Die Schweiz hat **26 Kantone**. Sie bilden gemeinsam die Schweizerische Eidgenossenschaft und haben jeweils eine eigene Verfassung, ein Parlament und eine Regierung.

Kanton	Kürzel	Kanton	Kürzel
Aargau	AG	Nidwalden	NW
Appenzell Ausserrhoden	AR	Obwalden	OW
Appenzell Innerrhoden	AI	Schaffhausen	SH
Basel-Landschaft	BL	Schwyz	SZ
Basel-Stadt	BS	Solothurn	SO
Bern	BE	St. Gallen	SG
Freiburg	FR	Tessin	TI
Genf	GE	Thurgau	TG
Glarus	GL	Uri	UR
Graubünden	GR	Waadt	VD
Jura	JU	Wallis	VS
Luzern	LU	Zug	ZG
Neuenburg	NE	Zürich	ZH

Die vier **Landessprachen** sind Deutsch, Französisch, Italienisch und Rätoromanisch. **Bern ist die Bundesstadt** und Sitz von Bundesrat und Parlament.

Käsesorten. Der Geschmack variiert je nach Reifezeit.

Emmentaler AOP 	Ursprünglich Emmental, Bern	Mild, nussig, leicht süßlich; gereift würziger
Le Gruyère AOP	Westschweiz	Fruchtig und nussig; gereift kräftig-würzig
Appenzeller	Ostschweiz	Würzig bis sehr kräftig, mit Kräuternote
Raclette du Valais AOP	Wallis	Milchig, aromatisch und würzig
Sbrinz AOP 	Zentralschweiz	Kräftig, salzig-würzig und nussig
Tête de Moine AOP	Berner Jura und Jura	Aromatisch, würzig, leicht pilzig
Vacherin Fribourgeois AOP  	Freiburg	Mild bis kräftig, leicht säuerlich
Vacherin Mont-d'Or AOP	Waadtländer Jura	Cremig, würzig, mit holzigen Noten
Schweizer Tilsiter	Vor allem Ostschweiz	Mild-säuerlich bis pikant und kräftig
Schweizer Alpkäse, hier Glarner Alpkäse  AOP	Verschiedene Alpenregionen	Häufig blumig, kräuterartig und nussig; gereift kräftig

Geplant und veranstaltet im Rahmen des Bürgervereins Sasel-Poppenbüttel von:
Günther Quaas und Anke Polenz

KULINARISCHE EUROPAREISE



Station 8: Schweiz

Restaurant: Speisekai

Isekai 12





Die **schweizerische Küche** ist regional vielfältig und von der deutschen, französischen und italienischen Küche geprägt. Typisch sind bodenständige Gerichte mit Käse, Kartoffeln, Milchprodukten und saisonalen Zutaten.

- **Käsegerichte:** Fondue besteht aus geschmolzenem Käse, in den man Brot taucht. Bei Raclette wird geschmolzener Käse meist mit Kartoffeln, Essiggurken und Silberzwiebeln serviert.
- **Kartoffelgerichte:** Rösti, ein knusprig gebratener Fladen aus geraffelten Kartoffeln, gehört zu den bekanntesten Spezialitäten.
- **Regionale Klassiker:** Zürcher Geschnetzeltes mit Kalbfleisch und Rahmsauce, Berner Platte mit Fleisch und Würsten sowie Bündner Capuns – in Mangoldblätter gewickelter Spätzliteig.
- **Italienischer Einfluss im Tessin:** Hier sind Polenta und Risotto verbreitet.
- **Brot und Süßes:** Butterzopf, Birchermüesli, Bündner Nusstorte und Schweizer Schokolade sind besonders bekannt.

Insgesamt verbindet die Schweizer Küche **bäuerliche und alpine Traditionen mit den Einflüssen ihrer Nachbarländer**. Eine einzige einheitliche Landesküche gibt es daher kaum; jede Region hat ihre eigenen Spezialitäten.

Raclettegeräte und Fonduepfannen dienen zur Zubereitung zweier typischer Schweizer Käsegerichte:

	Raclettegerät	Fonduepfanne
Zubereitung	Käse wird durch direkte Hitze geschmolzen.	Eine Käsemischung wird gemeinsam erhitzt und warm gehalten.
Ausstattung	Tischgeräte haben kleine Pfännchen; traditionelle Geräte erhitzen die Schnittfläche eines halben Käselaibs.	Die Pfanne heißt **Caquelon** und steht auf einem **Rechaud**, einem kleinen Tischkocher.
Verwendung	Geschmolzenen Käse über gekochte Kartoffeln geben; dazu Essiggurken und Silberzwiebeln reichen.	Brotstücke auf lange Fonduegabeln stecken und in den Käse tauchen.

Ein Caquelon für Käsefondue besteht häufig aus Keramik oder emailliertem Gusseisen. Für Fleischfondue mit heißem Öl oder Brühe verwendet man einen dafür geeigneten Metalltop

Fondue-Caquelon



Rechaud

Bircher Benner Müsli

Maximilian Oskar Bircher-Benner (1867–1939) war ein Schweizer Arzt und Ernährungsreformer aus Aarau. Er setzte sich für eine Ernährung mit viel pflanzlicher Rohkost ein und leitete eine Klinik in Zürich. Deutsche Biographie

Um **1900 entwickelte er das Birchermüesli**. In seinem Sanatorium „Lebendige Kraft“ wurde es als leicht bekömmliches **Abendessen** serviert. Ursprünglich stand der frisch geriebene Apfel im Mittelpunkt; Haferflocken waren nur eine kleine Zugabe. **Bircher-Benner-Müesli**, meist **Birchermüesli** genannt, ist eine Schweizer Speise aus eingeweichten Haferflocken, frisch geriebenem Apfel, Zitronensaft und Nüssen. Es wurde vom Schweizer Arzt Maximilian Bircher-Benner um 1900 bekannt gemacht.

Für eine Portion nach dem ursprünglichen Vorbild:

1 EL Haferflocken über Nacht in etwa 3 EL Wasser einweichen.
1 EL Zitronensaft und 1 EL gezuckerte Kondensmilch unterrühren.
Einen großen Apfel mit Schale frisch hineinreiben.
Mit 1 EL geriebenen Nüssen bestreuen und gleich servieren.
Heute verwendet man häufig Joghurt oder Milch und ergänzt Beeren oder andere Früchte. Im ursprünglichen Müesli stand der **frische Apfel** im Mittelpunkt.

