Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 66 (2009)
Heft: 10: Unterschätzte Gefahr : Schaufensterkrankheit

Artikel: Der Einzigartige
Autor: Joss, Sabine
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558299

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Der Einzigartige

Nicht irgendein Käse, sondern ursprünglich und einmalig: der kräuter-aromatische Schabziger.

*Mit Ziegenkäse hat er nichts zu tun: Rohziger ist ein sehr urtümlicher Käse. In ihm ist das gesamte Milcheiweiss enthalten, neben dem Kasein auch das besonders hochwertige Molkeneiweiss (Albumin), das in einem «normalen» Käse nicht verwertet wird. Ziger ist nahezu fettfrei und sehr gesund.

Ohne die Stiftsdamen von Säckingen mit ihrer Vorliebe für Würziges gäbe es heute vielleicht keinen Schabziger. Dank seines besonderen Geschmacks wurde der Glarner Magerkäse weltweit bekannt.

Überall im Alpenraum, auch in den Glarner Alpen, wurde schon vor mehr als tausend Jahren weisser Ziger* hergestellt. Damals war das Glarnerland dem Kloster Säckingen unterstellt. Ein Grossteil der Abgaben, die die Glarner dem Kloster entrichten mussten, bestand aus Zigerkäse. Aber offenbar war er den frommen Damen zu fade – sie vermischten ihn mit dem Blauen Steinklee aus ihrem Klostergarten, der ihn nicht nur würziger machte, sondern ihm auch die spezielle, grünliche Farbe verlieh.

Blaue Blüten, besonderer Duft

Diese stark riechende Kleeart hatten ihnen vermutlich Kreuzfahrer aus dem Orient mitgebracht. Blauer Steinklee, auch Blauer Bockshornklee oder Schabzigerklee (Trigonella melilotus-caerulea), kommt ursprünglich aus dem östlichen Mittelmeerraum und dem Kaukasus und ist eng verwandt mit dem Bockshornklee, der ebenfalls als Gewürz verwendet wird. Der hübsche Klee mit den blauen Blüten hat auch heilkräftige Wirkung bei Blutarmut, zu hohem Blutzuckerspiegel und bei Magen-Darm-Beschwerden. Für den Käse werden die getrockneten, fein gemahlenen Blätter verwendet.

Erster Markenartikel der Schweiz

Um 1400 wuchs Schabzigerklee nicht mehr nur im Klostergarten, sondern wurde von den Bauern im Glarnerland angebaut. Die Glarner assen selbst viel Schabziger und benutzten die Überschüsse als Handelsware. Seit 1463 musste

der eigenwillige Käse nach Vorschrift der Glarner Regierung einen Herkunftsstempel tragen – damit wurde Schabziger zum ersten Markenartikel der Schweiz. 1570 sicherten sich die Glarner das Monopol für die Zigerproduktion und kontrollierten die Ausfuhr von Rohziger und Klee.
Bis in die 1970er-Jahre zogen in der Schweiz die Ziger-Mannli oder -Fraueli von Haustür zu Haustür, um Zigerstöckli – dieser Ausdruck bezieht sich auf die typische Form – und andere Glarner Spezialitäten zu verkaufen. Rund die Hälfte der gesamten Produktion wurde auf diese Weise vertrieben.

Von der Kuhmilch zum Käse

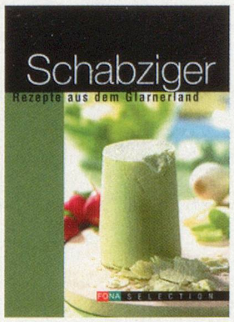
Noch heute wird der Schabziger genauso hergestellt wie vor 1000 Jahren. Auch die ursprüngliche Form, das traditionelle Stöckli, gibt es noch heute.
Frische, entrahmte Kuhmilch aus den Glarner Alpen wird auf über 90 °C erhitzt. Sorgfältig wird eine Milchsäurekultur eingerührt, sodass die Milch gerinnt und sich in Ziger und Schotte trennt. Der eiweissreiche Ziger scheidet in flachen Becken weiter Schotte aus und kühlt ab, bevor er in Gärbehältern eine erste Reifung von bis zu 12 Wochen durchmacht.
Darauf wird der Rohziger zerrieben, mit Salz vermischt und weitere drei bis acht Monate in Silos eingelagert. Erst nach dieser Reifezeit wird der kostbare Schabzigerklee beigemischt, der dem Glarner Käse seine grüne Farbe und den unverkennbaren Geschmack verleiht. Schabzigerklee wird einzig im schwyzerischen Lachen auf einer Fläche von ungefähr einem Hektar angebaut.

Mmmmm – lecker!

