

Serie Kulinarische Reisen durch die Schweiz: Appenzell AI (43)

«Bi ös dehää»

Säntis, Kühe, Landsgemeinde – in **Appenzell Innerrhoden** scheint die Zeit stillzustehen. Doch hinter der traditionellen Fassade gibts auch viele kulinarische Überraschungen.

Text **Heinz Schmid**
Fotos **Vanessa Püntener**

Von Appenzell aus blickt man auf die typische hügelige Appenzellerlandschaft mit den traditionellen Häusern.



In der Metzgerei Koller in Appenzell findet man eine reiche Auswahl an Spezialitäten.



Während in Appenzell Ausserrhoden der Appenzeller Käse regiert, hat sich Mathias Koch ganz dem Ziegenkäse verschrieben.



Appenzeller darf man nicht am Seil führen, sondern höchstens am Schnürli», heisst es. Sie lassen sich nicht dreinreden. Deshalb sei seine Geissenmilch offiziell nicht Bio, erklärt der Käser Mathias Koch, obwohl die Bauern weder Kunstfutter noch -dünger verwenden. Aber auch keine Zeit haben, das Unkraut von Hand auszustecken. Appenzeller sind etwas stur, aber stark mit Natur und Tradition verbunden. Und so schlau, die Zeichen der Zeit zu erkennen.

So realisierte sein Vater vor dreissig Jahren, dass das Heimetli zu wenig Land und keine Zukunft hatte. Er begann mit den «kleinen Weissen», den vom Aussterben bedrohten Appenzeller Geissen. In der Umgebung fand er genügend Milchlieferanten. Kleinbauern mit ein paar Geissen, einem «Schöppeli», die um den kleinen Nebenverdienst froh waren. Leicht war dieser Weg nicht. «Das ist doch keine Landwirtschaft» bekam er oft zu hören.

Die Eltern als Lehrmeister

Als Sohn Mathias im Jahr 2000 den Betrieb übernahm, verzichtete dieser auf eigene Ziegen. Der Aufwand wurde ihm zu gross. Um fünf Uhr morgens beginnt er mit dem Käsen, schliesst den Arbeitstag erst spät abends mit dem Ausliefern ab. Gelernt hat der Schreiner und «Käser aus Leidenschaft» sein Handwerk in Kursen und bei den Eltern. Diese helfen noch immer mit, besonders auch bei der Entwicklung und Herstellung von Kosmetikprodukten aus Molke und Ziegenschmalz.

31 Lieferanten hat Mathias heute für seine Ziegenfrischkäse – als grösster Ostschweizer Betrieb dieser Art. Ausser den Alpkäsereien ist dies die einzige Käserei in Appenzell Innerrhoden. Der berühmte Appenzeller Käse wird im anderen Kantonsteil hergestellt. «Dabei wollten wir nur der Appenzellerziege eine Chance geben und ein Stück Kultur erhalten», meint er bescheiden. ▶▶



Bei Philip Fässler wird noch selbst geschlachtet und in Grossvaters Rauchkammer geräuchert.



Still, leise und laut heissen die Mineralwasser von Gabriela Manser. Ihre Blütenquell-Linie wurde zum grossen Erfolg.



Die Bäckerei Motzer in Gonten ist neben dem Biber berühmt für Spezialitäten aus alten Zeiten: «Philet-Brot», «Chäsflade» und «Fünfpfünder».



Karl Locher ist engagiert und der Natur verbunden. Beim Appenzeller Bier vereinigen sich Tradition und Innovation.

Die Café-Confiserie Laimbacher in Appenzell ist die älteste Zuckerbäckerei. Reto Laimbacher stellt nach wie vor all seine Spezialitäten von Hand her.



Die traditionelle Milchwirtschaft entwickelt sich immer mehr Richtung Fleischwirtschaft. Allerdings, Tradition ist auch hier vorherrschend. Philip Fässler setzt sich für die «Original Braunen» ein. Kleine Kühe, für die steilen Hänge viel besser geeignet. «Um glaubhaft zu sein, muss man selber schlachten und alles selber herstellen», stellt er fest. «Wenn der Kunde Schübli will und ich keine habe, geht er wieder.» Zu den Zeiten seines Grossvaters war dies anders: «Eine Woche Schübli, die andere Cervelats – und als die verdammten Wienerli kamen, haben wir jede dritte Woche halt noch solche gemacht.»

