

Ziegenkäse, Schafskäse

Lebensmittel der Woche



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION



LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete



© BIO AUSTRIA

Ziegenkäse, Schafskäse

Lebensmittel der Woche



Allgemeines

Ziegen- und Schafskäse unterscheiden sich in ihrem Geschmack und auch in ihrer Konsistenz von Kuhmilchkäse. Sie werden als Weich- oder Frischkäse hergestellt. Da die Milch von Schafen und Ziegen weniger Carotin enthalten ist, ist Käse daraus weißlicher. Es gibt die unterschiedlichsten Variationen von eingelegtem Ziegen- oder Schafskäse über speziellen Camembert bis hin zu Feta und Grillkäse.



Herkunft und Geschichte

Wie sich aus Grabbeigaben und bildlichen Darstellungen erkennen lässt, wurde Schafs- und Ziegenkäse schon vor 7000 Jahren in Mesopotamien und Ägypten hergestellt. In Europa wird er seit ca. 3000 Jahren erzeugt und ist bei uns richtig beliebt geworden, nachdem die Gastarbeiter ihn vor ca. 50 Jahren aus Griechenland mitgebracht haben. Seither erfreut er sich immer größerer Beliebtheit.

Bio-Besonderheiten

In der Tierhaltung

Ziegen sind anspruchsvolle Herdentiere. Sie brauchen viel Platz und haben eine Hierarchie

Wussten Sie, dass

- Bio-Ziegen Klettermöglichkeiten haben müssen, damit sie ihren Drang zu Klettern ausleben können?
- Aus 1000 g Milch nur ca. 250 g Käse hergestellt wird?
- Sich der Fettgehalt von Schafsmilch im Laufe des Jahres von 4,5% zu 12% Fett verändert?
- Ziegenmilch Muttermilch sehr ähnlich ist?

innerhalb der Herde. Sie müssen sich ausweichen können, da es Sympathien sowie Antipathien innerhalb der Gruppe geben kann. Sie brauchen Möglichkeiten zum Klettern. Für Schafe ist es wichtig, eigene Schlafmöglichkeiten zu haben, da sie immer am selben Platz schlafen.

Böcke beginnen zu decken, wenn die Nächte länger und kühler werden (September bis

Oktober), je nachdem wie die Böcke zu den Weibchen gelassen werden. Diese sind fünf Monate trächtig und im Januar und Februar kommen die Kitze/Lämmer zur Welt. Dies geschieht sehr unkompliziert. Einen Monat vor der Geburt werden die Tiere nicht mehr gemolken. Im Bio Landbau werden Kitze und Lämmer mindestens 45 Tage von ihren Müttern gesäugt. Je länger sie gesäugt werden, desto gesünder und größer werden sie.

In der Verarbeitung

Nach dem Melken wird die Ziegen- und Schafsmilch abgeseiht. Um aus Milch Käse zu machen, werden Käsekulturen zugesetzt. Daraus entsteht Frischkäse. Durch verschiedene Verfahren entstehen verschiedene Käsesorten. Bio-Ziegenkäse und Bio-Schafskäse werden meistens zu Frischkäse verarbeitet. Es gibt jedoch auch Camembert und Hartkäse. Weitere Variationen sind eingelegte Ziegenkäsebällchen oder Schafskäsestücke in Olivenöl.

Ziegenkäse, Schafskäse

Lebensmittel der Woche



Bio-Facts

- Bio-Schafe und -Ziegen bekommen nur Bio-Heu und Bio-Luzerne vom eigenen Hof oder von Biobauern aus der Umgebung zu fressen.
- Bio-Ziegen -Schafe müssen immer Auslauf ins Freie haben.
- Bio-Schafe -Ziegen sind Herdentiere und müssen daher in Gruppen gehalten werden.



Blattspinat mit Schafskäse (2 Portionen)

Bio-Zutaten

400 g Blattspinat tiefgekühlt oder frisch
200 g Schafskäse
2 Knoblauchzehen
4 Cocktail Tomaten
Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung

Den Blattspinat in einer Pfanne dünsten. Den Knoblauch in Scheiben schneiden und hinzu fügen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskatnuss würzen. Sobald der Spinat weich ist die gewürfelten Cocktailtomaten dazu fügen und den würfelig geschnittenen Schafskäse unter rühren. So lange weiter dünsten bis der Käse den gewünschten Grad der Schmelze erreicht hat. Kann als Vorspeise serviert werden. Man kann dieses Gemisch auch als Fülle für einen Spinatstrudel verwenden.



Schinkenspeck gefüllt mit Ziegenkäse (2 Portionen)

Bio-Zutaten

150 g Ziegenkäse (Natur oder mit Kräutern)
80 g Schinkenspeck
3-5 Cocktailtomaten
Olivenöl

Als Beilage: Frisches Weißbrot

Zubereitung

Die Cocktailtomaten in Hälften schneiden und mit der angeschnittenen Seite nach oben in eine kleine Auflaufform geben. Etwas Olivenöl darüber träufeln. Den Schinkenspeck mit dem Ziegenkäse füllen und einrollen. Die gefüllten Rollen auf die Tomaten legen und das Ganze im vorgeheizte Backrohr bei 180 – 200 Grad für ca. 15 Minuten erwärmen. Wenn der Speck leicht braun und der Käse geschmolzen ist, servieren. Schmeckt sehr gut mit frischem Weißbrot als Beilage.