



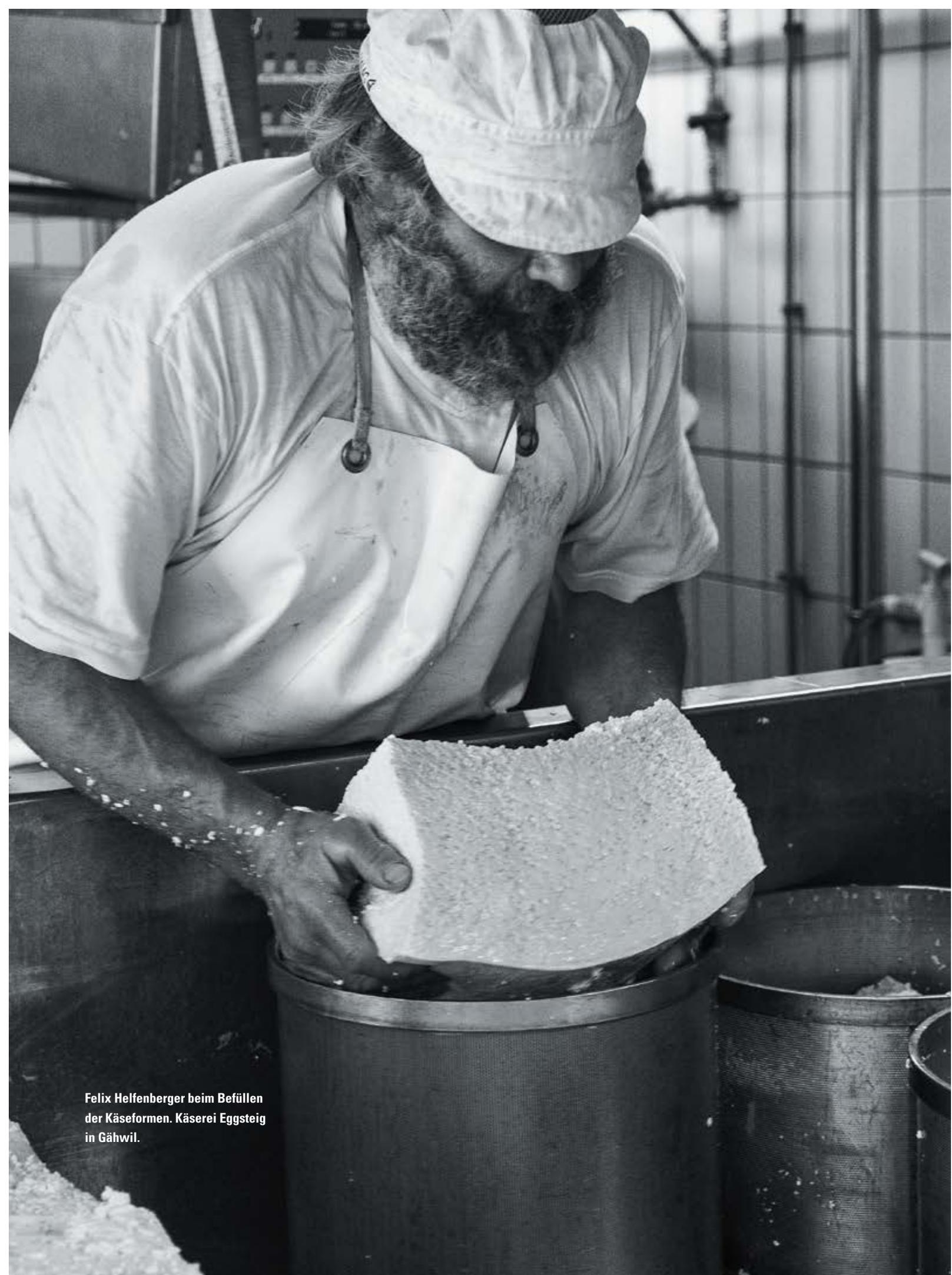
Tina Balmer Giorgio Hösl

# Chäswandern



Auf attraktiven Wanderungen  
unterwegs zu Käseereien in der Schweiz

AT VERLAG



Felix Helfenberger beim Befüllen  
der Käseformen. Käseerei Eggsteig  
in Gähwil.

Tina Balmer  
Giorgio Hösli

# Chäs wandern

Auf attraktiven Wanderungen  
unterwegs zu Käseereien in der Schweiz

AT Verlag



**Die Sennerin Carolin Mazzolini  
drückt den frisch ausgezogenen  
Käsebruch in den Vorpresseahmen.  
Unteralp bei Andermatt**

# INHALT

- 9 Zum Anfang
- 11 Ein paar Tipps für unterwegs
- 15 JURA, MITTELLAND, NAPF UND ENTLEBUCH**
- 17 **Streifzug durch das unberührte Bachsertal**  
Demeter-Produktion aus vergessenem Grenzgebiet (Heumilch-Mutschli Chili)
- 23 **Lauschiger Spaziergang in der Aargauer Hügellandschaft rund um Suhr**  
Der feine Frische aus der Agglo (Galegge-Geisschäs)
- 29 **Mit Alpensicht vom Berner in den Solothurner Jura**  
Hinterwälder-Käse vom Jurasüdfuss (Teuffelen-Käse)
- 35 **Kulturlandschaft und altes Handwerk am Bucheggberg**  
Der farbige Rahmige vom Buechibärg (Blaues Wunder)
- 41 **Über hochgelegene Juraweiden und durch das Tal des Doubs**  
Der jahrhundertealte Mönchskopf aus der Ferme (Tête de Moine AOP)
- 47 **Durch schönste Juralandschaft zwischen Franches-Montagnes und Vallon de Saint-Imier**  
Zweisprachiger Einzelkämpfer (Chaux-d'Abel)
- 53 **Romantische Seeufer und lichte Wälder im entlegenen Vallée de Joux**  
Der ausgeflippte Winterstinker (Vacherin Mont-d'Or AOP)
- 59 **Eggen, Gräben und Nagelfluh im Napfgebiet**  
Käsehandwerk à la française (Chrutose-Geisschäs)
- 65 **Von Krete zu Krete: Grenzschlängeln über Moränen und Rundhöcker**  
Entlebucher Hornmilch trifft italienische Amarone-Traube (Schmuglerkäse)
- 71 FREIBURG, BERNER OBERLAND, WAADT, WALLIS**
- 73 **Durch enge Schluchten und über weite Felder von Fribourg durch den Sensebezirk**  
Vom Reifekeller in den Pilgerbeutel (Jakobskäse)
- 79 **Höhenwanderung im Banne von Eiger, Mönch und Jungfrau**  
Gesunder Runder mit schöner Aussicht (Berner Alp- und Hobelkäse AOP)

- 85 **Um und auf das Bäderhorn: Gipfelwanderung am Jaunpass**  
Hart oder gehobelt? (Berner Alp- und Hobelkäse AOP)
- 91 **Hoch hinaus im Pays-d'Enhaut: zweimal Käse auf einen Streich**  
Blumenmädchen aus dem Pays-d'Enhaut (Tomme Fleurette)
- 95 **Die knackige Tochter des weisen Gruyère (L'Etivaz Alpage AOP)**
- 101 **Rebbau und Suonen im mediterranen Unterwallis**  
Die kleine Geiss inmitten von Wein (Tomme Fleurie)

