

ALLES KÄSE!

Streifzug. Käse macht glücklich, Käse macht süchtig –und jeder hat seinen ganz eigenen Lieblingskäse. Vielleicht wollen Sie Ihren Horizont erweitern? Wir haben einige Tipps.

VON SARAH MÜLLER



FOTOS: EBING STUDIO - FOOD PHOTO & VIDEO / FOODCOLLECTION / PICTURESCOM



Wenn man nicht genug von Käse bekommen kann, egal, ob cremig, würzig, bröckelig oder mild, dann gibt es dafür eine wissenschaftliche Erklärung: Casomorphin. Eine Studie der University of Michigan fand heraus, dass der Verdauungsprozess des Milchproteins Casein Rezeptoren im Gehirn stimuliert, die dieselben Hochgefühle wie Morphin auslösen. Ergibt evolutionsbiologisch Sinn, denn Muttermilch soll den Nachwuchs beruhigen. Aber wir lieben Käse nicht nur wegen seiner beruhigenden Wirkung – auch zum Abnehmen ist er sehr gut geeignet. Sein hoher Gehalt an tierischem Eiweiß und sein sehr geringer Gehalt an Kohlehydraten, macht Käse optimal für eine Lowcarb-Ernährung. Unsere Helden: Harzer Käse und Hüttenkäse mit einem und vier Gramm absolutem Fett pro 100 Gramm. Da lässt sich ohne schlechtem Gewissen schlemmen, was die Käsetheke hergibt.

Den richtigen Partner finden

Käse ist nicht gleich Käse. Durch die richtige Begleitung kann man aus jeder Sorte verschiedene Nuancen herausholen. Ein wahrer Geschmacksbeschleuniger ist zum Beispiel Nussbrot. Aber auch Bier und Wein können den Käsegenuss verstärken. Eine kleine Orientierungshilfe: Je cremiger der Käse, desto saurer darf der Wein sein. Je härter der Käse, desto tanninreicher darf der Wein sein. Starker Käse verträgt ein Starkbier und milder Käse harmoniert am besten mit hellem Bier. Edelschimmelkäse verträgt ganz süße Weine, Biere und Most. ➤

LIFE



Der „Gailtaler Almkäse“ gilt als „geschützte Ursprungsbezeichnung der EU“. Die Kärntner wissen schon, was sie tun!



Den besten Bergkäse findet man in Vorarlberg. Die Käseschätze des Bregenzerwalds versammeln sich in Lingenau.

Österreich

HERZHAFT & WÜRZIG

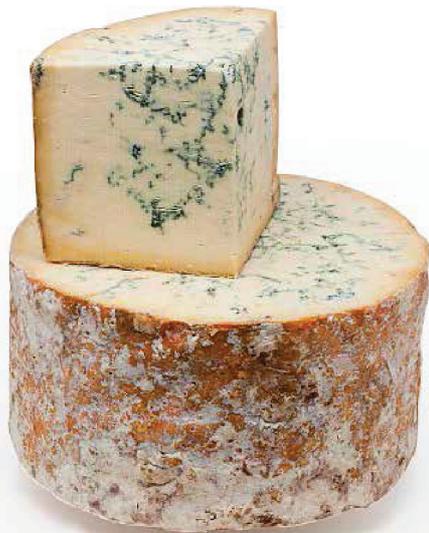
In Österreich regiert der Bergkäse. Aber wenn man nach dem besten Käse Österreichs sucht, ist die Liste an Herstellern lange. Vorarlberg, Tirol, Salzburg und Kärnten haben alle ihre Highlights. Die Auszeichnung für den zweitbesten Käse bei den World Cheese Awards 2018 hat aber nur einer: der Arzberger Ursteirer der Almenland Stollenkäse GmbH. Ausgezeichnete Milch von umsorgten Weidekühen, Qualität und Sorgfalt in der Herstellung und traditionelle Rezepturen machen „unseren“ Käse zu etwas ganz Besonderem. Möchte man sich von diesem Brauchtum selbst ein Bild machen, ist ein Besuch des Gailtaler Käserundwanderwegs, der Genießer von einer Almsennerei zur anderen führt, zu empfehlen.



Der Arzberger Ursteirer aus Passail erreichte bei den World Cheese Awards den 2. Platz.

FOTOS: GEMIS/STOCK / FOODPHOTO/ALAMY / PICTUREBANK.COM, HERSTELLER: BLACHE / FOODCOLLECTION / PICTUREBANK.COM, SCIENCE PHOTO LIBRARY / SCIENCE PHOTO LIBRARY / PICTUREBANK.COM, MARTIN KEE / THINKSTOCK, ANDRÉS STEINZIG / USMIM / PICTUREBANK.COM, FARMEN: COLOUPROX.DE

Echter Blue Stilton wurde früher mit Nadeln durchstochen und in Sherry getränkt.



