



**Schmalblättrige
Lupine Bolero.**
(Bild: gzk)

Der Biobetrieb Tiefenmühle liegt in Herdern.

Superfood aus dem Thurgau

Die Lupine wurde von der Stiftung Biovision zum Superfood des Jahres 2026 gekürt. Zu den wenigen Mühlen in der Schweiz, die Lupinen verarbeiten, gehört die Tiefenmühle in Herdern. Wo jahrzehntelang Stille herrschte, setzt Marc Nyffenegger heute auf Fingerspitzengefühl, Qualität und Erfahrung.

Text: Patricio Frei, Biovision, Bilder: Laura Angelstorf

Bereits am Telefon kündigt Müller Marc Nyffenegger freudig an: «Keine andere Kultur ist beim Schälen so laut wie die Lupine. Da chlopft und tätscht es!» Und tatsächlich: Durch das offene Tor der alten Scheune der Tiefenmühle tönt das Knacken der Lupinenschalen schon von Weitem. Drinnen ragt eine mehrstufige Maschine bis knapp unter das Scheunendach – die eigentliche Mühle.

Von der weissen Schale zum gelben Kern

Zwei Schritte benötigt die Tiefenmühle, um die Lupinen zu verarbeiten. Erster Schritt ist das Vorreinen. Besitzer Marc Nyffenegger lässt dafür die gesamte Lieferung an weissen Lupinen ein erstes Mal durch

seine Mühle durch. Mit Sieben, einem Farb- und Formausleser werden allfällige Fremdkörper herausgetrennt. Dafür werden die Lupinen von einem Rohr mit Unterdruck bis unter das Dach der Scheune hochgesogen, von wo sie durch die einzelnen Stufen der Maschine gelangen. Mal werden sie gerüttelt und geschüttelt, dann flitzen sie in rasendem Tempo durch einen Kanal. Dabei werden sie nach Form, Farbe, Gewicht und Grösse von Fremdkörpern getrennt. Dazu gehören etwa kleine Steinchen oder andere Samen.

Erst im zweiten Schritt geht es um das eigentliche Schälen der Lupinen. Dabei finden die Lupinen nochmals den Weg durch dieselbe Maschine: Zunächst wird die weisse Schale unter lautem Knacken aufgebrochen und anschliessend mit anderen kleinen Fremdkörpern feinsäuberlich vom knallgelben Lupinenkern getrennt.

5,8 Tonnen Lupinen verarbeitet die Tiefenmühle dieses Jahr. Dafür benötigt sie rund zwei Tage. Die Lupinen stammen von Berner Biobauern, Abnehmer ist



Die Siebmaschine trennt geschälte und ungeschälte Lupinenkerne.

New Roots, die daraus vegane Produkte herstellt: Tofu- und Käseersatz aus Lupinen, die auf Schweizer Boden gewachsen sind.



Marc Nyffenegger überwacht den Prozess der Lupinenverarbeitung ganz genau.

Präzisionsarbeit ohne Betriebshandbuch

Wenn die Maschine einmal läuft, gibt es für den 38-Jährigen kein Halten mehr. Immer wieder eilt er die steile Holzterrasse hoch und runter, um sicherzugehen, dass bei allen Verarbeitungsprozessen die Einstellungen stimmen. Er kontrolliert die Lupinen, die den Schälern verlassen, den Ausschuss beim Farbleser und packt die Lupinenkerne in Säcke ab. «Ich muss sicherstellen, dass die Maschine so läuft, wie ich das will», sagt Marc Nyffenegger.

Beim Schälen wird die Lupine in einem Rotor gegen die Gefäßwand geschleudert. Wenn die Maschine zu aggressiv, also eine zu hohe Geschwindigkeit eingestellt ist, dann gibt es mehr Bruch, der nur noch als Futter verwendet werden kann. Bei zu wenig Geschwindigkeit aber löst sich die Schale nicht genügend. «Bei der Lupine ist der Grat der richtigen Ein-

Wir wollen Kulturen verarbeiten, für die bereits eine gewisse Nachfrage besteht und die Potenzial haben, künftig durch unsere Dienstleistungen weiter zu wachsen.