**107 ZENTRALSCHWEIZ**

- 109 **Prickelnde Gratwanderung zwischen den Urschweizer Halbkantonen**  
Der schwitzende (S)Prinz unter den harten Brocken (Alp-Sbrinz AOP)
- 115 **Bannalper Schonegg: alpine Wanderung mit grandiosen Bergblicken**  
Herrliche Käseschnitte in der kleinen Alpbeiz (z'Holzschuenis Alpkäse)
- 121 **Viel Abwechslung für Schwindelfreie: vom Muotatal zur Ibergereg**  
Erhabenes Mutschli vom Sonnenhang (Muotataler Bio-Schafkäse)
- 127 **Rauschende Bäche und wehendes Moorgras im Quellgebiet des Rheins**  
Grauschimmel mit Pelz und Gefieder (Alpkäse Unteralp)

**133 NORDOSTSCHWEIZ**

- 135 **Schluchten, Nagelfluh und Alpweiden: verwunschene Natur hoch über der Autobahn**  
Zarte Kugeln aus der Linthebene (Gourmetkugel Amselspitz)
- 141 **Sanfte Höhen und geschichtsträchtiges Tobel im Zürcher Oberland**  
Schweizweit gesammelt, lokal produziert (Schafchäsli)
- 147 **Aussichtsreiche Rundwanderung über den Berg der heiligen Idda**  
Der Mediterrane aus Iddas Kräutergarten (Glückskäse)
- 153 **Weite Wiesen und steile Tobel im mittleren Toggenburg**  
Der reife Teenager auf grosser Reise (Chällerhocker)
- 159 **Barfussweg und Höhlengang im Thurgau: eine Wanderung für die ganze Familie**  
Ostfriesen inmitten von Schweizer Kühen (Namenloser Schafskäse)

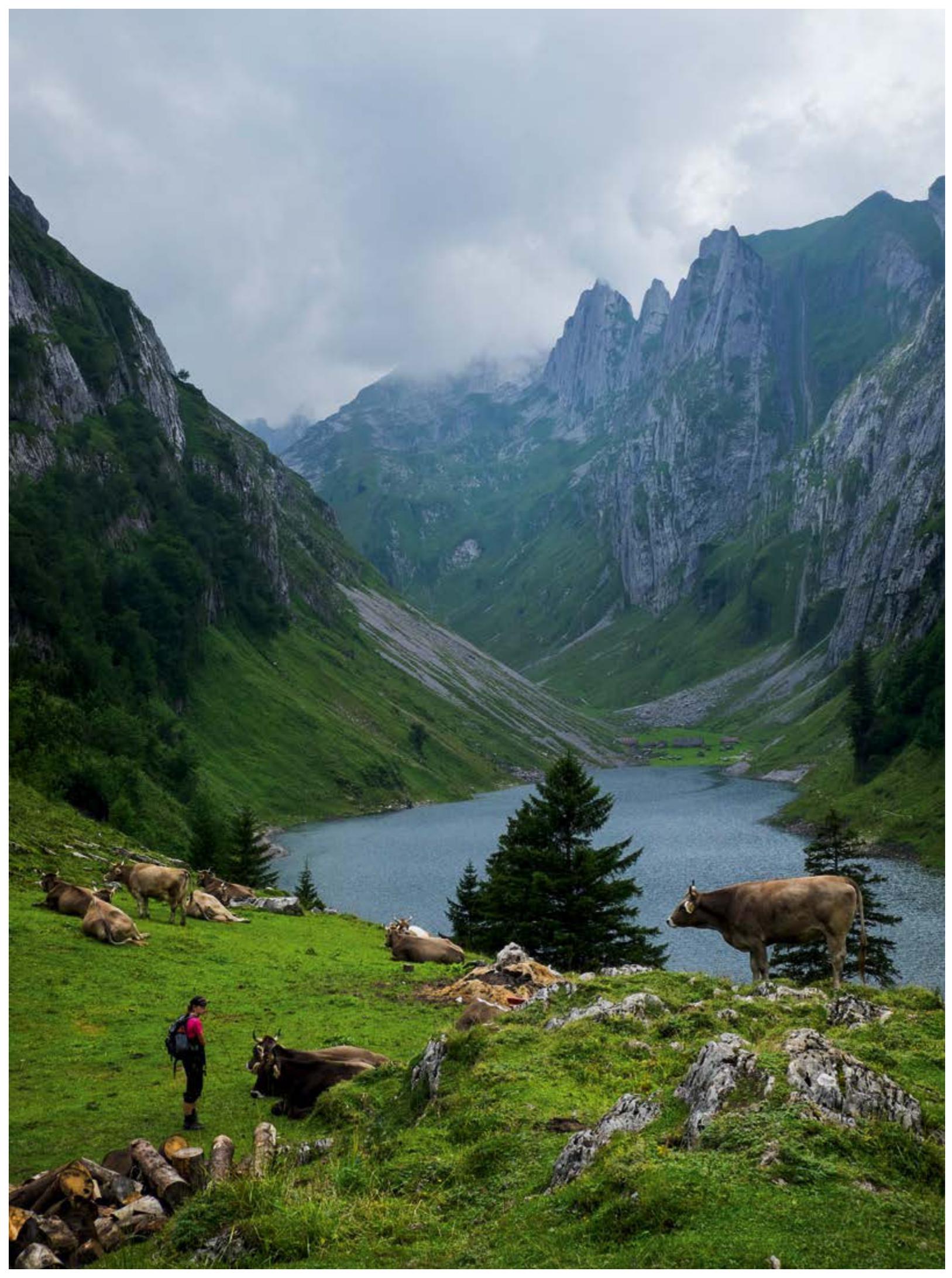
- 165 **Vom Hohen Kasten in wenig bekannte Ecken des Alpsteins**  
Alpenzeller aus der Reehütte (Alpkäse Alp Rainhütten)
- 171 **Über den Gamserrugg zu überraschenden Karstlandschaften**  
Sauerkäse in seiner urchigsten Form (Gamsalper Bloderkäse AOP)
- 177 **Glarner Talwanderung mit viel Bergsicht und geologischen Besonderheiten**  
Pure Natur von Schwandener Hausgeissen (Fryberg-Chäs)

## **183 GRAUBÜNDEN**

- 185 **Auf der historischen Via Spluga zum Käse-Trio am Hinterrhein**  
Weinseliger Segen für die Grenzgänger (Passo dello Spluga)
- 189 Gereifte Geiss mit Südeinfluss (Mascarpin)
- 193 Visionäre Innovation im Val Schons (Anderer Traum)
- 199 **Durch Moorlandschaften und lichte Lärchenwälder über die Alp Flix**  
Ein Käse, zwei Hände und viel Holz (Flixer Schafkäse)
- 205 **Über Blumenwiesen und Maiensässe bis zum östlichsten Zipfel der Schweiz**  
Aus dem Körbchen auf den Tisch (Schafskäse Terna)

