

Zeitschrift: Adelbodmer Heimatbrief
Herausgeber: Stiftung Dorfarchiv Adelboden
Band: 53 (1994)

Artikel: Cheese - Zigere
Autor: Klopfenstein, Hans
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1062914>

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: 12.01.2026

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

Cheese – Zigere

Ds Chaslet (= Käselab = Lab zur Gerinnung der Milch)

Die Sennen setzten bis um 1920, manche bis in die 30er Jahre, das Käselab selber an. Sie kauften in einer Metzgerei oder in einem grösseren Gemischtwarenladen so gelbliche, getrocknete, gerollte Kälbermägen. Diese stammten von Saugkälbern, die nie Heu oder Gras gefressen hatten. Ihre Magenhaut enthält das Labferment. Dieses bringt das Casein der Milch zur Gerinnung.

Der Senn schnitt von einer solchen Rolle wie von einer Wurst 8–10 Rädchen ab, legte sie in einen zirka 25 cm hohen Topf, füllte diesen fast bis oben mit lauwarmem Wasser und gab «e Strupf» Salz dazu. Nun stellte er den Topf an die Sonne, oder bei kühlem Wetter ob der Feuerplatte auf die Zigerderri. So liess er das Käselab mindestens 8 Tage lang «ziehen». Als dann stellte er es ins Milchgaden an die Kühle. Um nun beim Käsen die Milch gerinnen zu lassen, gab er einige Esslöffel von diesem Käselab in zirka 1 Liter laues Wasser und mischte es unter die Milch.

Bevor es aufgebraucht war, setzte er in einem anderen Hafen neues Chaslet an. Wenn das Chaslet zu lange in der warmen Küche stand, oder wenn es zu alt wurde, so begann es zu «plage», das heisst zu stinken. Manche alte Sennen behaupteten, mit ihrem selber angesetzten Chaslet, werde der Bergkäse viel aromatischer als mit dem nun aufkommenden sauberen Käselabpulver.

Ds Aachis (Milchessig zur Herstellung von Ziger)

Bis in die Jahre nach dem 1. Weltkrieg setzten viele Küher selber ds Aachis an, damit sie nicht Geld ausgeben mussten, um Essigessenz ($\text{CH}_3 - \text{CO}_2\text{H}$ 80 %) zu kaufen. In einer zirka 70 cm hohen, engen Holzstande (altem Ankechübel) setzten sie einige Liter Milch und Käsmilch zur Säuerung an. Diese Aachisstände stellten sie neben die Feuergrube an die Wärme, damit der Inhalt so recht bald sauer würde. Um die Säuerung zu beschleunigen, gaben sie einen Knäuel von Zweiglein der Beinweide dazu. Nun wurde das Aachis «biüwidesursch». Nach gut 10 Tagen war unter einem weissen Pelz die Milch zu weisslich trübem Essigwasser geworden = Milchessig.

Zigere

Etwa 80 Liter Käsmilch erwellen. In 1 Liter Wasser $1\frac{1}{2}$ Esslöffel Essigessenz ($\text{CH}_3 - \text{CO}_2\text{H}$ 80 %) auflösen. Wenn die Käsmilch zu wallen beginnt, so stösst man das Käkessi vom Feuer weg und dann mischt man das Es-

sigwasser unter die Käsmilch. Die Käsmilch scheidet sich. Die Zigerflocken steigen auf. Mit einer Lochkelle den Ziger in ein Kästuch schöpfen und abtropfen lassen. Wenn die Milch nicht recht scheidet, das Kessi wieder über das Feuer stossen – beobachten – wegziehen.

Zuviel Essig = der Ziger wird zähe.

Zuviel Hitze = der Ziger wird zähe.

Schottenzucker

Vor gut 100 Jahren kochten sie oft die grünliche, dünne Schotte nach dem Zigern noch weiter, oft bis tief in die Nacht hinein, bis die Schotte verdampft war und nur noch ein klebriger süsser Brei zurück blieb. Diesen Brei brachten sie in eine Sammlestelle (in Frutigen in Ratsherre Schneiders Laden) und bekamen dort etwas Geld oder Zucker zurück.