Harz in der Rauchkammer

In der Metzgerei Fässler gibts noch eine richtige Bauernrauchkammer – mit Tannenzweigli und Harz. Schwartenmagen, Saftschinken und «Buure Schwinigs» werden noch sterilisiert und in Büchsen abgefüllt. Und die Spezialität, der zarte Fähnerenspeck, hat schon der Grossvater so gemacht. Da wird nichts geändert.

Obwohl die Metzgerei nicht am Touristenstrom liegt, spielen diese in der Sommersaison eine wichtige Rolle. Erst recht bei der Metzgerei Koller, direkt an der Hauptgasse in Appenzell. Auch hier ist alles hausgemacht, nach traditionellen



Auch Walter Motzer verwendet für seine «Bärli-Biber» selbst gemachte Mandelfüllung und traditionelle Modellformen.



Fenz (Sennenspeise)

Pro Person

Zutaten:

- 1 Ohrentasse Milch
- 1 Ei
- 2 EL Mehl
- 60 g Butter
- Salz

Zubereitung:

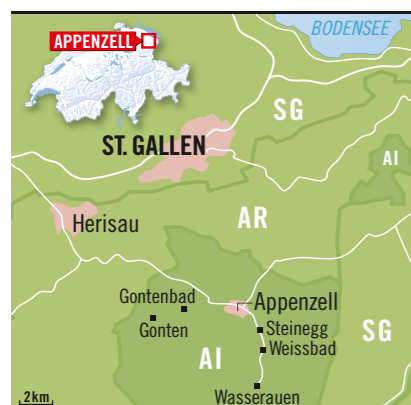
Mehl mit Ei und Milch zu einem Teig rühren. Butter erhitzen, bis sie haselnussartig schmeckt. Den vorbereiteten Teig im Sturz auf einmal zugeben und auf kleinem Feuer gut umrühren. Leicht salzen und sofort servieren.

Zubereitungszeit

20 Minuten

Schwierigkeitsgrad

einfach



Appenzell AI

Die Region: Der Halbkanton Appenzell Innerrhoden hat die niedrigste Einwohnerzahl und nach Basel-Stadt die zweitkleinste Fläche. Er besteht aus den Bezirken Appenzell, Schwende, Rüte, Schlatt-Haslen, Gonten und der Enklave Oberegg.

Die Menschen: Die Appenzeller gelten als ebenso witzig wie verstockt, führte dieser Kanton doch 1990 als letzter das Frauenstimmrecht ein – gezwungenermassen. So erstaunt es, dass die Innerrhoder nicht nur grossen Respekt vor Tradition und Natur haben, sondern auch eine steigende Bereitschaft für Neues. Auf die 15000 Bewohner kommen gleich viele Kühe und Autos.

Das Essen: Wegen der Höhenlage spielte früher vor allem die Milchwirtschaft eine grosse Rolle. Manche ernährten sich fast ausschliesslich von Brot, Käse und Kaffee. Auch heute noch verstehen viele Restaurants unter einer Appenzeller Spezialität ein Stück Fleisch, mit Appenzeller Käse überbacken.

Rezepten, ob Pantli, Mostbröckli oder Siedwurst. Die «Söödworscht» ist aus dem Appenzellerland nicht wegzudenken. Halb Rind-, halb Schweinefleisch, dazu Kümmel, Muskat und «anderi Gwöörz». In Ausserrhoden verkauft man die Würste roh, in Innerrhoden gebrüht. Anscheinend wegen der vielen Bergbeizen und der Haltbarkeit. Und der Gasthof Weissbadbrücke ist zwar berühmt für sein Gemüsebuffet. Im Appenzeller Salat hats aber neben Appenzeller Käse selbstverständlich Siedwürste statt Cervelats.

Die Chance der zentralen Lage nutzt Urs Koller mit Appenzeller Spezialitäten in Geschenkpackungen, in Kombination mit Biberli und Alpenbitter. Die Chance der Kleinen sieht er in eigenen Kreationen. Seine «Ueli Rotach Wurst» schuf er aus Anlass der 600-Jahr-Feier der Schlacht am Stoss. Seine «Spidere» aus heiss geräuchertem Rindfleisch erinnern an die beim Schindeln entstehenden Späne. Und auf der Schiefertafel steht in Kreide, dass diese Woche die Säuli vom Manser Thomas und die Kälbli vom Neff Josef stammen.

Etwas geheimnisvoller ist die Herkunft beim berühmten Appenzeller Alpenbitter. 1902 wurde das Getränk aus vier einheimischen Kräutern gebraut und «auf ärztliche Empfehlung» angeboten. Heute stammen die 42 verschiedenen Kräuter, Blüten, Blätter, Rinden und Wurzeln allesamt aus dem Ausland.

