop.de/files/8015/5551/2530/UFOP_Kulturpflanzenmagazin_2019.pdf, zuletzt aufgerufen am 06.12.21.
- H. Ferreira et al. (2020): Benefits of pulse consumption on metabolism and health: A systematic review of randomized controlled trials. In: *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, Vol. 61, Nr. 1, S. 85-96. Online unter <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10408398.2020.1716680>
- A. N. Mudryi, N. Yu, H. M. Aukema (2014): Nutritional and health benefits of pulses. In: *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism*, Vol. 39, Nr. 11, S. 1197-1204. Online unter <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25061763/>
- W. Sauermann, O. Sass (2016): Anbauratgeber Ackerbohne. Union zur Förderung von Oel- und Proteinpflanzen e. V. (UFOP). Online unter <https://www.ufop.de/agrar-info/erzeuger-info/futtererbsen-ackerbohnen-suesslupinen/anbauratgeber-ackerbohne/>
- Union zur Förderung von Oel- und Proteinpflanzen e. V. (UFOP): Eiweiss vom Acker. Nachhaltiger Genuss: Ackerbohne, Süßlupine & Co. Online unter



Union zur Förderung
von Oel- und Proteinpflanzen e. V.

Herausgeber:

UFOP e. V.
Claire-Waldoff-Straße 7
10117 Berlin
Telefon 030/31 90 4-2 02
Telefax 030/31 90 4-4 85
E-Mail info@ufop.de
www.ufop.de

INFORMATION
Union zur Förderung von Oel- und Proteinpflanzen e. V.

https://www.ufop.de/files/9015/8098/6315/WEB_UFOP_1681_Eiweisspflanzen_Broschuere.pdf

- Union zur Förderung von Oel- und Proteinpflanzen e. V. (UFOP): Ackerbohnenblüte 2021: Eine Hülsenfrucht mit blühender Zukunft. Online unter <https://www.ufop.de/presse/aktuelle-pressemitteilungen/ackerbohnenbluete-2021-eine-huelssenfrucht-mit-bluehender-zukunft/>
- H. F. Erbersdobler, C. A. Barth, G. Jahreis (2017): Körnerleguminosen in der Humanernährung. In: *Ernährungs Umschau*, Vol. 64, Nr. 10, S. 140-144. Online unter https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/pdfs/Freie_PDF/EU10_2017_M550-M554.pdf
- P. Mattila et al. (2018): Nutritional value of commercial protein-rich plant products. In: *Plant Foods for Human Nutrition*, Vol. 73, Nr. 2, S. 108-115. Online unter <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29500810/>
- S. Sharan et al. (2020): Fava bean (*Vicia faba* L.) for food applications: From seed to ingredient processing and its effect on functional properties, antinutritional factors, flavor, and color. In: *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, Vol. 20, Nr. 1, S. 401-428. Online unter <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/1541-4337.12687>
- Kompetenzzentrum für Ernährung (Kern) (2018): Hülsenfrüchte. Kleine Kraftpakete – vielfältig und zeitgemäß. Online unter https://www.kern.bayern.de/mam/cms03/shop/kompendien/dateien/kompendium_huelssenfruechte_r.pdf
- QuantiSana Produkts & Finanz GmbH: Glykämischer Index und Glykämische Last. Online unter <https://neu.quantisana.ch/wp-content/uploads/2020/06/Buchblock-Quantisana-GesundSchoen-Seite-96-105.pdf>
- C.K.Y. Chan et al. (2019): Faba bean protein flours added to pasta reduce post-ingestion glycaemia, and increase satiety, protein content and quality. In: *Food & Function*, Vol. 10, Nr. 11, S. 7476-7488. Online unter <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31670336/>
- G. Frühbeck, I. Monreal, S. Santidrián (1997): Hormonal implications of the hypocholesterolemic effect of intake of field beans (*Vicia faba* L.) by young men with hypercholesterolemia. In: *The American Journal of Clinical Nutrition*, Vol. 66, Nr. 6, S. 1452-1460. Online unter <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9394699/>
- S. Multari, D. Stewart, W. R. Russell (2015): Potential of fava bean as future protein supply to partially replace meat intake in the human diet. In: *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, Vol. 14, Nr. 5, S. 511-522. Online unter <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/1541-4337.12146>
- J. Shi et al. (2004): Saponins from edible legumes: Chemistry, processing, and health benefits. In: *Journal of Medicinal Food*, Vol. 7, Nr. 1. Online unter https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/109662004322984734?url_ver=Z39.88-2003&rft_id=ori%3Arid%3Acrossref.org&rft_dat=cr_pub++0pubmed
- C. Ritter: Heimische Nahrungspflanzen als Heilmittel. Online unter https://www.vivat.de/media/_pdf/123152/123152.pdf
- Deutsche Gesellschaft für Parkinson und Bewegungsstörungen (DPG): Hintergrundinformationen Parkinson-Krankheit. Online unter <https://www.parkinson-gesellschaft.de/die-dpg/morbus-parkinson.html>

- European Patent Office (2016): Bioactive extract obtained from vicia faba and its use in the treatment and/or prevention of neurodegenerative diseases. EP3225245A1. Online unter <https://patents.google.com/patent/EP3225245A1/en>
- F. Horvat (2019): Wertvolles aus der Hülse. Vereine für Unabhängige Gesundheitsberatung (UGB), UGBforum 2/2019. Online unter <https://www.ugb.de/ugb-medien/einzelhefte/erbsen-bohnen-linsen-gutes-aus-der-huelse/wertvolles-aus-der-huelse/>
- Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung: Vicia faba und Phaseolus-Arten. Online unter <https://ble-digital.pageflow.io/demonstrationsnetzwerk-erbse-bohne#257067>
- Verbraucherzentrale (2021): Bei natürlichen Schadstoffen in pflanzlichen Lebensmitteln aufpassen. Online unter <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/kennzeichnung-und-inhaltsstoffe/bei-natuerlichen-schadstoffen-in-pflanzlichen-lebensmitteln-aufpassen-53263>
- J. Fischer & K. Dittrich: Wie ist Phytinsäure zu bewerten? Vereine für Unabhängige Gesundheitsberatung (UGB), UGBforum 4/12, S. 200-201. Online unter <https://www.ugb.de/exklusiv/fragen-service/phytinsaure/?phytinsaure-vollkorn>
- A.-S. Sandberg (2002): Bioavailability of minerals in legumes. In: *The British Journal of Nutrition*, Vol. 88, Suppl. 3, S. 281-285. Online unter <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12498628/>
- Demonstrationsnetzwerk Erbse/Bohne: Inhaltsstoffe von Körnererbsen und Ackerbohnen. Online unter <https://www.demoneterbo.agrarpraxisforschung.de/index.php?id=399>
- M. Groeneveld, C. Müller (2020): Hülsenfrüchte: Gesund essen. Bundeszentrum für Ernährung. Online unter <https://www.bzfe.de/lebensmittel/vom-acker-bis-zum-teller/huelsenfruechte/huelsenfruechte-gesund-essen/>
- Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum: Favismus. Online unter <https://www.hdz-nrw.de/kliniken-institute/zentrale-dienste/kardiogenetik/untersuchungen/sonstiges/favismus.html>