Vor 150 Jahren

Einen grossen Teil des Zigers, den man herstellte, salzte man ziemlich stark und räucherte ihn etwa 3 Wochen lang. So schrumpfte er und trocknete. Er blieb dadurch haltbar bis in den Winter hinein. Diesen Ziger nannte man Nachscheid. Man ass ihn zu Hafermus oder Kartoffeln. Den Bergkäse mussten viele Leute zum grössten Teil verkaufen, um etwas Geld zu bekommen. So blieben ihnen fast nur die «Nachschiiideni».

Das Brot war damals sehr teuer. Es sah so aus wie heute die Walliser Roggenbrote. Ein Küher erzählte, dass sie bei der Alpauhfahrt ein Brot mitgenommen haben. An einigen Sonntagen habe er etwas davon «g'schläcket» und den Rest bei der Alpabfahrt noch in die Vorweide zurück genommen.

Man sparte mit dem Brot, weil es teuer war. Den Kindern gab man an, viel Brot zu essen sei ungesund. Aus dieser Zeit stammt der Spruch:

«Der Ziger ischt mi Schwiger!

Der lind Chees schleäht mig nider,

der trochche hilft mer em uuf,

der Brötel git en grossa Buuch!»

Ein alter Mann sagte, er habe in seinem Leben nie etwas Unnützes gekauft «wan esmal es Pfund Zucker». Ein anderer klagte: «Di junge Lüüt, si huse nüt! Wärche tete si nug, aber si huse nüt. Oh, we du wüsstischt, wi-n-ig albe gwärchet u g'huset ha –! U. pätscha Chrüschbrii (= Kleiebrei) gfrässe.»

Manche armen Leute assen am Sonntag nur zweimal. Der geizige Senn fragte sein Statterbüblein: «Woscht Spys (Magerkäse) oder a d'Sunna ga

lige?» «Eppa Spys», antwortet das Statterli. Der Senn fragt zum zweiten Mal, schon lauter: «Woscht Spys oder a d'Sunna ga lige?» Schon zaghaft das Büblein: «Spysi.» Da herrscht der Gythund den Kleinen an: «Ig frage, ob Du Spys wellischt oder a d'Sunna ga lige?» Das Büblein weinend: «A d'Sunne ga lige.»

Der geizige Mann zum Tagwanner beim Zvieri, nachdem dieser mageren Mutsch gegessen hatte und nun vom würzigen, alten Bergkäse abhauen wollte: «Hau Dig net! Lah ne lieber sii.»

Man ass morgens etwa um halb sieben Uhr z'Nüechtere, dann um 10 Uhr als Hauptmahlzeit z'Morge, später nach dem Käsen um zirka 13.30 Uhr kurz etwas z'Zaabe und nach dem Melken, um zirka 19 Uhr, noch z'Nacht.

Wenn man einen Ziger herstellte, so gab man ins Suufgebsli heisse Käs-milch, goss Vollmilch dazu und legte einige Brocken frischen Ziger in die Milch. Das war für viele Bergler der beste Schmaus: die Zigermilch.

«Die erste Hütte mir gottwilch,
wo ich bekomm ne Zigermilch!»

Als ich in den Sommern 1927 bis 1935 Statterbub war, kam hin und wieder ein Napf mit dicker Nidel auf den Tisch. Manchmal röstete dann mein Grossvater ob der Feuersglut eine brave Brotschnitte, zerteilte sie in Bröcklein, gab diese in die Nidel und wir hatten «Nidla u beiits (gebähtes) Brot!» Das mundete herrlich.

Spottlied (nach der Melodie des alten Simmentalerlieds)

«Und im Fulebärg, da mag ich's gerne leben,
wo die Stuben an den grauen Hütten kleben,
wo das Käslab auf dem Chuchibäächli stinkt,
und der Chees im Chäller fascht versinkt.
Holioh juh! Holi holi jo!»

Am Fүүrgrüebi

Ds Statterbüebi, ds Büschle Döfi, erzellt am Fүүrgrüebi: «Im leschte Winter a me-ne Aabe wan ig zur Schүүr bin ga hirte, da bin ig i d'Dili ga Höw schütte un aha stosse. Wan ig dur ds Tenn hinderi bi für ga ds Höw i d'Bar-ni ds gäh, han ig e tola Arvel wele näh. Aber da bin ig ungäbig erchlүpft! Da ischt eppis ganz linds gsi in dām Höw. Ig has vürha a d'Lüteri zoge, – u due ischt das iis van de chline Bänzenen gsi, wan afe het wele afa ga z'nachte.»