

**Auf entlegenen Alpen ist die Ernährung auch heute noch oft einfach und stützt sich auf das am Platz Vorhandene. Früher war dies weitem die Regel. Demgegenüber hat sich eine sogenannte Alpen-Küche etabliert, die den Gourmets das Ursprüngliche in moderner Form zelebriert.**

Als Gegenpol zu unserem zivilisierten Leben träumen viele von Alphütten-Romantik an einsamen Orten; darin eingeschlossen die spartanische Ernährung. Wer unter Such-Begriffen wie Alpen- oder Alpine Küche Wesentliches über die Kost der Äpler zu erfahren hofft, wird auf andere Fährten geleitet. Losgelöst von den Bergen entwickeln Gaststätten und Spitzenköche kultartig neue Menü-Kreationen, ja es gibt gar Alpen-Küchen-Festivals. Arme-Leute-Speisen salonfähig gewandelt sprechen selbst eingefleischte Gourmets an!

#### **MILCH UND NOCHMALS MILCH**

Die Besiedlung des Alpenraums wie die temporäre Nutzung von Alpweiden begann vor Jahrhunderten. Inzwischen hat vielerorts die Erschliessung geändert. Strassen und Seilbahnen führen zu Weilern und Alphütten, Elektrizität ist ohne Freileitungen möglich. Damit einher geht eine Komfort-Aufrüstung in allen Bereichen. Nur auf entlegenen einfachen Hütten herrschen noch Zustände wie anno dazumal: Auf Selbstversorgung abgestellt basierte

die Kost hauptsächlich auf Milch, Rahm und ihren konservierten Formen Käse und Butter, ergänzt mit zugeführten Lebensmitteln.

#### **ÜBER DIE ALPEN VERKNÜPFT**

Auch die Entwicklung von Kulturpflanzen und der alpenquerende Handel sind Jahrhunderte alt. Vermutlich haben die Römer die Kastanie aus Kleinasien zur Alpennordseite gebracht. In der Poebene wird seit 500 Jahren Reis angebaut. Aus dem Alpenraum wurden Vieh, Käse und anderes nach Italien exportiert und im Gegenzug unter anderem Reis eingeführt. Auch Teigwaren haben eine lange Geschichte, sind in der Schweiz aber erst seit etwa 150 Jahren populär, als italienische Tunnel-Arbeiter unter anderem die Maccaroni verbreiteten. Mais und Kartoffeln waren ursprünglich nicht heimisch, wurden aber im Lauf der Zeit für geeignete Lagen des Berggebietes gezüchtet.

#### **ALPEN-OPTIMIERTE LEBENSMITTEL**

All diesen Lebensmitteln ist gemein, dass sie sich im Alpegebiet optimal

eignen. Sie sind gut zu transportieren, haben lange Haltbarkeit und grossen Nährwert, sind mit Milchprodukten zu feinen Gerichten kombinierbar. Stellvertretendes Beispiel die weit verbreiteten Äplermagronen. Gewisse Spezialitäten wiederum haben sich regional entwickelt und zur heute geschätzten Tessiner-, Südtiroler- oder Bündner-Küche geführt.

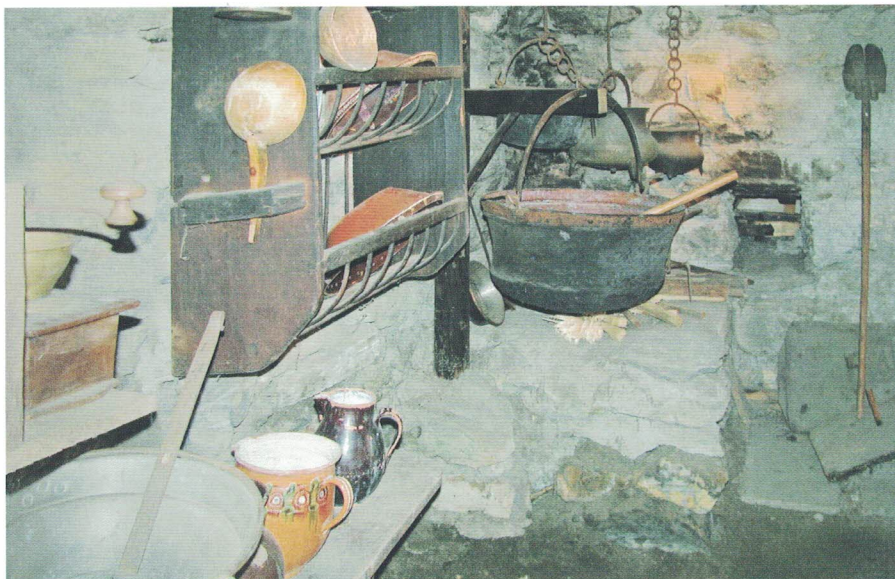
#### **WAS HEISST WIE WO?**

Die Dialekte der Schweiz unterscheiden sich teils stark, sind mit kurios anmutenden, schwerer oder leichter ableitbaren Wörtern durchsetzt. Gleich verhält es sich mit der Bezeichnung von Gerichten, die regional je anders lauten können. Etwa die aus omeletteartigem Teig hergestellte Chratzete, anderswo Chohlermues oder Äplerspiis genannt. Fenz oder Stunggewerni verstehen nur Vertraute, währenddem Äplermagronen schweizweit ein Begriff sind. Die Namens-Herkunft der im 18. Jh. entstandenen Bündner Capuns ist nicht klar; russischer Einfluss aus der Suworow-Zeit wird nicht ausgeschlossen.

#### **SPEZIALFALL NUSSTORTE**

Das Nachwort zur Nachspeise: Die Engadiner Nusstorte zeigt, dass nicht alle Alpen-Kulinarik auf dem Leben der Äpler fusst. Ihre Entstehung hat viel mit der Emigration von Bündner Zuckerbäckern zu tun. Die Baumüsse haben sie kaum in ihrer Heimat, eher an ihrem neuen Wirkungsort angetroffen. Und für den Siegeszug der Delikatesse waren die Touristen massgebend. Die weite Welt macht nicht Halt vor den Alpen – «en Guete»! ■

Mehr zum Thema:  
[www.sac-zug.ch/kultur](http://www.sac-zug.ch/kultur)



Küche eines alten Walserhauses im Safiental (GR); Safier Heimatmuseum Camanaboda