

Gemeiner Lein (*Linum usitatissimum*)

Allgemeines

Vom Lein lassen sich sowohl die Samen als auch die Fasern nutzen, da im Stängel eine Schicht mit Bastfaserbündeln als Festigungsgewebe enthalten ist. In Norddeutschland und Skandinavien ist Lein seit etwa 500 v. Chr. bekannt. Vom Mittelalter bis ins 19. Jahrhundert spielte die Herstellung von und der Handel mit Leinen als Textilfaser eine große Rolle. Durch das Aufkommen der billigeren und vor allem leichter zu verarbeitenden Baumwolle gingen die Anbauflächen noch im 19. Jahrhundert stark zurück. In den 1980er Jahren stieg mit der Ökologie-Bewegung die Nachfrage nach Leinen an. Die Anstrengungen einiger EU-Länder (auch Deutschland), in den 1990er Jahren durch Förderprogramme den Lein-Anbau und die Leinfaserproduktion wiederzubeleben, scheiterten.



Bildquelle: Wikipedia

Anbau

Die Leinsamen sollten Ende März, Anfang April breitwürfig gesät und gut eingearbeitet werden, so dass sie sich 2 - 3 cm tief im Boden befinden. Zwischen den einzelnen Pflanzen ist ein Abstand von 30 cm x 30 cm optimal. Gegen Ende August ist der Leinsamen erntereif. Man erkennt es daran, dass die Samen im Inneren der Kapsel rascheln. Außerdem sollten die unteren Blätter abgefallen sein, der obere Stängelabschnitt braun und der untere grün gefärbt sein.

Nutzung

Die Leinsamen können pur gegessen, zu salzigen Backwaren (z.B. Brot) hinzugefügt oder ins Müsli gestreut werden.