## **211 TESSIN**

- 213 **Raue Alpen und verlassene Weiler im hintersten Val Verzasca**  
Gebürstet, eigenwillig, aus karger Natur (Alpkäse Mugaia)
- 219 **Naturwunder und alte Kulturlandschaften im südlichsten Tessiner Tal**  
Vom Nebenprodukt zum Gourmetkäse (Zincarlin)
- 224 **Glossar**
- 227 Themenwege, Schau- und Erlebniskäsereien
- 228 Unser Dank
- 231 Die Autoren



## Ein paar Tipps für unterwegs

Dies ist kein gewöhnliches Wanderbuch. Es führt wohl auf spannenden Wegen zu ausgesuchten Käseereien in der Schweiz. Aber es erzählt auch Geschichten. Geschichten von Handwerkern, Freidenkern, Bauern, Romantikern, stolzen Berufsleuten, Pragmatikern und ebensolchen Frauen.

### **Sich Zeit nehmen**

Käse wird in der Regel am Morgen hergestellt. Dann sind die Produzenten meistens bei der Arbeit anzutreffen. Die Käseherstellung ist bisweilen hektisch und folgt zeitgenauen Abläufen. Es kann also sein, dass sich die Wandernden einen Moment gedulden müssen, bis der Käser, die Käserin Zeit für sie findet.

Das Käsehandwerk unterliegt heute mehr denn je strengen Hygienestandards. So wird es wohl nur wenige Käser geben, welche die Vorbeiziehenden in die Produktionsstätte oder gar den Käsekeller einlassen. Um den faszinierenden Ablauf von der Milch bis zum Käse live zu verfolgen, gibt es in der Schweiz jedoch eine stattliche Anzahl Schau- und Erlebniskäseereien. Eine Liste dazu findet sich am Schluss des Buches.

### **Planen**

Einige der Klein- und Hofkäseereien haben einen eigenen Hofladen, manchmal sogar mit offiziellen Öffnungszeiten. Andere verkaufen den Käse direkt aus dem Keller, dann ist man als Besucher darauf angewiesen, dass die Bauersleute zu Hause sind. Viele der Käser bieten ihre Produkte ein- bis zweimal in der Woche auf einem Markt an. Beachten Sie daher die An- und Abwesenheitstage der Käser am Schluss der jeweiligen Porträts, damit Sie nicht etwa mit leerem Znünibeutel weiterziehen müssen.

Auf manchen Höfen wird saisonal gekäst, insbesondere bei Schaf- und Ziegenbauern. Deren Tiere geben im Winter keine Milch, weil sie dann die Gitzi «ausbrüten». Wer also eine Käsewanderung im Winter plant, sollte je nach Wahl der Wanderung auch die Käsesaison beachten.

### **Alpsaison**

Die Alpsaison beginnt zwischen Ende Mai und Mitte Juni, je nach Höhenlage und den im Frühling herrschenden Wetterbedingungen. Die Älpler nehmen die Käseproduktion sofort in Angriff, die ersten milden Käselaibe kommen aber erst im Verlauf des Frühsommers aus dem Keller. Nicht alle Älpler haben noch Käse vom Vorjahr, den sie zum Verkauf anbieten können. Daher ist es sinnvoll, Besuche von Alpkäseereien auf den späteren Sommer zu legen. Die Saisonzeiten sind bei den jeweiligen Porträts angegeben.

### **Wanderungen**

Die Wanderungen sind im unteren Schwierigkeitsbereich angesiedelt. Bezogen auf die SAC-Wanderskala bewegen sie sich zwischen T1 und T3+.

Die kürzeste Tour liegt im aargauischen Suhr und ist ein Spaziergang von eineinhalb Stunden. Die längste Wanderung dauert sechs Stunden und verbindet die Fromagerie Fleurette in Rougemont und die Alp Rubloz im Pays-d'Enhaut.

**Erholung für Kühe und Wanderer: Der Fählensee im Alpstein.**



Einige Touren weisen Passagen auf, die etwas Trittsicherheit und Schwindelfreiheit voraussetzen. Dies ist in den jeweiligen Wanderbeschreibungen angegeben.

Mit einem Kartenausschnitt und den angegebenen Zeiten kann der Ausflug sorgfältig nach individuellen Vorlieben und Wandergelüsten gewählt werden.

Wer keine entsprechende Wanderkarte zur Hand hat, findet Hilfe unter den folgenden Links:

