

Schweiz

Der Kanton Uri in der Schweiz

Meistens wird die Lawinenschanke bereits im November dichtgemacht. Die Straße dahinter führt in steilen Serpentinaen zum Dörfchen Gwuest und zum Stausee auf fast 2000 Meter hinauf. Bis in den Mai rumpeln die weißen Massen ins Tal und versperren die Straße. Im Weiler Gwuest im Kanton Uri, unweit vom St. Gotthardt, überwintern nur 30 Personen.



Ins Tal kommen sie nur auf Skiern oder einmal die Woche mit der Pistenraupe.

Max Mattli und seine Frau Yolanda haben über 50 Ziegen, die sie jeden Morgen und Abend versorgen.



Noch immer produzieren sie einen Großteil ihrer Nahrungsmittel selber. Aus der Ziegenmilch wird im Sommer Käse gemacht und im Herbst werden einige Tiere geschlachtet. Ein Teil des Fleisches wird für den Eigenverbrauch eingefroren und der Rest wird zum traditionellen Trockenfleisch verarbeitet. Ein Standardgericht mit Trockenfleisch ist die Geißsuppe – eine Gemüsesuppe mit Ziegenfleisch, die auf der Göscheneralp noch viel gegessen wird.

Der Zusammenhalt der Mattli-Sippe ist nach wie vor groß. Konrad, Waldemar und Alice spielen oft in der Gasstube Karten. Sonntags kommen die Heimkehrer, die in der Woche unten im Tal arbeiten oder zur Schule gehen. Erst zum Gottesdienst und dann zum Stammtisch in Konrads Gaststube. Alice kocht dann für den Pfarrer den Sonntagsbraten. Auf der Göscheneralp ist das selbstverständlich eine Gemse, die von den Männern im Herbst geschossen wurde.

Äpler Makkaroni

Zutaten:

250 g Makkaroni,
4 mittelgroße, festkochende Kartoffeln,
1 Zwiebel,
150 g Emmentaler, gerieben



Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. In viel Salzwasser 5 min kochen, dann die Makka-



roni und 1 EL Öl hinzugeben und bißfest kochen. Zwiebeln in Ringe schneiden und mit Butter in der Pfanne bei kleiner Hitze anbräunen. Das Wasser von den gekochten Makkaroni/Kartoffeln abgießen. Einen Teil Makkaroni/Kartoffeln in einer Schüssel aufschichten, dann geriebenen Käse darüber streuen, dann die nächste Lage Makkaroni/Kartoffeln. Die angebräunten Zwiebeln oben drauf geben und heiß servieren.

Tip:

- Man kann das Gericht auch überbacken. Dazu am Schluß noch mal Käse über die Kartoffeln/Makkaroni/Zwiebeln und solange in den Backofen bis der Käse zerlaufen ist.

Weinschnitten

Zutaten:

8 mittelgroße Scheiben helles Brot,
¾ l Rotwein,
200 ml Wasser,
3 Zimtstangen,
1 TL Zimtpulver,
3 EL Zucker,
2 EL Butter



Wasser und Wein mit Zimt und Zucker aufkochen. 5-10 min kochen lassen. Das Brot mit Butter in der Pfanne bräunen, bis es knusprig ist. In eine große Schüssel geben und mit dem Wein einweichen. Zusammen mit den Äplermakkaroni servieren.

Tip:

- Hierfür kann man auch altbackenes Brot verwenden.

Geiß-Suppä

Fleischsuppe

Zutaten:

1 kg Ziegenfleisch,
Salz,
Pfeffer,
1 Lorbeerblatt,
2 Nelken,
1 Knoblauchzehe,
1 halbe Zwiebel,
Kartoffeln,
Bohnen,
Lauch,
Wurzeln,
Kohl



Für dieses Gericht eignet sich eine Mischung aus getrocknetem, eingesalzenem Ziegenfleisch sowie tiefgefrorenem (oder frischem) Ziegenfleisch. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, das Ziegenfleisch dazugeben und kurz aufkochen. Wasser abgießen und wieder frisch aufsetzen. Wenn das frische Wasser kocht, das Ziegenfleisch wieder hineingeben. Mit Salz, Pfeffer Lorbeerblatt und Nelken würzen. Die ausgepreßte Knoblauchzehe und die fein gehackte Zwiebel zugeben und das Fleisch so lange kochen, bis es gar ist. Je nach Alter der Ziege dauert dieses 1-3 h. Bei Bedarf von Zeit zu Zeit etwas Wasser dazugießen.

