

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 91 (2013)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Durch den Aargau zu Käse und Geschichte  
**Autor:** Vollenwyder, Usch  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-725842>

#### **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:** 23.02.2026

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



# Durch den Aargau zu Käse und Geschichte

Die leichte, aber lange Wanderung führt durchs Aare-, Suhre- und Wynental.

Unterwegs gibt es den von Hand geschöpften und in Asche gereiften Galege-Ziegenkäse zu kaufen und die Schlossanlage Liebegg zu besichtigen.

Die Wanderstrecke durch das Aargauer Mittelland ist lang: Von der Kantonshauptstadt Aarau zieht sie sich die Aare und Suhre entlang zum Galege-Hof in Suhr, zweigt ab ins Wynental, steigt bei Gränichen an und führt auf der Höhe bis zum Schloss Liebegg. Von dort aus ist es nur noch eine halbe Stunde bis zur Trostburg und hinunter nach Teufenthal.

Diese rund fünfstündige Wanderung lässt sich aber je nach Kondition und Vorliebe bequem in zwei Etappen unterteilen: Die erste folgt ebenwegs dem Wasser, die zweite ist ein sanftes Auf und Ab über Felder und durch Wälder.

Nach einem frühen Kaffee im Bahnhof von Aarau geht es zwischen Baustellenabschrankungen hindurch über den Bahnhofplatz, wo beim Naturmuseum an der Ecke der Wegweiser Richtung Aare zeigt. Schon nach wenigen Gehminuten ist man auf dem Philosophenweg am rechten Flussufer angekommen und folgt diesem aareabwärts.

Hundespaziergänger und Jogger sind unterwegs, einige Velofahrerinnen und Velofahrer – dann werden es immer weniger. Nachdem die letzten Aarauer Einfamilienhäuser passiert sind, führt der Wanderweg bis zur Einmündung der Suhre nach rund einer Stunde durch den

Wald. Noch einmal dauert es etwa eine Stunde, bis suhreufwärts das gleichnamige Dorf erreicht ist.

Ganz in der Nähe des Bahnhofs befindet sich die Galege, ein biologisch-ökologischer Landwirtschaftsbetrieb. Aus der Milch der mehr als zwei Dutzend Ziegen stellt die Käsefachfrau Susanne Klemenz in der hofeigenen Käserei den Käse her – Galege-Geissechäss, handgeschöpften Frischkäse aus hundert Prozent Ziegenrohmilch. Ihr Handwerk hat sie beim Maître Fromager Rolf Beeler gelernt; als seine Mitarbeiterin ist sie von März bis Ende Jahr auf den Wochenmärkten in Aarau, Wettingen und Lenz-



Bild oben: Unterwegs durch den wunderschönen Aargau, hier in einem Feld bei Gränichen.

Bild links: Die schon von Weitem sichtbare Kirche und ein Bauernhaus in der Ortschaft Suhr.

Bild rechts: Schloss Liebegg bei Teufenthal ist heute ein Ort für Tagungen und Kulturanlässe.



burg anzutreffen. In Frankreich, dem Land mit der grössten Vielfalt an Formen und Reifegraden beim Ziegenfrischkäse, lässt sie sich zu immer neuen Kreationen inspirieren. Zu ihren Spezialitäten gehört der nach provenzalem Vorbild in Asche gereifte Ziegenfrischkäse.

### Käse aus dem Hofladen

Im kleinen Hofladen der Galege, hinter einer unscheinbaren Tür an der Hausfront, stehen im Kühlenschrank die runden und eckigen, von der Asche schwarzen oder mit Bio-Alpenblüten gedeckten Galege-Geisseschäz zum Verkauf bereit. Einige der Köstlichkeiten kommen fürs Nachtessen in den Rucksack, die Bezahlung ins Kässeli an der Wand ist Ehrensache. Danach geht die Flachwanderung weiter Richtung Gränichen im Wynental. Eine gute halbe Stunde dauert sie, zunächst unter dem Bahnhof hindurch aus Suhr hinaus, danach über offene Felder und schliesslich durch ein lang gezogenes Einfamilienhausquartier eingangs Gränichen. Beim Bahnhof Gränichen beginnt der zweite Teil der Wanderung – über Anhöhen und durch Wälder, immer leicht auf- und absteigend.