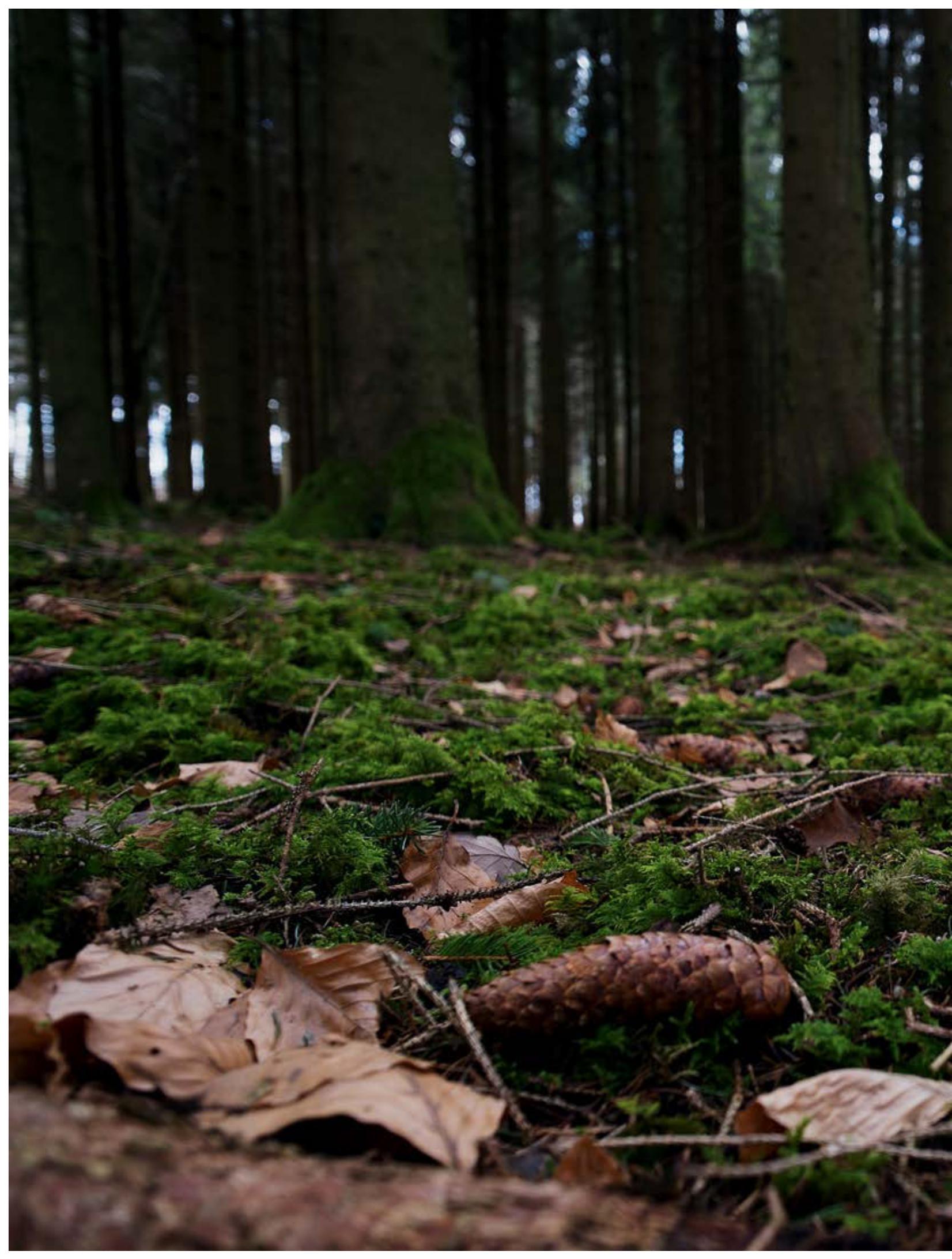
<http://map.geo.admin.ch>

<http://map.wanderland.ch>

#### **Grundsätzlich gilt:**

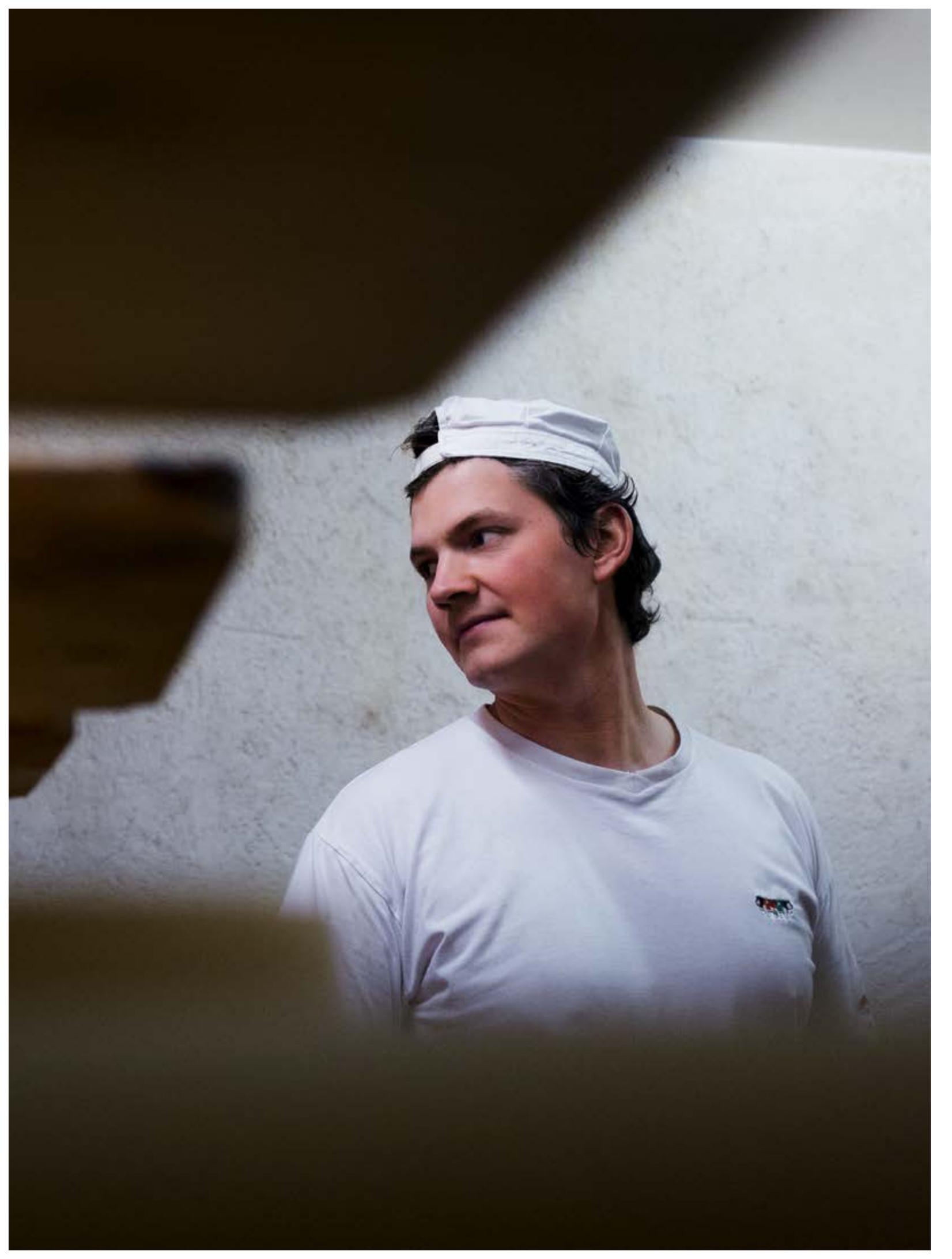
- › Wanderschuhe sind auf allen Touren empfehlenswert. Ebenso eine Karte im Massstab 1:25 000.
- › Auch wenn die meisten Touren nicht in schwindelnde Höhen und auf zerklüftete Gipfel führen, kann einem das Wetter in den Alpen und Voralpen jederzeit einen empfindlichen Streich spielen. Regenschutz und warme Kleidung sollten daher in keinem Rucksack fehlen.
- › Lokal einkaufen: Käse bekommen Sie in der Regel auf sicher. Ausserdem führen die allermeisten unserer Wanderungen an Bauernhöfen, kleinen Dorfläden, Besenbeizen oder Alpbeizli vorbei.
- › Rückfahrzeiten nachschlagen, bevor man sich auf die Socken macht. Oft endet die Wanderung in einem kleinen, entlegenen Dorf. Die Anbindung an den öffentlichen Verkehr kann zum Teil spärlich und manchmal sogar nur saisonal verfügbar sein.

**Kurz vor dem Ziel Andeer müssen die müden Beine noch Wurzeln und Steinbrocken überwinden. Auf dem Wanderweg Via Spluga.**



A photograph of a forest floor covered in moss, fallen leaves, and a pine cone, with a dense forest of tall trees in the background. The text "JURA, MITTELLAND, NAPF UND ENTLEBUCH" is overlaid in white, bold, sans-serif font in the center of the image.

JURA, MITTELLAND, NAPF UND ENTLEBUCH



# Streifzug durch das unberührte Bachsertal

## Demeter-Produktion aus vergessenem Grenzgebiet

Bio-Demeter-Mutschli aus hofeigener Milch von der Kuh mit Horn. Heller Teig, der leise knirscht zwischen den Zähnen. Kleine Luftlöcher und eine pikante Demeter-Chili-Würze aus Pfarrer Siebers Garten. Starker Abgang im Gaumen mit nachhaltig feinem Brand im Hals. Ein schönes Mitbringsel, ohne Wenn und Aber.