Nach ca. 1 h das Gemüse und die Kartoffeln hinzugeben und bis zum Ende mitkochen. Am Ende das Fleisch herausnehmen und die Suppe abschmecken. Das Fleisch kann mit der Suppe serviert werden oder erst die Suppe und dann das Fleisch mit den Kartoffeln.

Tip:

- Statt Ziegenfleisch kann man auch Lammfleisch nehmen.

Gampfeffer

Zutaten:

1 kg entbeintes Gamsfleisch vom Hals, Schenkel oder Brust der Gemse, Knochen,
Wurzelgemüse (Karotten, Petersilienwurzel, Sellerie),
Lauch,
Nelken,
Zwiebel,
Lorbeerblatt,
1 l Rotwein,
Salz, Pfeffer



Beize:

Das Gamsfleisch in Stücke schneiden (je nach Geschmack sollten die Stücke zwischen mundgerecht und faustgroß sein) und in einen Steinguttopf schichten. Mit Pfeffer und Salz würzen. Etwas von dem kleingeschnittenen Lauch und Wurzelgemüse dazugeben, sowie eine mit Nelken besteckte Zwiebel und ein Lorbeerblatt. Den Topf mit Rotwein auffüllen, so daß das Fleisch ganz bedeckt ist. 10 bis 14 Tage kühl ruhen lassen und eventuell Wein nachgeben, damit das Fleisch immer mit Rotwein bedeckt ist.

Tips:

- Die Beizezeit kann um die Hälfte verkürzt werden, wenn der Rotwein heiß dazugegeben wird.
- Sie können zusätzlich noch zwei kleine Tannenzweige mit einlegen, weil das den "Waldgeschmack" erhöht.

Zubereitung:

Nach dem Beizen das Fleisch am besten in trocknen Küchentüchern gut abtrocknen. Die Fleischstücke bei großer Hitze in Fett scharf anbraten. Mit der Beize ablöschen. Dann mit der Gemüsegarntur in einem verschlossenen Topf für ca. 2½ h schmoren. Wenn die Flüssigkeit zu stark verdampft noch Beize oder frischen Rotwein nachgießen.

Das Fleisch herausnehmen und das Gemüse von der Soße trennen. In einem extra topf eine dunkle Einbrenne herstellen: 1 Eßlöffel weißes Fett erhitzen. Darin 3 Eßlöffel Mehl anrösten bis das Mehl dunkel geworden ist. Dann mit kaltem Wasser ablöschen. Die Soße mit angebräuntem Mehl ein wenig binden und mit Salz, Pfeffer und Nelken würzen. Nochmals kurz aufkochen und dann den Topf von der flamme nehmen und mit Rahm verfeinern.

Serviert wird der Gampfeffer mit Spätzle, Rotkraut, gekochten Birnenhälften und Preiselbeeren.

Fastnachtsküchlein

Zutaten:

1k g Mehl,
2 Päckchen Vanillezucker,
½ TL Salz,
1,5 Tassen Kaffeerahm,
125 g Schweineschmalz,
3 Eier,
1 EL Kirsch,
1 Zitrone,
Fett oder Öl zum Ausbacken,
Puderzucker



Mehl, Vanillezucker und Salz vermischen. Eier schaumig schlagen. Kaffeerahm und Schweineschmalz lauwarm werden lassen und zusammen mit den verrührten Eiern zur Mehlmischung geben. Kirsch und Zitronensaft zugeben und zu einem geschmeidigen Teig kneten. Sofort verarbeiten! Kleine Stücke vom Teig abstechen und sehr dünn auf Mehl auswallen. Zu kleinen, ovalen Stücken in der Hand rollen und in einer Gußeisenpfanne in heißem Fett oder Öl ausbacken. Zum Schluß mit Puderzucker bestäuben.