Schabziger wurde nie wie normaler Käse gegessen, sondern immer zum Würzen verwendet, zum Beispiel auf Butterbroten oder zu Pellkartoffeln (Gschwellti). Manche schwören auf eine duftende Prise Schabziger im Käsefondue, und inzwischen haben Köche in aller Welt originelle Schabziger-Gerichte kreiert. Spaghetti mit Schabziger-Pesto auf Peperonischaum, Zanderfilet im Kartoffelmantel auf Schabziger-Sabayon oder karamelisierte Birnenschnitze mit Schabzigerschaum – läuft Ihnen da nicht das Wasser im Munde zusammen?

Weltweit bekannt

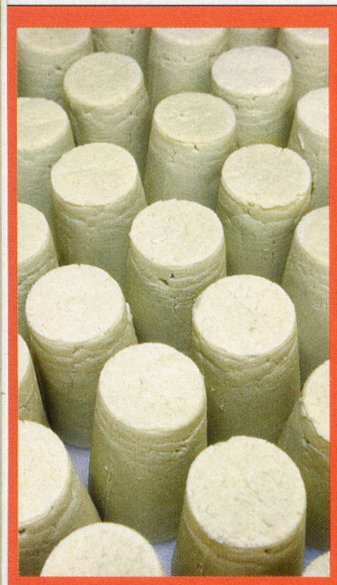
Bis ins 19. Jahrhundert gab es fast in jedem Dorf eine Zigerkäserei. Heute ist die GESKA AG (Gesellschaft Schweizer Kräuterkäsefabrikanten) in Glarus die weltweit einzige Schabziger-Fabrik. Für 55 Bauernbetriebe sichert sie die Existenzgrundlage. Zwölf Mitarbeiter verarbeiten die Milch von 900 Kühen zu über 300 Tonnen Schabziger pro Jahr; mehr als ein Drittel davon wird exportiert.



Feine Rezepte finden Sie in diesem Büchlein aus dem Fona Verlag, ISBN: 978-2-02780-313-4 CHF 14.-/Euro 9.90

Schabzigerklee gehört zur Familie der Schmetterlingsblütler und wird fast einen Meter hoch.

Man kann auf den Spuren des Schabzigers wandern (Schabziger Höhenweg bei Mollis, oben) ... und die Liebe erhält er offenbar bis ins hohe Alter!



Gruppen, die sich für die Herstellung des Schabzigers interessieren, können die Geska AG in Glarus Montag bis Donnerstag mit Voranmeldung **besuchen**.

Schabzigerfabrik GESKA AG
Ygrubenstr. 9, Postfach
CH-8750 Glarus
Tel. + 41 55 640 17 34
E-Mail: info@geska.ch
Internet:www.schabziger.ch

Samen von Schabzigerklee sind bei Pro Specie Rara erhältlich:
Tel. + 41 62 823 50 30
Internet: www.psrara.org

Am Schabziger scheiden sich die Geister: Entweder man ist begeistert oder man mag seinen Geschmack überhaupt nicht. Liebhaber gibt es aber offenbar auf der ganzen Welt. Schon im 16. Jahrhundert gab es Schabziger-Exporte nach Frankreich und Italien. Auf Handelswegen via Linth und Rhein nach Norden und weiter der Ostseeküste entlang wurde der Würzkäse nach Polen, ins Baltikum und bis nach Russland transportiert. Von Holland aus gelangte er nach England und in den fernen Osten.

Unter dem seltsamen Namen «Sap Sago» kennt man Schabziger schon seit dem 19. Jahrhundert in den USA. Vermutlich nahmen ihn Schweizer Emigranten mit, die 1845 im Bundesstaat Wisconsin New Glarus gründeten. Zu der aussergewöhnlichen Bezeichnung soll er dank eines Lehrlings in einem Drugstore gekommen sein, der die neutralen Verpackungen anschreiben sollte. Dieser kombinierte den Begriff «sap» für grünen Pflanzensaft mit «sago», der damals sehr beliebten Palmstärke.

Die meisten ausländischen Liebhaber wohnen heute in Holland. Mehr als die Hälfte aller Exporte werden in dieses Land geliefert, gefolgt von Deutschland, den USA und 50 weiteren Ländern.

Wandern mit Schabziger

Seit 2008 gibt es bei Mollis sogar einen Themen- und Erlebnisweg zum Thema Schabziger. Auf der einfachen Wanderroute mit schöner Aussicht informieren Tafeln über die Geschichte und Produktion des Schabzigers sowie über Milch- und Alpwirtschaft im Glarnerland.

Auch kulinarisch ist diese Wanderung lohnenswert. Die Restaurants entlang des Höhenwegs bieten eine grosse Auswahl an Schabzigergerichten an. Wer weiss, vielleicht kommen sogar Schabzigermuffel plötzlich doch noch auf den Geschmack!

• Sabine Joss