

Zeitschrift: Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen

Herausgeber: Schweizerischer Fourierverband

Band: 70 (1997)

Heft: 12

Rubrik: Kochecke

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: 09.01.2026

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

«Der Fourier» zu Gast im Chabisland

Vorab: Mit Chabisland sind nicht Schrebergärten, ist nicht der eigene Pflanzblätz oder etwa ein Besuch bei «Chabis-Aschi» gemeint, obwohl im Chabisland (auch) Kabisköpfe von bis zu 10 Kilo Gewicht wachsen.

-KG- Wir sind im Gürbetal (zwischen Belp und Thun gelegen) und Gast bei der Sauerkrautfabrik Thurnen in Mühlthurnen, wo schon in dritter Generation Kabis zu Sauerkraut verarbeitet wird.

Hier erfahren wir, dass der als sogenannter Einschneidekabis bezeichnete Kabis im Herbst von den Bauern zur Verarbeitung angeliefert wird. Dieser Kabis muss ein Mindestgewicht von 1 1/2 kg haben. Er ist im Durchschnitt fünf bis sieben Kilogramm schwer, wogegen der Gemüsekabis (die Frühkabissorten) viel kleiner sind. Nun ja, wer möchte schon einen sieben Kilogramm schweren Kabis vom Supermarkt nach Hause schleppen?!

Ende März, Anfang April werden die Kabissetzlinge gesteckt. Dies geschieht unter Plastiktunnels, und erst ab Mitte Mai, wenn die Gefahr der Nachfröste vorbei ist, werden die jungen Pflanzen

ins Freiland gesetzt. Je nach Witterung beginnt dann ab August die Ernte (Frühkabis); ab Mitte September bis Ende November (manchmal bis Anfang Dezember) folgt der Herbst- oder Spätkabis. Dieser wird heute in grossen Harassen an die Sauerkrautfabrik(en) geliefert, dadurch können die Ladungen mit dem Stapler abgeladen werden. In vielen kleinen Familienbetrieben wird jedoch heute noch jeder Kabiskopf von Hand abgeladen - eine harte Knochenarbeit.

Über eine Kippvorrichtung gelangt der Kabis zur Bohr- und Schneidemaschine. Zuerst wird der Storzen herausgebohrt und anschliessend werden die Kabisköpfe auf dem Messerteller in lange, dünne Streifen geschnitten (daher die Bezeichnung Einschneidekabis). Durch einen Trichter fällt der gehobelte Kabis auf Förderbänder im Keller und wird von dort in Silos verteilt. Mit verschiedenen Presssystemen (tonnenschwere Steine, Wasserpressen oder bei Thurnen hydraulische Pressen) wird der geschnittene Kabis unter Beigabe von etwas Kochsalz (besserer Wasserentzug) stark gepresst. Damit wird das Wasser aus dem Kabis herausgepresst, und der Gärprozess beginnt. Die Gärung dauert etwa drei Wochen, dann sind aus 100 kg Kabis rund 50 kg Sauerkraut geworden. Der Gärprozess kann nicht beeinflusst werden. Erst nach dem Abpumpen des Wassers und dem Abdecken der Silos steht die Qualität des Sauerkrautes fest. Schlechtes Rohmaterial gibt nicht nur schlechtes Sauerkraut, es kann auch zu sogenannten Fehlgährungen kommen.

Jetzt werden dem Sauerkraut Wachholderbeeren oder andere Gewürze (keine Konservierungsstoffe) beigemischt, dann wird es verpackt - entweder maschinell in Portionenbeutel zu 500 und 750 g, und pasteurisiert, und gelangt in Kartons zu 10 oder 20 kg zu den Metzgereien, oder es wird offen, handverpackt in Holzkübel von 25 bis 100 kg ausgeliefert.

Eine besondere Spezialität der Sauerkrautfabrik Thurnen ist SARMA - ganzer, vergorener Weisskabis. Diese spezielle Kabis-Sorte wird von Hand gerüstet und die Storzen leicht angebohrt. Unter Beigabe von Salz und Essig hat der Kabis eine natürliche Gärung von zwei Monaten durchgemacht, bis er vakuumverpackt und pasteurisiert in den Verkauf kommt. Daraus können verschiedene Gerichte, die auf den Verpackungen zu finden sind, hergestellt werden.

Ein ganz besonderer Leckerbissen sind die

Balkan-Krautwickel

Zutaten:

1 Weisskohlkopf
500 g Schweinefleisch, gehackt
300 g Rippli, geräuchert
50 g Speckwürfeli
1 Zwiebel
2 Tassen halb gar gekochter Reis
1 - 2 Eier
Salz, Pfeffer, Paprika
1 EL Mehl
1 EL Öl

Zubereitung:

Vom Weisskohl den Strunk abschneiden, die grösseren Blätter vorsichtig ablösen und kurz überbrühen.

Die kleingehackte Zwiebel und den gut abgetropften Reis mit dem Hackfleisch, Speck und den Eiern gut mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die abgetropften und erkalteten Kohlblätter damit füllen und in dünne Krautwickel formen.

Die restlichen kleinen Kohlblätter in einen grossen Topf geben, die Schweinsripli drauf legen und das Ganze mit Wasser bedeckt halb gar kochen, dann die Krautwickel darauf legen und alles zugedeckt garkochen. Krautwickel herausnehmen. Etwas Mehl in Öl anschwitzen, mit Paprika würzen, mit dem Kohlgemüse mischen und aufkochen. Krautwickel nochmals darauflegen und erneut aufkochen.

Dieses Gericht kann beliebig aufgekocht werden.

Dazu passen Salzkartoffeln oder Trockenreis.

Chabisland

Während der Saison werden im Tag 30 bis 40 Tonnen Kabis eingeschnitten, das ergibt in der Woche bis zu 150 Tonnen oder in einer Saison bis zu 150 Eisenbahnwagen zu zehn Tonnen. Aus dieser Menge entstehen rund 750 000 Kilo Sauerkraut.

Für soviel Arbeit sind viele fleissige Hände nötig. Die Sauerkrautfabrik Thurnen, heute noch eine Produzentengenossenschaft, beschäftigt zehn Festangestellte; während der Saison sind es zusätzlich 50 Teilzeitangestellte, die für den reibungslosen Ablauf der täglichen Arbeiten sorgen.