

Mitgliederversammlung der BBV Treuhand in Salez und Referate zur pflanzlichen Ernährung

Mehr Hülsenfrüchte essen

Zwei Referate an der Mitglieder- versammlung der BBV Treuhand in Salez gaben Einblick in die Produktion pflanzlicher Lebensmittel, die richtige Verarbeitung und clevere Kombinationen. Es wurde deutlich, dass sowohl tierische als auch pflanzliche Proteine ihre Bedeutung haben.

Text und Bild: Adi Lippuner

Hülsenfrüchte stehen aktuell bei der menschlichen Ernährung noch nicht im Zentrum, wie die Referate am Dienstag im Anschluss an die Mitgliederversammlung der BBV Treuhand zeigten. 55 stimmberechtigte Mitglieder und eine grosse Zahl Gäste fanden sich im Landwirtschaftlichen Zentrum Salez (LZSG) ein.

Pflanzliche Ernährung im Blick

Daniela Büchel und Anita Schneider gaben Einblick in die Produktion und Verarbeitung pflanzlicher Ernährung. «Ganz allgemein wird vonseiten des Bundes mit Blick auf die Agrarpolitik 2050 gewünscht, dass die Bevölkerung vermehrt auf pflanzliche Ernährung setzt», sagte Daniela Büchel. Dazu gehöre, dass Erbsen, Linsen und weitere Hülsenfrüchte in den Fokus gerückt werden. «Dies ist kein neuer Trend. Be-



Die BBV-Tagung fand im Landwirtschaftlichen Zentrum St. Gallen in Salez statt. Zahlreiche Mitglieder nahmen daran teil.

reits im Mittelalter ernährten sich die Menschen von Hülsenfrüchten», sagte Daniela Büchel. Doch bald wurde diese Ernährungsform

«Dies ist kein neuer Trend. Bereits im Mittelalter ernährten sich die Menschen von Hülsenfrüchten.»

Daniela Büchel

als «Armeleuteessen» verpönt und deshalb wurden Hülsenfrüchte auch nicht mehr angebaut. «Denn nur was von den Konsumenten verlangt wird, baut die Landwirtschaft

an.» Heute seien Hülsenfrüchte Nischenprodukte, liege doch der Pro-Kopf Verbrauch in einem Tag bei nur gerade fünf Gramm. Vorurteile wie schwer verdaulich, kompliziert in der Zubereitung und wenig schmackhaft seien die oft gehörten Argumente.

Ernährung schlau kombinieren

Anita Schneider gab Einblick in den Proteinbedarf der Menschen und betonte, dass insbesondere die ältere Generation mehr davon brauche. «Pflanzliches und tierisches Eiweiss sollten nicht gegeneinander ausgespielt werden, vielmehr geht es um clevere Kombinationen und vielseitige Ernäh-

Erstmals Drei-Millionen-Grenze überschritten

An der BBV-Mitgliederversammlung war zu hören, dass 2023 der Betriebsertrag erstmals über drei Millionen Franken lag. Mit 2071 Abschlüssen, das ist eine Steigerung von 123 im Vergleich zum Vorjahr, und 1117 Mitgliedern gehört die BBV Treuhand mit ihren drei Geschäftsstellen in Appenzell, Flawil und Salez zu den führenden Anbietern im Bereich Buchhaltung und Treuhand für Landwirte sowie Klein- und Mittelbetriebe.

Treue Mitarbeitende sind, gemäss Präsident Pirmin Zürcher, «unser wertvollstes Gut». Drei Männer, die dem Unternehmen seit 30 Jahren die Treue halten, wurden geehrt: Niklaus Bühler, Sachbearbeiter in Flawil, Ueli Frehner, Treuhandstellenleiter in Salez, und Erwin Gort, Sachbearbeiter in Salez, begannen ihre Arbeit im Unternehmen, als vor 30 Jahren die Aufzeichnungspflicht der Bauern eingeführt wurde.

adi.

nung», so die Referentin. «Erwachsene bis 50 Jahre benötigen 0,8 Gramm pro Kilo Körpergewicht, ab 50 Jahren sind es dann 1,2 Gramm,» sagte Anita Schneider. Genügend, aber nicht zu viel Protein, dazu regelmässige Bewegung sei eine wichtige Voraussetzung, um den Körper gesund zu erhalten.

«Pflanzliches und tierisches Eiweiss sollten nicht gegeneinander ausgespielt werden.»

Anita Schneider

Damit Hülsenfrüchte bekömmlich sind, müssen sie eingeweicht werden. «Ja nach Grösse acht bis 18 Stunden, orange Linsen benötigen nur zehn Minuten,» liess die Fachfrau die Anwesenden wissen. «Dank der Einweichphase werden die Mineralstoffe für den Körper verwertbar gemacht und vermei-

den unerwünschte Blähungen.» Es gelte auch, Hülsenfrüchte zu Beginn in kleinen Mengen in den Menüplan einzubauen. «Schon ein Teelöffel Linsen pro Tag hilft,» war zu hören. Kurz zusammengefasst ihr Rat: «Hülsenfrüchte einweichen, abspülen, ohne Salz kochen und dann in kleine Gläser abfüllen und im Kühlschrank bis zur weiteren Verwendung lagern.»

Lernprozess im Gang

Einig waren sich die beiden Referentinnen Daniela Büchel und Anita Schneider, dass heute bei der Bevölkerung bezüglich Ernährung ein Lernprozess zur vermehrten Nutzung von Hülsenfrüchten im Gang ist. Dabei gehe es nicht nur um die vor allem im städtischen Umfeld immer beliebter werdenden Fleischersatzangebote, hergestellt aus Gelberbsen und Lupinien. «Dies ist heute noch eine Nische, die sich aber lautstark bemerkbar macht», betonte Referentin Daniela Büchel.



Anita Schneider und Daniela Büchel (v.l.), beide vom LZSG, referierten an der BBV-Tagung über Hülsenfrüchte.

NOTIZ

St.Galler Bauer

Früherer Redaktionsschluss

Wegen des Ostermontags wird der Redaktionsschluss vorverschoben. Beiträge für die Ausgabe Nr. 14 sind bis Donnerstag, 28. März, 12 Uhr an die Redaktion zu senden. Die Ausgabe erscheint am Freitag, 5. April. *red.*

Daten Zuchtfamilienschauen

In der Ausgabe 11 vom 15. März wurden die Daten für die Braunvieh-Zuchtfamilienschauen publiziert. Manchmal gibt es Änderungen, die in der Printausgabe zu wenig schnell berücksichtigt werden können. Abgesagt ist die Schau der Zuchtfamilie von Svenja aus dem Stall von Robin Inauen aus Brülisau. Neu ist der Zeitpunkt für die Schau der Stammkuh Fabiola von Dominik Sutter aus Appenzell um 10.45 Uhr. Für den 30. April wurde die Zuchtfamilie von Thomas Hefti-Horner, Linthal (Stammkuh Edelweiss), nachgemeldet. Die Schau findet um 10.30 Uhr. Die Schauen werden unter <https://homepage.braunvieh.ch/zuchtfamilienschau-2024/> laufend aktualisiert. *red.*

Olma Messen St.Gallen AG schreibt operativen Gewinn.

Die Olma Messen St.Gallen AG konnte im Jahr 2023 bedeutende Meilensteine erreichen und ist auf Wachstumskurs. Der gestiegene Umsatz und der operative Gewinn von 2,4 Millionen Franken bestätigen die eingeschlagene Wachstumsstrategie. Die erste ordentliche Generalversammlung der jungen Aktiengesellschaft findet am 16. April statt. *pd.*