Nicht so in der Confiserie Laimbacher nebenan, die älteste Zuckerbäckerei in Appenzell. Hier wird die Mandelmischung für die Biber noch selbst gemacht – nicht eine Fertigmasse mit Aprikosenkernen ►►



Appezöller Chäs-Schoope

Für 4 Personen:

Zutaten:

- 400 g 1–2 Tage altes dunkles Brot
- Butter
- 200 g vollfetter Appenzellerkäse
- 200 g Rässkäse
- 1 Prise Muskatnuss
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 dl Rahm
- viel Schnittlauch

Zubereitung:

Käse raffeln, mit Pfeffer und Muskat würzen, mit Rahm zu festem Brei mischen. Brot wie für Fondue in Würfel schneiden und in Butter goldbraun anrösten. Käsemasse in der Pfanne über heisse Brotwürfel geben und so lange schwenken, bis diese mit der Käsemasse schön überzogen sind. Anrichten, mit viel fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen und sofort heiss servieren.

Zubereitungszeit 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad einfach

wie im Industriebiber. Die «Landsgmenschrempfli», in der «guten alten Zeit» beliebtes Mitbringsel, sind mit richtiger Haselnussmasse gefüllt. Und in den «Appezöller Stengeli» hat es echtes Alpenbitter.

Bei Reto Laimbacher lernt man auch den Unterschied zwischen Biber und Biberfladen kennen. Biber werden aus Honigteig in traditionellen Modelformen hergestellt und mit einer hellen Mandelmasse gefüllt. Die runden Biberfladen hingegen werden aus einem Lebkuchenteig gebacken und nur für Touristen mit einer dunklen Nussmasse gefüllt. Die Einheimischen essen sie ungefüllt, mit Butter oder Schmalz.

«Chäsflade» gabs nur an Weihnachten

Eine reine Innerrhoder Spezialität bietet Walter Motzer in Gonten an – den «Chäsflade». Normaler Halbweissbrot-Teig wird dazu verwendet, schön luftig mit den Fingern «usechnödlet» und ja nicht ausgewallt. Darauf eine Masse aus Appenzeller Käse, Milch und Anis. «Chäsfladen» gab es früher nur an Weihnachten. Wie auch das «Philet-Brot» aus einer Art Zopfsteig, aber nur mit Milch, ohne Eier und Butter. Reich waren die Bauern nicht. Brot assen sie allerdings viel.

Aus jener Zeit stammen die «Fünfpfünder», die er noch immer für spezielle Anlässe backt. Der heutige Alltag besteht aus kleinen Mengen verschiedenster Brote. Ein grosser Aufwand, den viele scheuen. Walter Motzer nicht: «Ich bin von Natur aus skeptisch, will genau wissen, was es in meinem Brot, in meinen Nussgipfeln hat. Und das kalkhaltige Wasser ist für Kaffeemaschinen schlecht, für Brot aber ideal.»

Das quellenreiche Appenzellerland war über Jahrhunderte berühmt für seine Bäder und Molkekuren. 1576 wurde das Gontenbad erstmals als Badeort erwähnt. Im 18. und 19. Jahrhundert wurden für die Kurgäste elegante Bäderanlagen gebaut. 1930, als der Fremdenverkehr längst ►►



rückläufig war, füllte Grossvater Schmüdiger das Mineralwasser erstmals in Flaschen ab, in Form von sehr süssen Limonaden. Denn niemand wollte damals für blosses Wasser Geld bezahlen.

Die Grossartigkeit des Kleinen

1999 übernahm Gabriela Manser in dritter Generation eine der kleinsten Mineralwasserproduktionen der Schweiz. Auch sie sah die Kleinheit als Chance. Ihre Blütenquell-Linie wurde zum überraschenden Erfolg: «Flauder», eine Kombination von Holunderblüten und Melisse, «Wonder mit Rosenblüten sowie «Himml» mit Bergamotte und Löwenzahn. Dazu das Mineralwasser in den Varianten laut, leise und still. Die Liköre, vom Grossvater zur Ergänzung des Familieneinkommens entwickelt, sind aber bis heute eher ein Hobby geblieben. Auch der Alpstein-Bitter, der dem Original in keiner Weise nachsteht.

