

Tempehmanufaktur: Proteine mit Mehrwert



Markus und Stephanie Schnappinger produzieren täglich Tempeh. Ein Produkt voller Proteine mit Mehrwert. Was vor 20 Jahren in einer kleinen Küche entstand, ist heute ein Familienunternehmen mit circa 65 Mitarbeitenden. Ihre Mission: regionale Produktion von Tempeh aus regionalen Rohstoffen.

Aller Anfang ist schwer

Markus Schnappinger lernte Tempeh in Holland kennen und war sofort davon begeistert. Während er Ernährungswissenschaften studierte, stellte er in seiner kleinen Einzimmerwohnung Tempeh für sich, Freunde und Familie her. Im Jahr 2010 wurde die tempehmanufaktur offiziell gegründet. Anders als für Metzgereien oder Käsereien gibt es für Tempeh keine fertigen Produktionsanlagen, die man kaufen oder sich einfach bauen lassen kann. Das bedeutet viel experimentieren und die unterschiedlichsten Maschinen auszuprobieren.

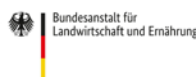
Tempeh – ein Produkt mit Potenzial

Tempeh wird traditionell aus gekochten Sojabohnen hergestellt. Der Ursprung liegt in Indonesien. Dort ist Tempeh auch heute noch ein Grundnahrungsmittel. Die Sojabohnen werden mit einem Edelschimmelpilz beimpft und dadurch fermentiert. Tempeh lässt sich aber auch wunderbar aus anderen Körnerleguminosen und sogar Getreide herstellen, denn der Pilz benötigt vor allem Fett & Stärke. In der tempehmanufaktur setzt man auf die Körnerleguminosen Sojabohne, Weiße Lupine, Linsen, schwarze Bohne, und Kidneybohne. Durch die Fermentation werden die Hülsenfrüchte schnittfest, bekömmlich und erhalten ein eigenes leicht nussiges Aroma. Antinährstoffe wie Tannine und Oligosaccharide werden durch den Pilz reduziert. Eine Packung Soja-

Gefördert durch



Projektträger



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

im Rahmen der BMLEH Eiweißpflanzenstrategie

leguNet.de



Tempeh (200 g) enthält 42 Gramm Proteine. Kurzum, ein proteinreiches Produkt mit Mehrwert. Es ist zudem sehr einfach konsumierbar. Es reicht, wenn Tempeh einfach geschnitten und von allen Seiten kurz in Öl angebraten, ggfs., gewürzt wird.

Die Herstellung von Tempeh



Bis eine Packung Tempeh fertig hergestellt ist, braucht es zwei bis drei Tage. Nach der Kontrolle im Wareneingang werden die Hülsenfrüchte gewaschen und gekocht. Das hört sich einfacher an als es ist, denn zu lange Kochzeiten lassen sie matschig werden. Da mit einem Naturprodukt gearbeitet wird, ist jede Charge etwas anders. Nach dem Kochen werden die Hülsenfrüchte in einem

Trommelmischer mit dem Rhizopus-Pilz beimpft und für die Reife in eine rechteckige Form gebracht. Im Reiferaum werden durch die Steuerung von Temperatur, Umluft & CO₂-Gehalt die besten Wachstumsbedingungen für den Pilz geschaffen. Sobald die Bohnen vom Pilz überzogen sind, werden sie geschnitten, teilweise mariniert, verpackt und pasteurisiert. Die Marinade wird von der tempehmanufaktur aus zugekauften Einzelkomponenten selbst angemischt. Nachdem der Tempeh einer Fremdkörperkontrolle unterzogen wurde, wird er verpackt, gekühlt eingelagert und versendet.

Rohwarenqualität und Herkunft

Tempeh hat andere Anforderungen an die Rohware als beispielsweise Tofu. Damit der Rhizopus-Pilz die Hülsenfrüchte fermentieren kann, muss die Schale dünn genug sein oder vorher entfernt werden. Die Weiße Lupine und Sojabohnen können nur geschält verwendet werden. Trockenbohnen wie die schwarze Bohne oder Kidneybohnen und auch die Linsen bleiben ungeschält. Die Ware muss zudem sauber und ohne Fremdkörperbesatz sein und möglichst wenig feinen Bruch enthalten. Die schwarzen Bohnen sollten so getrocknet werden, dass die Schalen beim Transport nicht abplatzen.

Verwendet werden ausschließlich bio-zertifizierte Körnerleguminosen. Ungefähr 70 % der eingesetzten Ware stammt aus Deutschland und Österreich. Um eine konstante Qualität der Rohware für die Produktion zu garantieren, wird auch Ware aus den EU-Nachbarländern wie Italien, Frankreich, Polen und ein kleinerer Teil aus China bezogen. Die tempehmanufaktur ist daran interessiert mehr Landwirt*innen zum Anbau der Körnerleguminosen zu motivieren.

Nachhaltigkeit

Nachhaltiges Wirtschaften liegt der tempehmanufaktur sehr am Herzen. Um Transportwege möglichst kurz zu halten, wird versucht, die Rohwaren von der Verpackung bis zur Bohne regional zu beziehen. Wärmerückgewinnung und Photovoltaik-Anlagen sorgen für eine energiesparende Produktion.

Ausblick & Kontakt

Die tempehmanufaktur kalkuliert mit einem Produktionsvolumen von ca. 3 Millionen Packungen Tempeh im Jahr 2026. Die Produktionsstätte wurde durch einen Anbau erweitert, damit künftig mehr produziert werden kann. Zu kaufen gibt es den Tempeh im Onlineshop, deutschlandweit im Biohandel und teilweise im Lebensmitteleinzelhandel (Edeka etc.). Interessierte Landwirt*innen können sich unter der E-Mail: info@tempehmanufaktur.net melden. Des Weiteren informiert die Website der tempehmanufaktur über das Unternehmen, die Produkte und bietet zahlreiche Rezepte zum Ausprobieren an. Informationen zum Anbau der Kulturen und Ansprechpartner sind auf den Internetseiten des LeguNets und der LfL zu finden.

Website zur tempehmanufaktur: www.tempehmanufaktur.net/de/

Website zur LfL: www.lfl.bayern.de/index.php

Website zum LeguNet: www.legunet.de

Text & Bilder: Julian Meinecke, Regionalmanager für Bayern im LeguNet

Datum: 25.02.2026