

Schweizer Familie

www.schweizerfamilie.ch

Nr. 27
7. Juli 2011
Fr. 4.90 € 3.50



100 Seiten ganz in

MÄRCHENWELT

Michel Roggo
fotografiert das Reich
der Fische

SEITE 12

GRÜN

Nr. 6

DER ÖKO-VISIONÄR
INTERVIEW MIT HANS
RUDOLF HERREN
SEITE 28

GRÜNES GOLD
PFLANZLICHE ÖLE
HALTEN UNS FIT
SEITE 86

WILDES WALLIS
WANDERN IM TAL
VON DERBORENCE
SEITE 72



Das Molkebad neben der Käserei am Seealpsee. Die Holzbeige schützt vor fremden Blicken.

Molkebad auf der Alp – eine Wohltat für Körper und Geist

Das Schönste nach dem Wandern ist ein entspannendes Bad. Schöner ist nur noch: Ein Bad während des Wanderns. Und zwar in Molke, wie **bei der Käserei am Seealpsee**. Am allerschönsten aber ist es, wenn es dazu noch regnet.

Text **Denise Jeitziner** Fotos **Daniel Ammann**

Wie Kleopatra in der Wanne, denke ich. So ähnlich muss sie sich gefühlt haben, die ägyptische Herrscherin, als sie vor mehr als 2000 Jahren in ihrem Schönheitselixier, in Eselsmilch, gebadet hatte. Crémig weich und

wohlig warm fühlt sie sich an, duftet leicht süsslich, enthält Vitamine und Mineralstoffe und fast kein Fett und soll bei Hautproblemen helfen. Kleopatras Jungbrunnen stammte zwar von Eseln, meiner bloss von Kühen. Und sie badete in Ägypten, und

ich bade ob Wasserauen AI beim grünblauen Seealpsee. Sie blickte auf Pyramiden, und ich blicke auf den Säntis.

Zum Vergeuden zu schade Molke, das ist die Flüssigkeit, die beim Käsen übrig bleibt. Bei den

über tausend Litern Milch, die Hans und Daniela Gmünder täglich zu rund 100 Kilo Käse verarbeiten, kommt einiges an Molke zusammen. «Zum Vergeuden viel zu schade», dachte sich der 42-jährige Senn und überlegte sich, dass die vornehm- ▶▶



Auch die Ziegen wollen gemolken sein.

men Leute Ende des 18. Jahrhunderts in Molke badeten. Und schon war seine Geschäftsidee geboren. «Als Bauer muss man innovativ sein», sagt Hans, «vom Jammern gibts schliesslich keine Zinsen.» Seither wartet nun jeden Sommermorgen ab halb elf eine Wanne voll reiner Molke auf die Wanderer.

Die Kunst des KäSENS

Um diese Zeit sind Hans und Daniela Gmünder schon längst auf den Beinen. Jeden Morgen um halb fünf klingelt der Wecker: Die achtzehn Kühe und siebzehn Ziegen wollen gemolken werden. Nach und nach bringen fünf weitere Sennen

Seealpsee AI

Anreise: Mit den SBB nach Gossau, dann mit den Appenzeller Bahnen nach Wasser-auen. Rund 50-minütige Wanderung hinauf zur Sennerei beim Seealpsee.

Alternative: Seilbahn auf die Ebenalp, von dort rund 90-minütige Wanderung hinunter zum Seealpsee.

Molkebad: 45 Fr. (1 Person), 80 Fr. (2 Personen), 100 Fr. (3 Personen), 10 Fr. (Kinder); Getränk, Stück Alpkäse und

ihre Milch in Gmünders Käse-rei. Bald wird es heiss im Raum mit den zwei kupfernen Käse-kesseln, die Fenster sind schnell beschlagen.

Käsereibesichtigung inklusive. Dauer unbegrenzt. Badekleidung nicht obligato-risch, Badetuch wenn möglich mitnehmen.

Reservierung empfohlen:

079 441 22 73 oder 077 468 04 90.

www.seealpchaes.ch

Öffnungszeiten: Juni bis August täglich ab 10.30 Uhr bis zum Abend.

Allgemeine Infos: www.appenzell.ch

Auf exakt 31,5 Grad wird die Milch erhitzt, danach sorgen eine Bakterienkultur und Lab dafür, dass die Milch gerinnt und zu Käse werden kann. Nun wird der Kessel für die grossen Käselai-be auf 42 Grad erhitzt, auf 37 Grad jener für die kleinen Mutschli. Diese bekommen heute eine Chi-li-Note, morgen wird es vielleicht Knoblauch, Bärlauch, Schnit-lauch oder Kümmel sein. Sogar Hanfkäse hatte der Appenzeller schon im Angebot. «Nein, er macht nicht high», antwortet er lächelnd, bevor ich fragen kann. Sobald der Käse fest ist, zieht Hans ihn mit einem grossen Tuch heraus, zerteilt ihn und presst ihn in runde Formen. Im Kessel zu-rück bleibt nur die 42 Grad war-me Molke, die gleich nach draus-sen in die Wanne fliesst. Hier



Die Mutschli gibt es auch mit einer Chili-Note.

Die Käser vom Seealpsee: Daniela und Hans Gmünder.

sitzen wir nun, die Molke fast bis zum Kinn. Eine halbe Stunde ist schon um und das Bad noch fast so warm wie zuvor. Ist die Wanne zugedeckt, bleibt die Molke bis zum Abend warm. Wir lauschen dem Geläut der Geissen und Kühe, betrachten die umliegen-den Felsen und merken, dass sich der Himmel verdüstert hat.

Am gemütlichsten bei Regen

Gmünders Appenzellerhündin bellt, und das Echo bellt zurück. «Ist euch noch warm genug?», fragt Daniela, die uns Apfelsaft und Schokolade zur Wanne bringt. Das ja, aber was, wenn es zu regnen beginnt? Oder – schlimmer noch – zu blitzen? Keine Sorge, wenn der Blitz irgendwo einschlägt, dann sicher nicht hier, sondern vorne in den Seealpsee. «Und sowieso – wenn es regnet, ist es in der Molke-wanne so richtig schön.» Minuten später prasseln grosse Tropfen auf uns herab. Uns küm-mert dies wenig in der warmen, weichen Molke. Wir steigen erst aus der Wanne, wenn die nächste halbe Stunde um ist – oder auch später.

Bereits erschienene Weekend-tipsps finden Sie unter

www.schweizerfamilie.ch/weekendtipp

ANZEIGE

Kulinarische E-Bike-Tour

«Esse, luege, fahre, gnüsse» ist das Motto dieser Tour. Entdecken Sie die feinen Spezialitäten, kulturelle Höhepunkte und phantastische Aussichten. Die Gastronomen ver-wöhnen Sie unterwegs mit einem Appenzeller Menü, welches Sie an einem Ort oder auch von Gasthaus zu Gasthaus, von Gang zu Gang geniessen können.

Weekend Tipp

3 Übernachtungen im ****-Hotel, inkl. Frühstück, «Kulinarische E-Bike-Tour» und der Appenzeller Ferienkarte.

CHF 410.- pro Person im DZ
Sönd willkomm!



Appenzellerland Tourismus AI
CH-9050 Appenzell
Tel. +41 (0)71 788 96 41
info@appenzell.ch
www.appenzell.info



Schweiz Tourismus
MySwitzerland.com