Das Bachsertal erstreckt sich über knapp acht Kilometer zwischen dem Hauptort Bachs und dem schmucken Städtchen Kaiserstuhl. Vergeblich sucht man nach einem öffentlichen Verkehrsmittel, das die beiden Orte verbindet. Das ist ja auch nicht ganz einfach, wenn die Kantonsgrenze dazwischenliegt. Also nimmt man das Auto. Die Fahrt durchs Tal ist schnell vorbei, und die einzige Zapfsäule in der Umgebung ist leicht zu übersehen – hier hört man noch die Literanzeige klicken. Und sollte man trotzdem mal festsitzen im Bachsertal, zeigt das Handy kaum Empfang. Wo sind wir hier bloss gelandet?

Das Zürcher Unterland zeichnet sich durch ein eher trockenes Klima aus. Hier gibt es die Hälfte an Niederschlag im Vergleich zum Zürcher Oberland. Was zum Wandern toll ist, freut die Landwirte meist weniger. Ob sich die heutige Familie Weidmann diesen Ort für ihren Hof ausgesucht hätte? Diese Frage stellt sich nicht. Bereits im Jahr 1680 sind erste Spuren des Geschlechts der Weidmanns auf dem Rüebisberg zu finden. Drei Brüder, so die Überlieferung, hatten sich hier angesiedelt. Noch heute findet man hier ihre drei Höfe. Aber nur noch ein Zweig des Geschlechts betreibt Landwirtschaft. «Bis Mitte des 19. Jahrhunderts kann die Linie direkt zurückverfolgt werden», sagt Sabine Weidmann. Sohn Florian bewirtschaftet zusammen mit seinen Eltern Walter und Sabine Weidmann den Biohof Rüebisberg im Bachsertal. Der Hof liegt auf 514 Meter über Meer, wenig höher als die Stadt Zürich, aber gefühlte Lichtjahre davon entfernt.

Das Zürcher Unterland ist nicht gerade bekannt für seine Käseproduktion, und so ist Rüebisberg denn auch eine Oase in einer Region, die von Obst- und Ackerwirtschaft geprägt ist. Hier steht der einzige Bio-Demeter-Hof weit und breit mit dem einzigen Bio-Demeter-Käse sehr weit und sehr breit.

Die original Schweizer Braunviehkühe sind mit stolzen Hörnern ausgestattet und erfreuen sich in ihrer Mitte der Anwesenheit eines Stiers. Beides ist für das Demeter-Label selbstverständlich. Jahrelang haben die Weidmanns ihre Milch verkauft. Aber weil sie als einzige in der Umgebung Biomilch produzieren, floss diese in der Regel mit konventioneller Milch zur Weiterverarbeitung zusammen. Dies hat der Familie nie so richtig gefallen, und deshalb brachte Florian vor einigen Jahren die Idee mit der eigenen Milchverarbeitung auf den Tisch. Die Eltern waren sofort einverstanden, und bald wick die Hofwerkstatt einer schönen kleinen Käserei. Anfang 2012 startete Florian Weidmann mit der ersten Produktion seines eigenen Demeter-Mutschlis. «Ich mag Mutschli, sie gefallen mir, die wollte ich schon immer machen – obwohl sie in der Produktion und Lagerung viel aufwendiger sind als die grossen Laibe.» Die ersten Natur-Mutschli wanderten also in den ehemaligen Obstkeller, der heute als Käselager dient. Eines Tages kam ein Freund der Familie mit einem Glas getrockneter Chili vorbei und stellte dieses in Florians Käserei. Der Chili wird in Stallikon in Pfarrer



### Heumilch-Mutschli Chili

Rohmilchkäse  
Halbhartkäse  
vollfett



Der junge Demeter-Käser  
Florian Weidmann.



**Oben: Käser und Landwirt Florian Weidmann bei seinen Schützlingen im Käsekeller.**

Siebers Stiftung «Puurehmet Brotchorb» nach Demeter-Grundsätzen angebaut und anschliessend von Hand geerntet und verarbeitet. Der Betriebsleiter der Landwirtschaft des «Brotchorb» bringt seitdem regelmässig ein Glas frisch getrocknete Chili nach Rüebisberg, bleibt für den Rest des Tages und hilft bei der Arbeit.

Das Käsesortiment ist inzwischen um den «Bachser Flo» angewachsen. Ein halbharter Käse, der zu Sechs- bis Acht-Kilogramm-Laiben produziert und bis zu vier Monate im eigenen Keller gereift wird. Im Winter 2013/14 hat Florian den ersten Raclettekäse gemacht. Das Sortiment soll sorgfältig überprüft und ausgebaut werden, schliesslich möchten die Weidmanns künftig ihre ganze Milch selbst verarbeiten. Bis es so weit ist, liefern sie noch etwa drei Viertel der Milch ins Zürcher Oberland, in die Demeter-Sennerei Bachtel.

Ein- bis zweimal pro Woche käst Florian Weidmann. Daneben bewirtschaftet die Familie den Hof mit dreihundert Hochstammäbäumen, Wiesen- und Weideland, einigen Hektaren Wald, einer Schnapsbrennerei und einigen Bienenvölkern. «In Notzeiten würden wir wohl überleben», meint Sabine schmunzelnd. «Der Wald gibt uns das nötige Brennholz, um den Käse zu produzieren und um den Kachelofen zu heizen. Die eigene Quelle, die auf dem Nachbargrundstück gefasst wird, versorgt alle drei Höfe auf Rüebisberg und die Gemeinde Fisibach mit Wasser. Käse und Most stellen wir selber her, ebenso einen klaren Schnaps.»

Es gibt kaum ein natürlicheres, authentischeres, lokaleres Produkt als dieses Chili-Mutschli. Um sicherzugehen, dass jemand auf dem Hof ist, lohnt es sich, vorher anzurufen.

**Rechte Seite oben: Das Erdmannlloch ist ein Kraftort im Bachsertal und lädt mit seiner Feuerstelle zum Rasten ein. Unten: Die Original-Braunvieh-Herde der Weidmanns auf dem Rüebisberg.**

Familie Weidmann  
Bio-Hof, Rüebisberg  
8164 Bachs  
Telefon 044 858 22 91  
info@ruebisberg.ch  
www.ruebisberg.ch  
www.puurehmet.ch

### Route

Kaiserstuhl–Sanzeberg–Hohflue–  
Erdmanniloch–Thal–Rüebisberg–Bachs

### Charakter

Grenzschlängeln entlang der Kantone Aargau und Zürich durch ein wenig erschlossenes, überraschend vielfältiges Tal. Ausgehend vom historischen Städtchen Kaiserstuhl, das allein schon einen Ausflug wert ist, führt der Weg durch eine lebendige Kulturlandschaft. Lichter Wald, schmucke Weiler und das imposante Erdmanniloch, das in vielen Sagen verewigt ist, haben in ferner und jüngerer Zeit ihre Spuren hinterlassen. Ein Naturerlebnis auf angenehm wegsamen Pfaden.

