

Factsheet Was ist Halbhartkäse?



Produktebeschreibung:

- Halbhartkäse ist ein Labkäse mit einer durchschnittlichen Reifungszeit von zwischen zwei und sechs Monaten.
- Sein Teig ist fester als jener von Weichkäse, aber weicher als jener von Hartkäse.
- Je nach Lagerdauer hat er einen milden bis rezenten Geschmack.
- Halbhartkäse gibt es in vier verschiedenen Fettgehaltsstufen:
 - Rahmkäse mit mindestens 55 % Fett i. Tr. (z. B. Rahmtilsiter)
 - Vollfettkäse mit mindestens 45 % Fett i. Tr. (z. B. Appenzeller)
 - Viertelfettkäse mit mindestens 15 % Fett i. Tr. (z. B. Tilsiter, Appenzeller)
 - Magerkäse mit weniger als 15 % Fett i. Tr. (z. B. Entlebucher Magerkäse)

Sorten:

- Verschiedene Fettgehaltsstufen (siehe Nährwerte)
- Aus Rohmilch oder pasteurisierter Milch
- Typische Sorten: Raclette, Appenzeller, Tilsiter, Tête de Moine AOC, Vacherin Fribourgeois AOC, Bündner Bergkäse, Mutschli



Historisches:

- Archäologische Funde lassen auf die Käseproduktion bereits in der Mittelsteinzeit schliessen.
- Erste schriftliche Zeugnisse für die Käseherstellung stammen von ca. 3000 v. Chr. aus dem mesopotamischen Raum.
- Im Mittelalter wurde die Kunst des KäSENS vor allem in den Klöstern weiterentwickelt.
- Ein Halbhartkäse, der aus dieser Zeit stammt, ist der Appenzeller (urkundlich belegt seit 1282).
- 1999 wurde das Qualitätszeichen AOC (Appellation d'Origine Contrôlée) ins Leben gerufen. Das Ursprungszeichen bietet Gewähr, dass die Qualitätsprodukte im Ursprungsgebiet erzeugt, verarbeitet und veredelt wurden.

Herstellung:

- Herstellung aus pasteurisierter Milch oder Rohmilch.
- Milch wird erwärmt.
- Lab bringt die Milch zum Gerinnen.
- Das Käsekörner-Sirten-Gemisch wird mit einer Käseharfe in mittelgrosse Stücke zerschnitten.
- Der Bruch (Eiweiss) wird erwärmt, die Käsekörner geben Molke ab. Anschliessend Auspressen der Molke.
- Das Salzbad entzieht dem Käse noch mehr Flüssigkeit.
- Je nach Sorte wird der Käse weiterbehandelt (geschmiert).
- Reifungszeit zwischen zwei und sechs Monaten.



Haltbarkeit:

- Bei kühler Lagerung und gut verpackt ca. zwei Wochen.
- Das Verbrauchsdatum steht auf der Verpackung.

Verwendung:

- Halbhartkäse passt zu einer Vielzahl von warmen und kalten Gerichten :
 - Raclette und Fondue (z. B. Vacherin fribourgeois AOC)
 - Zu Gemüse und Kartoffeln
 - Für Käseschnitten
 - Auf Sandwiches und belegten Broten
 - Zu Salaten
 - Als Apéro, Dessert oder Zwischenverpflegung

3 am Tag:

- Milch und Milchprodukte aus Vollmilch liefern wertvolles Kalzium und Vitamin D, beides wichtig für starke Knochen und gesunde Zähne.
- 3 Portionen Milch und Milchprodukte pro Tag decken zwei Drittel des Kalziumbedarfs.

Gesundheit:

- Halbhartkäse enthält viele Nährstoffe, die der Körper täglich braucht. Insbesondere wertvolles Milcheiweiss, leicht verdauliches Milchfett, die Vitamine A, B2, B12 und D sowie Kalzium.
- Er enthält Milchzucker nur noch in Spuren und eignet sich daher auch für Personen mit Laktoseintoleranz.
- Halbhartkäse sind empfehlenswert für Lacto-Vegetarier.