Cheddar ist einer der weltweit am meisten produzierten Käse überhaupt.

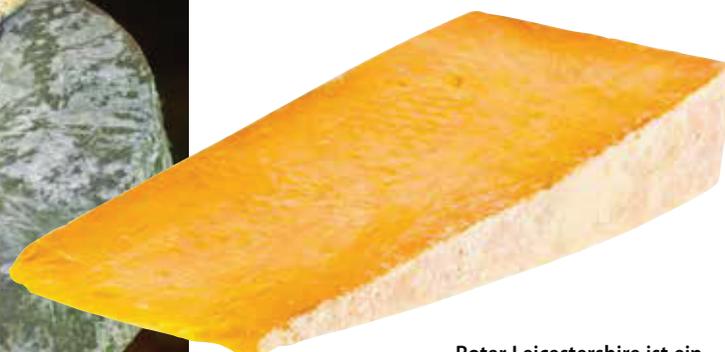
England

KRÄFTIG & WÜRZIG

Sucht man eine wahre Käse-Rarität, dann muss man nach England reisen. Der White Stilton Gold und der Cheddar aus Wyke Champflower in Somerset sind nicht nur sehr selten, sondern auch sehr teuer: 300 bis 700 Euro zahlt man für ein Kilogramm der luxuriösen Käsesorten. Nicht ganz so luxuriös geht es bei der „Cooper's Hill Cheese-Rolling and Wake“ in der Grafschaft Gloucestershire zu: Junge Männer rennen, stolpern und fallen jährlich Ende Mai auf der Jagd nach einem Laib Gloucester-Käse einen Hügel hinunter. Was man nicht alles für guten Käse macht.



Das Essenzielle am Cornish Yarg ist sein leichter Brennnesselgeschmack und seine besondere Weißschimmelkultur.



Roter Leicestershire ist ein klassischer cheddarkäseartiger Käse, der mit Karotten- oder Rübensaft gefärbt wird.

LIFE



Der Mimolette sollte im 17. Jahrhundert den holländischen Edamer imitieren. Er schmeckt nussig-würzig bis salzig.



In die Mulde des Langes wird Champagner oder Marc de Champagne gefüllt, der dann in den Käseteig sickern kann.

Der Esquirrou Petit Ossau-Iraty ist ein Schnittkäse aus pasteurisierter Schafmilch.

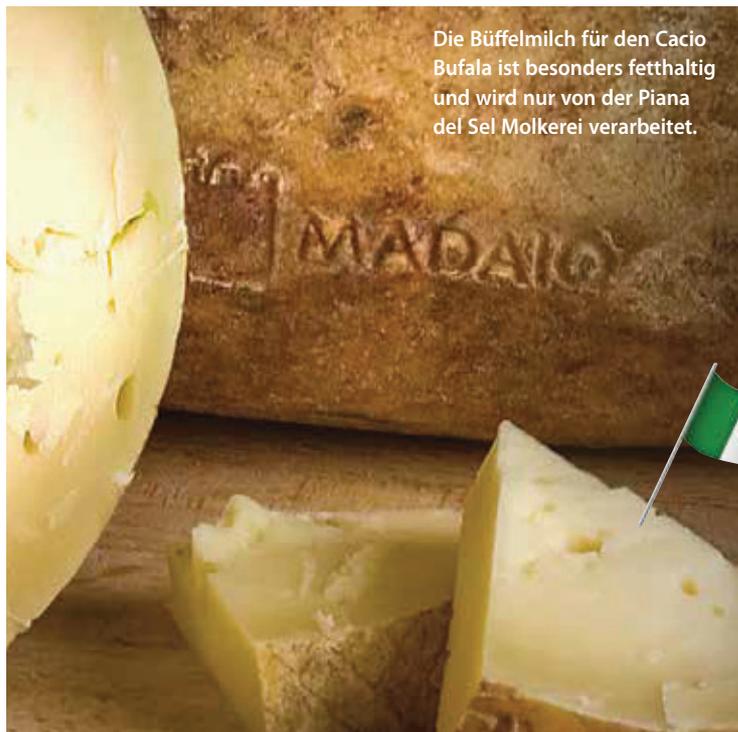


Frankreich

NUSSIG & BESCHWIPST

Mehr als 700 verschiedene französische Käsesorten gibt es. Der Epoisses gilt als eine der geruchsintensivsten Käsesorten der Welt und zählt daher zu den hochwertigsten Kuhmilch-Käsesorten von ganz Frankreich. Der Langres ist mit dem Epoisses verwandt, allerdings etwas milder und in der Textur eher wie Cheesecake. Der Selles-sur-Cher ist ein Ziegenrohmlchkäse von der Loire. Er reift traditionell in der Asche und zeichnet sich durch seine Cremigkeit und den nussig-süßlichen Geschmack aus. Und wie kann man es anders erwarten, belegt Frankreich derzeit Platz 1 in den World Cheese Awards mit einem Esquirrou der Mauléon Fromagerie.