### Ausgangs- und Endpunkt

Kaiserstuhl AG (Bahnhof), Bachs ZH  
(Postauto)

### Wanderzeit

2 ¾ Stunden

### Strecke und Höhendifferenz

9 km, 350 m aufwärts, 255 m abwärts

### Schwierigkeit

T1. Durchgehend bequeme Wald-, Forst- und Wanderwege. Der direkte Abstieg via Erdmanniloch ist auf einem kurzen Stück steil, weglos und rutschig.

### Wegbeschreibung

Der grosse Wegweiser beim Bahnhof Kaiserstuhl zeigt in alle Richtungen. Ausser in eine – genau in diese Richtung führt unser Weg. Entlang der Friedhofsmauer, circa 150 m bis zur Hauptstrasse. Diese überqueren, vorbei am schönen Grenzstein und auf gutem Pfad weiter Richtung Wald. Links, entlang des Waldrands, wandern wir weiter. Dem nächsten Weg, der rechts weggeht, folgen wir durch den Saxengraben, erneut entlang des Waldrands, bis zur nächsten Wegkreuzung. Auf breiterem Weg geht es links weg, vorbei am Wasserreservoir, bis zur Anhöhe. Hier lohnt sich ein kurzer Abstecher an die Kante der Spitzflue. Danach weiter Richtung Neerach. An der nächsten Kreuzung (mit Waldhütte) biegen wir rechts ab und wandern bis zur



Hohflue. Hier genießt man eine einmalige Aussicht ins Bachsertal, hinüber auf den Rübisberg und bis hin zu den Alpen.

Die Vegetation ist mediterran, und Wildschweine haben hier ihre Spuren hinterlassen. Ab da führen verschiedene Wegspuren den Berg hinunter. Wer direkt am Erdmannlloch vorbeikommen möchte, muss die abenteuerliche Variante wählen: direkt in der Falllinie hinunter. Das nächste Ziel ist der Weiler Thal im Talboden. Danach wird die Hauptstrasse überquert, und weiter geht's vorbei an der Pferdepension Talmüli, um dann beim Wegweiser nach links oder rechts auszuholen und auf den Rübisberg hinaufzuwandern. Falls der Weg über den Hof Waldhusen gewählt wird: Der Abstecher zur Burgruine lohnt sich nicht. Ab Rübisberg wandert man sanft durch den

Wald oder im Tal am Fisibach entlang nach Bachs.

#### Karten

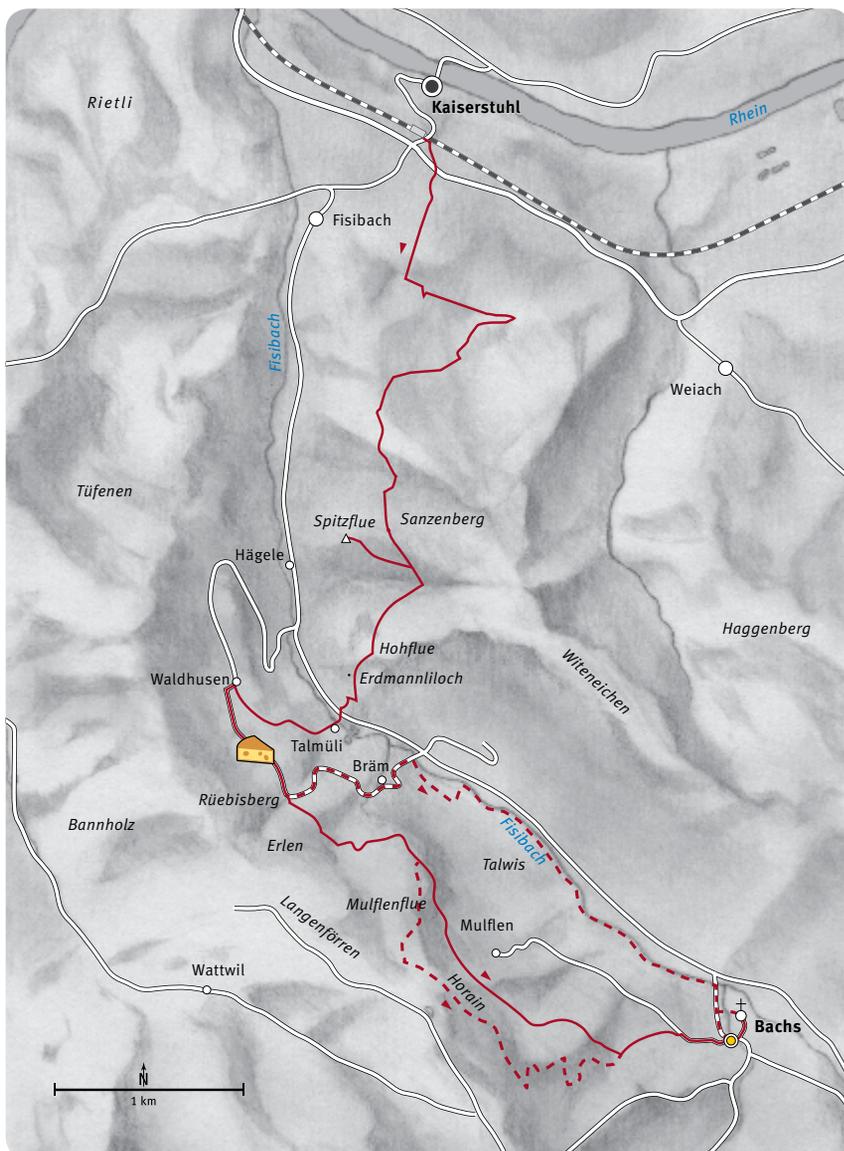
Swisstopo 1:25 000, 1051 Eglisau, 1071 Bülach

#### Einkehren unterwegs

Restaurant Neuhof, Bachs, [www.neuhof-bachs.ch](http://www.neuhof-bachs.ch)

#### Informationen

[www.birdlife.ch/bachsertal](http://www.birdlife.ch/bachsertal)



Blick vom Rübisberg Richtung Norden weit über die Grenze hinaus nach Deutschland.

Beim kleinen Bahnhof in Kaiserstuhl (links) beginnt unsere Wanderung. Rechts das Gehöft der Weidmanns auf dem Rübisberg. In der Mitte zwischen den Gebäuden liegt die Käserei.



# Glossar

**Affineur/affinieren** Der Affineur (franz. für Käseverfeinerer) übernimmt jungen Käse in seinen eigenen Keller und veredelt ihn durch Pflege und Reifung.

**Alpkäse** Alpkäse muss aus der Milch von Kühen, Ziegen oder Schafen, die auf Alpwiesen weiden, auf der Alp produziert werden. Dies im Gegensatz zu Bergkäse, der in der Dorfkäserei hergestellt wird. Der Begriff «Alp» ist durch die «Berg- und Alpverordnung BAIV» in der Schweiz geschützt.

