

Charakteristika

Was ist Käse?

Käse ist ein Milcherzeugnis, das in der Schweiz in 450 Sorten produziert wird. Die verschiedenen Käse unterscheiden sich bezüglich:

Milchart

Für die Käseherstellung wird hauptsächlich Kuhmilch eingesetzt. Der Anteil an Käse aus Schafs- oder Ziegenmilch ist in der Schweiz sehr gering. In anderen Ländern wird zudem auch Büffel-, Kamel- oder Jakmilch für die Käseproduktion verwendet.

Je nach Käsesorte und Herstellungsprozess wird Rohmilch oder pasteurisierte Milch verwendet: Für Hartkäse wird «silofreie» Rohmilch (d.h. keine Silagefütterung im Winter) verwendet. Für Halbhartkäse wird pasteurisierte Milch oder Rohmilch verkäst. Weich- und Frischkäse werden in der Regel aus pasteurisierter Milch gefertigt. Die verwendete Milch kann aus konventioneller, integrierter oder biologischer Produktion stammen. IP- und Bio-Produkte sind in der Regel auf der Verpackung deklariert.

Fettgehalt

Im Käse ist Fett in Form allerfeinster Fettkügelchen vorhanden und kann nur durch unsachgemässe Lagerung teilweise ausschmelzen. Es ist international üblich, den Fettgehalt des Käses in Prozenten der Trockenmasse anzugeben (F.i.T.). Dieses Verhältnis von Fett zu Trockensubstanz ist konstant und unabhängig vom Wassergehalt, der sich je nach Alter des Käses durch Verdunstung verändert. Wenn z.B. 48% F.i.T. ausgewiesen werden, enthält der Hartkäse absolut gesehen ungefähr 31% Milchfett, 36% Wasser sowie 33% Eiweiss und Mineralstoffe.

Käse wird in folgenden Fettgehaltstufen produziert:

- Doppelrahmkäse (mindestens 65% F.i.T.)
- Rahmkäse (55%)
- Vollfettkäse (45%)
- Dreiviertelfettkäse (35%)
- Halbfettkäse (25%)
- Viertelfettkäse (15%)
- Magerkäse (weniger als 15%)

Gerinnungsart

Käse entsteht entweder durch Lab- oder Säuregerinnung. Mit Lab werden alle Extrahart-, Hart- und Halbhartkäse-Sorten hergestellt. Frischkäse wie Quark oder Hüttenkäse entstehen durch eine kombinierte Lab- und Säuregerinnung.

Wassergehalt

Der Wassergehalt bestimmt weitgehend Konsistenz, Haltbarkeit und Aussehen des Käses und beeinflusst indirekt auch seinen Geschmack.

Käse kann nach dem Wassergehalt in verschiedene Kategorien eingeteilt werden. Den höchsten Wassergehalt weist Frischkäse auf, gefolgt von Weichkäse und Halbhartkäse. Extrahart- und Hartkäse enthalten am wenigsten Wasser.



Reifungsart

Käse kann auf zwei unterschiedliche Arten reifen:

- Von innen nach aussen wie die meisten Hartkäse (z.B. Emmentaler, Sbrinz usw.)
- Von aussen nach innen wie bei Rotschmierkäse (z.B. Appenzeller) oder Weisseschimmelkäse (z.B. Camembert).
(Ausnahme: Bei Blauschimmelkäse (z.B. Roquefort) vollziehen sich beide Reifungsarten gleichzeitig.)

Alle Käsearten werden abhängig von ihrer Reifezeit und ihrem Wassergehalt in die Kategorien Frisch-, Weich-, Halbhart-, Hart- oder Extrahartkäse eingeteilt. Während Frischkäse keiner Reifung bedarf, dauert die Reifezeit von Weichkäse mindestens 1 bis 3 Wochen. Halbhartkäse reift mehrere Monate, Hartkäse bis zu einem Jahr, Extrahartkäse sogar bis zu drei Jahren.

Aroma

Geruch und Geschmack bestimmen zwar das ausdrucksvolle Aroma eines Käses. Sein ganzer Charakter wird aber erst auf der Zunge spürbar. Die verschiedenen Käse sind unendlich vielfältig im Aroma: Das Spektrum reicht von mild, aromatisch, reif, würzig bis zu rezent und kräftig.

Woraus ist Käse?

Jeder Käse setzt sich aus folgenden Inhaltsstoffen zusammen:

Eiweiss

Eiweiss, auch Protein genannt, besteht aus verschiedenen Aminosäuren. Von den notwendigen Aminosäuren kann der menschliche Organismus nur zehn selber aufbauen; die übrigen essentiellen Aminosäuren dagegen müssen dem Körper durch die Nahrung zugeführt werden. 40% bis 50% des Tagesbedarfs muss durch tierisches Eiweiss (Käse, Milch, Eier, Fleisch, Fisch usw.) gedeckt werden. Käse ist besonders reich an Proteinen.

Milchfett (vgl. oben Fettgehalt)

Wasser (vgl. oben Wassergehalt)

Mineralstoffe

Mineralstoffe nimmt der Körper ausschliesslich über die Nahrungszufuhr auf. Auch Käse versorgt den Körper mit Mineralstoffen, besonders mit Kalzium und Phosphor. Beides sind wichtige Aufbaustoffe, vor allem für Knochen und Zähne. Das Kalzium ist unerlässlich zur Einleitung der Blutgerinnung, zur Aufrechterhaltung der normalen indirekten Muskelregbarkeit und zur Abdichtung der Kapillarwände und Zellmembranen.

Vitamine

Käse enthält verschiedene wasserlösliche Vitamine des B-Komplexes und ist besonders reich an fettlöslichen Vitaminen wie A, D, E und K sowie des Provitamins A (Karotin). Letzteres verleiht dem Käse und auch der Butter die charakteristische gelbe Farbe.