FOTOS: ANONY / DVA PICTURE ALLIANCE / PICTUREBESK.COM, WESTENB1 / PICTUREBESK.COM, HERSTELLER, SMITH MARK EDWARD / AGF / PICTUREBESK.COM, FARNEN, COLOURBOX.DE



Die Büffelmilch für den Cacio Bufala ist besonders fetthaltig und wird nur von der Piana del Sel Molkerei verarbeitet.

Italien

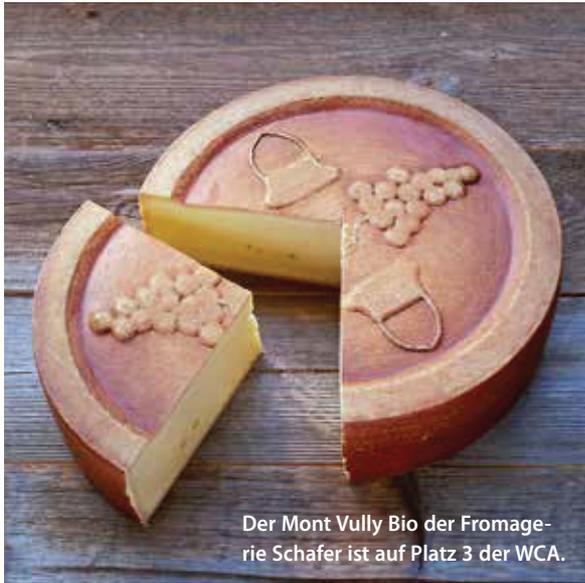
MILD & CREMIG

Auch Italien ist bekannt für seinen ausgezeichneten Käse und kann mit uralten Traditionen der Käseherstellung dienen. Der Cacio Bufala reift 8 bis 12 Monate in den Höhlen von Casa Madaio bei Eboli. Die hohen Qualitätsstandards bei seiner Herstellung und die Seltenheit seines Ursprungs rechtfertigen den Preis von bis zu 60 Euro pro Kilogramm. Auch besonders: Der Caciocavallo Podolico wird aus der Milch der Podolica-Rinder gewonnen, einer seltenen italienischen Rinderart, von der es nur noch 25.000 Exemplare gibt. Diese Tiere können nur zwischen Mai und Juni gemolken werden. Preis: 70 Euro pro Kilo.



Der Caciocavallo – „Pferdekäse“ – ist ein traditioneller südtalienischer Kuhmilchkäse und zeichnet sich durch seine birnenartige Form aus.

LIFE



Der Mont Vully Bio der Fromagerie Schafer ist auf Platz 3 der WCA.



Nur der echte Emmentaler ist aus der Region Emmental.

Der Greyerzer (franz. Le Gruyère) ist ein Hartkäse aus Kuhrohmlach und wird bereits seit Hunderten von Jahren in der Westschweiz hergestellt.



Der Blauschimmelkäse „Jersey Blue“ kostet 65 Euro pro Kilo.

Schweiz

HART & MILD

Die Schweiz ist weltberühmt für ihre Käsespezialitäten. Über 600 Sorten gibt es zu entdecken und darunter versteckt sich auch der eine oder andere Preisträger. Zum Beispiel der Mont Vully Bio der Fromagerie Schafer, der bei den diesjährigen World Cheese Awards auf Platz 3 gewählt wurde. Die Schweizer Gütesiegel AOP und IGP geben an, dass die Milch für den Käse und der Käse selbst in einer bestimmten Region und unter Einhaltung bestimmter Qualitätsstandards hergestellt wurde.

FOTOS: HERSTELLER; MOLANEN, MARI / FOODCOLLECTION / PICTUREBESK.COM; LESING STUDIO - FOOD PHOTO & VIDEO / FOODCOLLECTION / PICTUREBESK.COM; JOHNSON, HUGH / FOODCOLLECTION / PICTUREBESK.COM; POPULIS PALL / FOODCOLLECTION / PICTUREBESK.COM; RAPADO CASTRO, MIRIAM / FOODCOLLECTION / PICTUREBESK.COM; FAHREN, COLOURBOX.DE