

Glückliche Kühe
auf der Alm



Idyllischer Bregenzerwald Genuss-Urlaub auf dem Käsehof

Alle in ihrer Familie lieben Käse – Grund genug für unsere Autorin Lilo Solcher, sich mal selbst an Milch, Lab und Käse-Harfe zu wagen

Meine Kurzreise führt mich in den Bregenzerwald und direkt in die Natur – auf die Käsestraße. Sie windet sich vorbei an grünen Weiden mit glücklichen Kühen durch malerische Dörfer mit moderner Architektur.

Auch das Haus von Ingo Metzler in Egg kann sich sehen lassen. Der 38-jährige Vater von vier Söhnen eröffnete auf seinem Bauernhof eine Sennschule. Hier lernen Laien wie ich, in vier Stunden fünf Liter Milch in drei kleine Frischkäse zu verwandeln. Zuerst muss ich meine Milch im Topf auf 18 Grad erhitzen. Dann gebe ich Milchsäurebakterien zu. Nun heißt es rühren, bis die Milch auf 37 Grad erhitzt ist. Das dauert. Dabei er-

zählt Ingo, dass er mit seiner Familie 25 Hektar Grünland bewirtschaftet: mit 16 Milchkühen und 70 Milchziegen. Und täglich 1000 Liter Milch zu 20 Käsesorten verarbeitet. Ich erfahre, dass man für 100 Gramm Käse einen Liter Milch braucht – der Rest ist Molke. Zusammen mit einem Freund tüftelte Ingo aus, wie man aus Molke Kosmetika macht. Heute verkauft er 40 Molke-Produkte.

Endlich hat meine Milch die Soll-Temperatur erreicht. „Volle Konzentration“, befiehlt der Lehrmeister. „Das flüssige Lab abzählen – zwölf Tropfen – unditerrühren.“ Es klappt: Die Milch gerinnt, wird dicker und bekommt eine glänzende Oberfläche. „Schöner wird's nimmer“, sagt der Meister und gibt mir die Käse-Harfe im Mini-Format. Das Gerät mit feinen Drähten zerteilt die eingedickte Milch. Es entsteht Bruch. Den fische ich aus dem Kessel und presse ihn in runde Gefäße. Der Käse nimmt Form an. Aus Kräutern und

Gewürzen bastle ich mir meine eigene Mischung zusammen und verpacke zwei der Käselaibe damit. Der Käse bleibt Natur. „Schmeckt mit Kartoffeln zu Tomaten oder mit Honig und Nüssen“, verrät mir Ingo. Die drei Stunden darf ich mit nach Hause nehmen und dazu ein Diplom, das mir „ausgezeichneten Erfolg“ in der 1. Sennschule der Käsestraße bescheinigt.

Bald herrscht auf der Käsestraße Hochkonjunktur. Bis Ende Oktober wird der „Käse-Herbst“ gefeiert. Auf Vieh- und Bauernmärkten – natürlich mit viel Käse. ●



So ein Käseteller belohnt für die Anstrengungen

Romantisch:
Die Sonne
versinkt über
dem nahe
gelegenen
Bodensee



Enzian und Silberdistel:
Diese seltenen Heilpflanzen
wachsen in der Region

Anreise & Unterkunft



Anreise: Mit dem ICE, InterCity-Zug oder dem EuroCity-Zug nach Bregenz

Infos: Sennschule Metzler
(www.molkeprodukte.com):
Tel.: 00 43/055 12/30 44
Käsestraße (www.kaesestrasse.at):
Tel.: 00 43/055 13/428 70-41

Pauschale Das Kennenlern-Paket mit 3 Übernachtungen auf dem Sennhof inkl. Halbpension, Gästecard und einer kulinarischen Tageswanderung pro Person im DZ ab 200 Euro

Zeit	Sonne/ Tag	Temp. Luft	Regen- tag
Sept. – Nov.	5 Std.	20–8 °C	8 Tag
Dez. – Feb.	3 Std.	–3–6 °C	8 Tag
März – Mai	6 Std.	11–21 °C	10 Tag
Juni – Aug.	7 Std.	23–25 °C	13 Tag

Alles für die Frau



Hier macht Wandern richtig Spaß

Wie aus einem „Heidi“-Roman:
Saftig-grün sind die Wiesen im
Bregenzerwald



◀ Meister Ingo Metzler prüft, ob die Temperatur fürs Käsen stimmt

▼ Unsere Autorin Lilo Solcher freut sich über ihren Erfolg beim Käsen



Urig: Die traditionellen Wohnhäuser sind liebevoll mit Blumen-Arrangements geschmückt