Der einzige Wein in Appenzell Innerrhoden ist ein Riesling x Sylvaner, der auf einem kleinen Rebberg in der Enklave Oberegg wächst und von Lutz Weinbau gekeltert wird. Der «Innerrhoder Wy» ist spritzig und fein-fruchtig, mit speziellem Abgang. Wie die Innerrhoder selbst.

Das Restaurant:

Sylvia und Charly Gmünder führen den Landgasthof schon in der 5. Generation. Charly ist Bewahrer und Förderer der ursprünglichen Appenzeller Küche. Von weither kommen die Gäste angereist für «Fenz», «Chäs-Schoope», «Chemisoppe», «Chitzi-Gottlett» und «Häselbei-Zonne». Das «Appenzölle Mönü» in 6 Gängen kostet 98 Franken, das Übernachten mit Frühstück 70 Franken. Jeden Sonntag gibts einen riesigen Appenzeller Brunch mit passender Musik.

Landgasthof Bären,

Sylvia und Charly Gmünder, Hauptstrasse, 9108 Gonten, Tel. 071 795 40 10

www.hotel-baeren-gonten.ch



➔ Wo gibts was in Appenzell AI

Fleisch und Wurst

Metzgerei Koller

Hauptgasse 21, Appenzell
Tel. 071 787 13 16

www.metzgerei-koller.ch

Spidere, Ueli Rotach Wurst, Pantli, Siedwurst

Metzgerei Fässler

Weissbadstrasse 86,
Steinegg

Tel. 071 787 36 35

www.appenzellerfleisch.ch

Fähnerenspeck, Dosenspezialitäten, Bauernrauch

Getränke

Mineralquelle

Gontenbad, Gonten

Tel. 071 794 11 19

www.mineralquelle.ch

Mineralwasser, Blütenquell

Lutz Weinbau

9405 Wienacht-Tobel

Tel. 071 891 66 55

www.lutzweinbau.ch

Innerrhoder Wy

Appenzeller Alpenbitter

Weissbadstrasse 27,
Appenzell

Tel. 071 788 37 88

www.appenzeller.com

Appenzeller Alpenbitter

Brauerei Locher

Appenzell

Tel. 071 788 01 40

www.appenzellerbier.ch

Holzfass-, Vollmond- und Leermond-Bier, Quöllfrisch, Naturperle, Säntis Malt

Milch und Käse

Mathias Koch, Gonten

Tel. 071 794 12 74

www.ziegenmilchprodukte.ch

Ziegen-Frischkäse

Brot und Kuchen

Bäckerei Motzer

Hauptstrasse, Gonten

Tel. 071 794 11 34

Chäsflade, Philet-Brot

Café-Confiserie Laimbacher

Weissbadstrasse 3,
Appenzell

Tel. 071 787 17 44

www.laimbacher.ch

Appezöller Stengeli und

Trüff, Biber, Frenzeli

Essen und übernachten

Hotel Restaurant Bären,

Gonten, Tel. 071 795 40 10

Gasthof Weissbad-

brücke, Weissbad

Tel. 071 799 13 31

www.weissbadbruecke.ch

Appenzeller Spezialitäten,

Gemüsebuffet, Fussbäder

Informationen

Appenzellerland

Tourismus AI

Hauptgasse,

9050 Appenzell

Tel. 071 788 96 41

www.appenzell.ch

Höhepunkt der flüssigen Ernährung ist die Brauerei Locher. In fünfter Generation wird hier das Appenzeller Bier gebraut, nach überlieferten Verfahren, aber auch nach neuesten Erkenntnissen: Das

biologische Vollmond- und das alkoholfreie Leermond-Bier, beide nur in den entsprechenden Mondphasen gebraut. Das Holzfass-Bier, als einziges in der Schweiz in Eichenfässern gereift. Die Appenzeller Naturperle, das erste anerkannte Bio-Bier. Das «Birra da Ris» aus Tessiner Reis und das «Castegna» aus Kastanien. Und der «Säntis Malt» ist ein echter Whisky aus dem echten Appenzellerland.

Karl Locher beschränkt sich nicht nur aufs Brauen. Er weiss, dass nicht nur Wasser, Hopfen und Malz über die Qualität entscheiden. Deshalb lässt er im Engadin eigene Braugerste anbauen, die höchstgelegene in ganz Europa. Nur von internationalem Massenbier, bei dem die Werbung wichtiger ist als der Inhalt, hält er nichts: «Ein richtiges Bier muss Ecken und Kanten haben – wie das Appenzell. Trotz der vordergründig so sanften grünen Hügel.» ■