**Aminosäuren** Eiweissbausteine, die der Körper nicht selbst produzieren kann. Sie kommen in verschiedenen Formen im Käse vor, beeinflussen den Geschmack des reifen Käses und sind zum Beispiel wichtig für Muskelaufbau und Blutzuckerregulierung.

**Ammoniak** Entsteht bei der Käsureifung aus dem Proteinabbau, vornehmlich in Kellern mit geschmiertem Käse deutlich riechbar.

**AOP** Gütesiegel für Produkte, die vom Rohstoff über die Verarbeitung bis zum Endprodukt aus einer klar definierten Ursprungsregion stammen und deren Herstellung einem strengen Pflichtenheft folgt.

**Aufstellen, Milch** Lagerung der Milch vor dem Käsen.

**Ausfällen** Das Milcheiweiss verbindet sich mittels Lab oder Säure bzw. Hitze. Dadurch trennt sich die Milch in Käsebruch und Sirte/Schotte.

**Ausziehen des Käses** Mithilfe des Käsetuchs wird die Käsemasse (der Bruch) aus dem Kessi gehoben, die Sirte/Schotte bleibt zurück.

**Bio Suisse** Organisation der Schweizer Biobauern, deren zertifizierte Produkte mit dem Knospen-Logo gekennzeichnet sind.

**Bruch** Die mittels Lab eingedickte Milch wird mit der Käseharfe und dem Käsebrecher geschnitten und zu Käsekörnern zerkleinert, es entsteht der Bruch. Grösse und Wassergehalt der Körner beeinflussen die Teigbeschaffenheit des Käses.

**Bruch waschen** Aus dem Bruch wird Sirte abgeschöpft und durch warmes Wasser ersetzt. Dies beeinflusst die Elastizität und Geschmeidigkeit des Käseteigs.

**Bruchpumpe** Die Käsekörner werden nicht wie auf der Alp mit dem Käsetuch aus dem Kessi gehoben, sondern mit einer Pumpe in die Käseformen gepumpt.

**Chästeilet** siehe Käseteilet

**Demeter** Markenzeichen der biodynamischen Bauern, die nach anthroposophischen Grundsätzen arbeiten. Die Produkte sind zertifiziert und unterliegen strengeren Regeln als die Knospe-Produkte von Bio Suisse.

**Dickete** Die mittels Lab und Wärme geronnene, eingedickte Milch.

**Fett in der Trockenmasse (Fett i. Tr.)** Dieser Wert entspricht dem Fettanteil im Käse, wenn alles Wasser entzogen würde. An ihm kann man erkennen, ob es sich beispielsweise um einen Magerkäse, Vollfettkäse oder Rahmkäse handelt.

**Fettsäuren** Beim Käse meist im Zusammenhang mit Omega-3-, Omega-6-Fettsäuren und konjugierten Linolsäuren verwendet. Diese Fettsäuren sind gesund für Herz und Blutkreislauf und im Alpkäse im weitest gesündesten Verhältnis vorhanden.

**Freie Sorten** Zusammensetzung und Herstellung dieser Käse entsprechen nicht den Vorgaben der Standardsorten wie Tilsiter, Bündner Bergkäse usw. Es sind vielfach Neukreationen der Käser.

**Gallerte** siehe Dickete

**Girolle** Kreisförmiger Hobel zum Schaben von Tête-de-Moine-Käse, wobei Käse-Rosetten entstehen, ebenfalls Girolle genannt.

**Grassilage** Leicht angetrocknetes Gras wird luftdicht abgeschlossen und unter Druck für die Winterfütterung konserviert und nicht wie beim Heuen getrocknet. Kann Buttersäure enthalten und ist daher fürs Käsen nicht geeignet.

**Grauschimmel** Natürlich vorhandener Schimmel, der sich auf der Käserinde bildet, wenn der Käse beim Reifen nicht geschmiert wird. Grauschimmelkäse werden vor allem im Tessin produziert.

**Harfe, Käseharfe** Käsereiwerkzeug mit Drähten (Saiten) zum Schneiden der durch das Lab geronnenen Milch zum Käsebruch.

**Hofkäse** Käse, der auf einem Bauernhof hergestellt wird, meist aus der hofeigenen Milch.

**Järb** Spannbarer Holz- oder Kunststoffreif, mit dem die Käsemasse gepresst wird und der dem Käse die runde Form gibt.

**Joghurtkultur** Kultur, die oft zusätzlich zur jeweiligen Käsekultur der Milch beigegeben wird und Joghurtbakterien enthält.

**Kälbermagenlab** Ursprünglich verwendetes Lab aus getrocknetem Kälbermagen. Die meisten Käser verwenden heute synthetisch hergestelltes Lab. Kälbermagenlab wird bei speziellen Käsesorten der Fettsirtenkultur beigegeben, um unter anderem die Lochbildung zu verbessern.

**Käsebrecher** Käserührer, quasi ein grosser Schwingsesen zum Rühren des Bruchs (der Käsekörner) im Kessi.

**Käseteilet (Chästeilet)** Traditionelle Aufteilung des Alpkäses an die Viehbesitzer, die ihre Milchtiere auf der Alp sömmeren. Die bekannteste Käseteilet findet im Herbst im Justistal (Berner Oberland) statt und ist gleichzeitig ein Folklorefest.

**Kessi** Kessel, worin der Käse produziert wird. Meist aus Kupfer, vermehrt auch aus Chromstahl. Kupfer hat einen positiven Einfluss auf die Reifung des Käses.

**Korn** Käsekorn im Bruch; Grösse und Wassergehalt bestimmen die Beschaffenheit des Teigs im reifen Käse.

**Kultur** Definierte Bakterienstämme, die der Milch zu Beginn des KäSENS beigegeben werden, um ungewollte Bakterien zurückzudrängen. Üblicherweise werden Flüssig- und Trockenkulturen aus dem Labor verwendet, in einzelnen Regionen auch eigens weitergezüchtete Fettsirtenkulturen.

**Kulturbrutkasten** Wärmeschrank, in dem die Bakterien der Käsekultur vermehrt werden.

**Lab** Eiweisspaltendes Enzym, das die Milch gerinnen lässt (Dickete). Wurde früher aus Kälbermägen gewonnen, wird heute meist synthetisch hergestellt.

**Läger** Liegeplatz für das Vieh auf der Alpweide oder auch im Stall, umgangssprachlich manchmal auch für Stafel (Höhenabschnitt einer Alp) verwendet.

**Laktation** Dauer, während der Kuh, Ziege oder Schaf Milch produziert, bevor das Tier vor der erneuten Geburt eine rund zweimonatige Milchpause einlegt.

**Milchsäurebakterien** Bakterien, die den Milchzucker abbauen. Sie werden mit der Käsekultur der Milch beigegeben, um Reifung und Geschmack des Käses zu beeinflussen.

**Molke** Hochdeutsche Bezeichnung für Sirte. Wird als Begriff vor allem bei Molkekuren oder Molkedinks verwendet.

**Nachbrennen, Brennen** Erwärmen des Bruchs zur weiteren Verfestigung der Käsekörner und um deren Wassergehalt zu reduzieren. Bei manchen Weichkäsen wird nicht nachgebrannt, bei Hartkäsen auf Temperaturen von bis zu 57 Grad Celsius. Dadurch werden diese Käse länger haltbar.