Die Anhöhe muss zunächst gewonnen werden: Gleich beim Bahnhof beginnt die Steigung, steil führen die geteerten

Strässchen zwischen den Häusern hoch zum Dorfausgang und gehen nach einer knappen halben Stunde in einen Feldweg über. Eigentlich würde man jetzt bereits das Schloss Liebegg sehen, sagt eine Spaziergängerin, die mit ihrem Hund unterwegs ist. Wenn der Nebel nicht wäre. Dann hätte man auch einen schönen Blick ins Wynental und über die Hügel hinweg bis zu den Zentralalpen. Manchmal liege der Nebel nur dicht über dem Talboden. Die Stimmung so knapp über der Nebelgrenze sei dann besonders schön.

Die nächsten rund anderthalb Stunden zieht sich der Wanderweg über Wiesen und Weiden, vorbei an Maisfeldern und grossen Holzbeigen, entlang von Waldrändern mit einladenden Grillplätzen und Picknickbänken. Immer wieder führt er auch durch dichten Wald. Farn und Moos, Brombeersträucher und Baumstrünke bedecken den Boden zwischen den Laub- und Nadelbäumen. Hinter dem Weiler Refental beginnt der letzte kurze Aufstieg zum Schloss Liebegg, im 12. Jahrhundert Sitz der Ritter von Liebegg und Luternau, heute als Tagungs- und Kulturzentrum im Besitz des Kantons Aargau.

Bis ins Jahr 2002 wurde das zu Gränichen gehörende Schloss Liebegg renoviert – mit Kräutergarten und Torturm,

## Der Gang zum Käse

In ihrem Büchlein «Chäswandern» verbindet Autorin Tina Balmer 17 ausgesuchte Käse mit 17 Wanderungen. Diese führen zum Blumenkäse ins Obertoggenburg oder zum Maiblumen-Raclettekäse ins Appenzellerland, zum Vacherin Mont d'Or ins Vallée de Joux oder zum Urwald-Schmelzer auf den Pragelpass. Dabei stellt sie die ausgewählten Herstellungsbetriebe vor und beschreibt Wanderungen, die direkt über die Weiden und vorbei an den Höfen führen, welche die Milch für die ausgesuchten Käse liefern. Damit möchte sie die alte Tradition des Käse sicht- und erlebbar machen und das Verständnis der Stadtbevölkerung für ländliche Regionen fördern.

Tina Balmer: «Chäswandern. 17 ausgesuchte Käse, 17 Wanderungen an ihren Ursprung», Eigenverlag 2013, zu bestellen bei [www.chaeswandern.ch](http://www.chaeswandern.ch)

→ Weitere Internetadressen: [www.susanneklemenz.ch](http://www.susanneklemenz.ch), [www.galege.ch](http://www.galege.ch), [www.schloss-liebegg.ch](http://www.schloss-liebegg.ch)

Lauben- und Gebäudetrakt, Schlosshof und vorgelagertem Rondell. Die Schlossumgebung ist frei zugänglich, während die Gebäude für Tagungen und Anlässe genutzt werden können und vor allem für Hochzeiten beliebt sind. Regelmässig finden im Schloss Liebegg auch kulturelle Veranstaltungen statt – von einem Kindernachmittag über eine Jazz-Matinee bis hin zu einer Militärserenade oder einem Konzert mit Weihnachtsliedern rund um die Welt am 14. Dezember.

### Ein paar Spuren Mittelalter

Ebenwegs geht es vom Schloss Liebegg weiter zur Trostburg oberhalb des Dorfes Teufenthal. Die renovierten Gebäude sind im Privatbesitz und lassen sich nur durchs mächtige Gittertor bewundern. Auf dem Felsvorsprung darüber sind noch letzte Mauerreste der mittelalterlichen Burg aus dem 12. Jahrhundert zu sehen. Schon wenig später soll sich ein Zweig der Familie der Herren von Trostburg abgespalten und nur einen halben Kilometer nördlich das Schloss Liebegg errichtet haben. Von der Trostburg aus ist es nicht mehr weit hinunter ins Dorf. In der Herberge Teufenthal wird eingekehrt, bevor es mit der S-Bahn – die Wynentaler nennen sie «Trämlis» – zurück nach Aarau geht. Usch Vollenwyder