

## Echter Buchweizen (*Fagopyrum esculentum*)

### Allgemeines

Buchweizen (*Fagopyrum*) ist eine Pflanzengattung aus der Familie der Knöterichgewächse (*Polygonaceae*). Trotz des Namens handelt es sich nicht um Getreide. Der Gattungsname *Fagopyrum* leitet sich aus dem lateinischen Wort *fagus* für Buche und dem griechischen Wort *pyrus* für Weizen ab und bezieht sich auf die bucheckernförmigen Früchte.

### Anbau

Echter Buchweizen ist eine wärmeliebende Pflanze, die bereits bei niedrigen Plusgraden Kälteschäden davonträgt. Zum Keimen benötigt Buchweizen eine Bodentemperatur von über 10 °C und kann daher erst ab Mitte Mai bis Anfang Juni ausgesät werden.



Bildquelle: Wikipedia

Empfehlenswert ist ein Saatabstand von 15 cm x 5 cm und eine Saattiefe von 2 – 3 cm. Die Nüsschen reifen innerhalb von zehn bis zwölf Wochen nach der Aussaat, so dass die Ernte zwischen Ende August und Anfang September erfolgen kann. Alte Sorten reifen ungleichmäßig über einen längeren Zeitraum ab, so dass es sich empfiehlt, mehrfach zu ernten.

### Nutzung

Echter Buchweizen eignet sich nicht zum Backen.

Man kann ihn als Grütze zubereiten, als Zutat für Aufläufe verwenden oder mahlen und Pfannkuchen daraus backen. Er wird mitunter in traditionellen Leckereien, wie z. B. den niederländischen Poffertjes verwendet.