**Pasteurisation** Denaturierende Wärmebehandlung der Milch vor dem Käsen auf mindestens 72 Grad Celsius während mindestens 15 Sekunden; dies tötet rund 95 Prozent der Keime ab, die Labfähigkeit wird dadurch stark beeinträchtigt.

**Planggen** Deutschschweizerische Bezeichnung für steile Hänge zum Weiden oder Heuen.

**Presse** Tisch, auf dem der frisch ausgezogene Käse mittels Gewichten, Spindel- oder Pneumatikpresse knapp einen Tag gepresst wird, damit die Käsekörner gut zu einem Teig zusammenwachsen.

**Pro Specie Rara** Schweizerische Stiftung für genetische Vielfalt von Pflanzen und Tieren, die sich um alte Tierassen, Obst- und Gemüsesorten kümmert.

**Räf** Rückentraggestell für schwere oder sperrige Lasten, auf der Alp üblicherweise aus Holz hergestellt.

**Reifekristalle** siehe Tyrosinkristalle

**Rohmilch** Unbehandelte Milch. Kann abgerahmt oder zentrifugiert sein, aber nicht wärmebehandelt.

**Salzbad** Wanne mit Wasser, das eine sehr hohe Salzkonzentration enthält. Darin werden die Käse nach der Presse je nach Grösse einige Stunden bis wenige Tage gelagert, damit sie Salz aufnehmen können, was Geschmack und Lagerfähigkeit der Käse erhöht.

**Sauerkäse** Mittels Säure und Hitze (nicht mit Lab) hergestellter Käse. In Regionen, in denen Sauerkäse hergestellt wird, wird Labkäse auch als Süsskäse bezeichnet.

**Schmiere** Entsteht auf der Rinde beim Pflegen und Reiben der Käse mit Wasser, Salz oder definierten Schmierebakterien. Erzeugt einen würzigen Geschmack im Käse und reduziert die Schimmelbildung auf der Rinde.

**Schotte** Grünliche Flüssigkeit, die nach dem Zigern von Sirte im Käsekessi zurückbleibt; enthält fast kein Eiweiss mehr.

**Schwenkfeuer** Unter dem Boden eingebauter, drehbarer Feuerrost, der zwischen Käsekessi und Wasserkessi hin und her geschwenkt werden kann. Älteres Wärmesystem fürs Käsen, vor allem noch auf Alpen anzutreffen.

**Senntum** Einheit von Alphütte und Stall auf einer Alp mit mehreren bewirtschafteten Alpbetrieben. Jeder Senn melkt und käst selbst, die Weiden werden gemeinsam genutzt. Auch Bezeichnung für das traditionelle Senntumsgeschell mit drei gestimmten Schellen für die Alpfahrt in der Ostschweiz.

**Silomilch** Milch von Kühen, die neben Heu auch siliertes Futter fressen. Nicht geeignet zum Käsen.

**Sirte** Gelbliche Flüssigkeit, die nach dem Ausziehen des Käses im Kessi zurückbleibt und umgangssprachlich meist Schotte genannt wird. Enthält die Eiweisse Albumin und Globulin. Aus der Sirte kann Schottenziger gewonnen werden, sie dient aber meistens als Schweinefutter.

**Sirtenkultur** Käsekultur, die vom Käser durch Entnahme von Sirte aus dem Kessi selbst weitergezogen wird. Wird vor allem bei Hartkäsen eingesetzt. Behält gegenüber der Laborkultur lokal vorhandene und mehr Bakterienstämme, was die Geschmacksvielfalt im Käse erhöht.

**Sirtennester** Unregelmässig geformte Löcher im Käseteig, die durch nicht fachgemässes Ausziehen und Pressen des Käses entstehen können. Gilt als Mangel.

**Sirtenrahm** Rahm, der durch Zentrifugieren aus der Sirte gewonnen wird. Wird häufig zur Butterproduktion verwendet.

**Sortenorganisationen** Organisationen zur Förderung der einzelnen Käsesorten wie Appenzeller, Sbrinz, Gruyère, Alpkäse, Walliser Raclette usw.

**Stafel** Manche Alpen sind in verschiedene Höhenabschnitte jeweils mit Alphütten und Weiden unterteilt: zum Beispiel Unterstafel, Mittelstafel, Oberstafel.

**Thermisation** Wärmebehandlung der Milch vor dem Käsen auf 40 bis 72 Grad Celsius während mindestens 15 Sekunden. Thermisieren ist für die Milch schonender als pasteurisieren.

**Tyrosinkristalle** Bei der Reifung von Käse (vor allem Hartkäse) auskristallisiertes Eiweiss, das mit einer Kalziumschicht ummantelt und im Käseteig als kleine, weisse Partikel sichtbar ist. Werden oft fälschlicherweise als Salzkristalle angesehen.

**Vollfettkäse** Käse aus Milch, der nur wenig Rahm entnommen wurde (besteht somit nicht aus Vollmilch).

**Vollmilch** Milch, bei der kein Fett (Rahm) entnommen wurde.

**Weisseschimmel** Meist der Milch zugesetzte oder der Käsoberfläche aufgesprühte Pilzsporen, die auf dem Käse einen flaumigen Schimmel erzeugen. Mit den Jahren im Keller mit Weisseschimmelpilz natürlich vorhanden. Diese Käse werden nicht geschmiert.

**Zentrifugieren** Die Milch wird mittels Zentrifugalkraft in den leichteren Rahm und die schwerere Magermilch getrennt.

**Ziger** Beim Zigern wird das Milcheiweiss der Milch oder der Sirte mittels Säure und Hitze ausgeschieden (nicht mit Lab wie beim Käse).

## Die Autoren



**Tina Balmer** geboren 1971, arbeitet als Sozialarbeiterin in Zürich. Neben der Arbeit beschäftigt sie sich mit Schweizer Brauchtum, mit Alpen und Voralpen, mit Wildnis und Sprachen. Sie ist Schöpferin eines ersten Buches «Chäswandern», das 2011 in einer limitierten, handgebundenen Auflage erschienen ist, und Co-Autorin des «Glarner Alpbuchs».

[www.chaeswandern.ch](http://www.chaeswandern.ch)



**Giorgio Hösli** geboren 1964, arbeitet als Typografiker, Publizist und Fotograf, wann immer möglich in den Bergen. Er war vierzehn Sommer als Senn und Hirt auf Alpen in Graubünden und im St. Galler Oberland tätig.

Zu seinen fotografischen Arbeiten zählen u. a. der Bildband «Hirtenstock und Käsebrecher» (2011) und das «Glarner Alpbuch» (2014). Am Familientisch in Mollis (GL) isst er oft und gerne Käse.

[www.zalpverlag.ch](http://www.zalpverlag.ch)  
[www.giorgio-hoesli.ch](http://www.giorgio-hoesli.ch)