Marc Nyffenegger

stellung noch ein bisschen schmaler als bei anderen Kulturen», erklärt Nyffenegger. Ziel sei es, mit geringem Druck eine hohe Ausbeute bei guter Qualität zu erzielen.

Welche Einstellung für die Lupine die richtige ist, steht aber in keinem Betriebshandbuch. Dieses Wissen hat sich der studierte Umweltingenieur teilweise selbst angeeignet. In der Ausbildung und in seiner bisherigen Tätigkeit als Müller, aber auch im Austausch mit anderen Berufsleuten im In- und Ausland. Dieses Wissen gründet auf Erfahrung.

Eine alte Mühle bringt neue Chancen

25 Jahre lang war die Tiefenmühle zwischen Weinigen und Herdern verstummt, bevor sie Marc Nyffenegger zusammen mit seiner Frau Marlene vor einem Jahr wieder zum Leben erweckt hat. Über Generationen hinweg hatten hier seine Vorfahren mit der Kraft des Seebachs eine Mühle betrieben. Die neue Spezialmühle steht nun in der alten Scheune und läuft unterstützt von der hofeigenen Solaranlage und einem Kleinwasserkraftwerk. Mit ihrer Mühle möchten sie einerseits Kulturen, die Marlene Nyffenegger auf



Die ehemalige Müllerei haben Marlene und Marc Nyffenegger wieder zum Leben erweckt.

dem dazugehörigen Bauernhof anbaut, verarbeiten: Speisehanf, Hafer, Linsen und Gerste. Nyffeneggers verstehen sich mit der Tiefenmühle aber auch als Dienstleister für andere Landwirtschaftsbetriebe: 27 verschiedene Kulturen wurden im ersten Betriebsjahr verarbeitet. Sie hätten bewusst diese Nische gesucht. «Wir wollen Kulturen verarbeiten, für die bereits eine gewisse Nachfrage besteht und die Potenzial haben, künftig durch unsere Dienstleistungen weiter zu wachsen», betont er. Die Lupinen sieht er als Chance für seine Mühle, aber

auch für die Schweizer Landwirtschaft: «Der Klimawandel führt dazu, dass hier andere Kulturen gut gedeihen können, wie beispielsweise Linsen und andere Hülsenfrüchte. Wenn da ein Markt entsteht, können die Landwirtschaft, die Böden, wir als Verarbeiter und die Konsumierenden nur profitieren.»

Lupine ist Superfood des Jahres 2026

Sie ist aussergewöhnlich gesund für den Menschen, kälteresistent und eine Bereicherung sowohl für die Landwirtschaft als auch für die Biodiversität. Deshalb ist die Lupine das Superfood des Jahres 2026. Mit dieser Auszeichnung macht Biovision auf Lebensmittel aufmerksam, die künftig in unserer Ernährung eine noch grössere Rolle spielen sollten.

Biovision setzt sich für nachhaltige Ernährungssysteme ein – vom Feld bis zum Teller. Die Stiftung fördert agrarökologische Ansätze, soziale und faire Wertschöpfungsketten und Ernährungssicherheit im Einklang mit der Natur. Durch die Unterstützung gezielter Forschung und praxisnaher Projekte in Afrika und in der Schweiz entwickelt sie gemeinsam mit Partnerorganisationen Lösungen für die Zukunft. www.biovision.ch/superfood

Fundgrube für private Anzeigen ohne gewerbmässigen Handel

Bestellschein für Ihr Angebot in der Fundgrube für den privaten Markt

Zu verkaufen
 Zu kaufen gesucht
 Diverses

	Maximal 50 Zeichen (inkl. Leerschläge und Punkte) = 1 Zeile CHF 20.-
	weitere 50 Zeichen (inkl. Leerschläge und Punkte) = 2 Zeilen CHF 30.-
	weitere 50 Zeichen (inkl. Leerschläge und Punkte) = 3 Zeilen CHF 40.-

Der Betrag von CHF _____ liegt bei. **(Nur gegen Bar-Vorausbezahlung)** inklusive 8,1% Mehrwertsteuer

Vorname, Name: _____

Strasse, PLZ/ Ort: _____

Einsenden an: **Galledia Fachmedien Frauenfeld AG, Anzeigen, Zürcherstrasse 310, 8500 Frauenfeld**