Waldstätterweg
Lernen unterwegs

Primarstufe

ThemenTour 5:
Gaumenschmaus & Marktgeschrei – Kulinarische Innerschweiz

zeitensprung
Geschichte erleben

Impressum

Titel

Waldstätterweg. Lernen unterwegs. Unterrichtsmaterialien zur Tourismus- und Agrargeschichte der Innerschweiz für die Primarstufe.
ThemenTour 5: Gaumenschmaus & Marktgeschrei – Kulinarische Innerschweiz

Online unter www.waldstaetterweg.ch/lernen-unterwegs

Herausgeberin

Albert Koechlin Stiftung Luzern

Autorin

Andrea Huwyler-Bachmann, lic. phil. I, Historikerin, Museumspädagogin und Primarlehrerin, zeitensprung gmbh – Geschichte erleben, Luzern

Titelfotografie

Christian Perret, © Luzern Tourismus

Layout

Arno Affentranger, Schmid Riedmann & Partner AG, Werbeagentur BSW, Luzern

ALBERT
KOECHLIN
STIFTUNG

© Albert Koechlin Stiftung, Luzern 2015

Inhalt

Einführung Lehrpersonen

Einführungstext zum Thema 4

Didaktische Hinweise 11
Inhaltliche Zielsetzungen, Lehrplanbezüge

Hinweise zur Exkursion 13
Route und Zeitbedarf

Weiterführende Informationen
Literatur und Internet 13

Vorbereitung im Unterricht

Mutter Erde & Innerschweizer Wurzeln
- Lehrpersonen Dossier 14
- Arbeitsblatt 1: Man ist, was man isst! 18

Handel & fremde Einflüsse
- Lehrpersonen Dossier 23
- Arbeitsblatt 2: Von der Selbstversorgung zur Globalisierung 27
- Arbeitsblatt 3: Luzern – Handelsstadt an der Gotthardroute 30

Typische Produkte der Innerschweizer Landwirtschaft
- Lehrpersonen Dossier 36
- Arbeitsblatt 4: Milch & Milchprodukte 42
- Arbeitsblatt 5: Getreide & Kartoffeln 47
- Arbeitsblatt 6: Fleisch 50
- Arbeitsblatt 7: Fisch 53
- Arbeitsblatt 8: Obst & Gemüse 56

Exkursion

Stadt & Land Luzern
- Lehrpersonen Dossier 59
- Arbeitsblatt 9: Markttag in Luzern – ein Postenlauf 62

Nachbereitung im Unterricht

Kochen für Gäste
- Lehrpersonen Dossier 74
- Arbeitsblatt 10.1: Lozärner Läbchueche 75
- Arbeitsblatt 10.2: Nidwaldner Ofätori 77
- Arbeitsblatt 10.3: Obwaldner Zigerchrapfe 79
- Arbeitsblatt 10.4: Schwyzer Chässoppe 81
- Arbeitsblatt 10.5: Ürner Hafechabis 83

Einführungstext zum Thema «Kulinarische Innerschweiz»

«Man ist, was man isst.» *Dieses bekannte Sprichwort bringt zum Ausdruck, dass unsere Ess- und Trinkgewohnheiten in starkem Masse unser Selbstverständnis, nicht selten sogar unsere Werte wie auch unsere gesamte Lebenseinstellung widerspiegeln. In unseren Essgewohnheiten und –sitten kommt etwas von unserer Identität zum Ausdruck. Verschiedene Gesellschaften und Kulturen haben jeweils ihre eigenen Nahrungsmittel. Häufig ist auch der Verzehr dieser Nahrungsmittel von eigenen Zeremonien begleitet. Dabei muss man sich aber bewusst sein, dass Ernährungsgewohnheiten keineswegs eine statische Angelegenheit sind, sondern über eine historische Dimension verfügen und einem ständigen Wandel unterworfen sind. Ebenso spielt die gesellschaftliche Stellung der einzelnen Personen respektive Bevölkerungsschichten eine wichtige Rolle für die Ernährungsgewohnheiten. So standen beispielsweise bis vor noch nicht so langer Zeit Haustiere wie Katzen oder Hunde, speziell auch in der Innerschweiz, auf dem Speisezettel einzelner Bevölkerungsschichten.*[1]

Mutter Erde & Innerschweizer Wurzeln

Nahrungsaufnahme ist für den Menschen überlebenswichtig. Ohne Nahrung stirbt er. Grundlage für das, was der Mensch isst, ist der Boden auf dem die Nahrung wächst. Wo hat der Mensch also seine Wurzeln? Wo lebt er? Wie sieht die Landschaft dort aus und wie ist das Klima? Was gibt der Boden an Nahrungsmitteln her? Der Boden ist also die Ausgangslage dafür, was auf den Tisch kommt.

Geologische Grossregionen: Mittelland, Voralpen und Alpen

Die Innerschweiz gehört zu zwei geologischen Grossregionen. Während die Grenzen des Kantons Luzern zu einem grossen Teil durch das Mittelland verlaufen, sind die anderen Innerschweizer Kantone, also Ob- und Nidwalden, Schwyz und Uri, in den sogenannten Voralpen und Alpen gelegen.

Agrarzonen: Kornland, Hirtenland und Feldgraszone

Mit dem Wechsel der Landwirtschaft von der Selbstversorgung zur Produktespezialisierung im Hochmittalter konnte man die Innerschweiz zusätzlich in sogenannte Agrarzonen einteilen. Bis etwa in die Zeit um 1900, als in der Schweiz die Industrialisierung mit neuen Maschinen, Produkten und Transportmitteln die Landwirtschaft massgeblich beeinflusste, waren diese Agrarzonen quasi deckungsgleich mit den geologischen Grosslandschaften: Das heisst, dass im Mittelland das sogenannte Kornland lag und in den Alpen das Hirtenland. Dazwischen, in den Voralpen, lag die Feldgraszone. Ein besonders mildes Klima herrscht bis heute an der Luzerner Riviera rund um die beiden Orte Vitznau und Weggis.

---

[1] Der ganze Abschnitt ist ein Zitat aus dem Artikel Ernährungsgeschichte des Kantons Schwyz – eine Einführung von Oliver Landolt. In: Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Band 101 der Schwyzer Hefte, Hrsg. Kulturkommission Kanton Schwyz, Einsiedeln 2014, S. 9.
Es sei hier erwähnt, dass sich sowohl die Lehrpersonen Dossiers, also auch die Arbeitsblätter für die Schülerinnen und Schüler dieser *ThemenTour 5 – Kulinarische Innerschweiz* sehr auf die oben erwähnte Broschüre stützen. Sowohl inhaltlich als auch von Aufbau her hat sich die Verfasserin, Andrea Huwyler-Bachmann, stark an diese Vorlage gehalten und teilweise auch ganze Passagen wörtlich übernommen.

Handelswege & fremde Einflüsse

Während die Lerneinheit 1 vor allem den fixen Faktor *Geografie* bearbeitet (Lage, Landschaft, Boden, Klima), versucht die Lerneinheit 2 den verändernden Faktor *Geschichte* (Handel, Verkehr, Markt) zum Thema zu nehmen und bietet einen Überblick über die Ernährungsgeschichte der Innerschweiz von der Selbstversorgung zur Globalisierung.

Selbstversorgung: Abhängig von der Natur

Von der Jungsteinzeit bis ins Hochmittelalter unterlag das Anbauen verschiedenster Pflanzen und das Halten von Haustieren der Laune der Natur: Trockenheit, Überschwemmungen oder Ungeziefer, die ganze Ernten vernichteten oder das Vieh verhungern liessen, quälten die damaligen Menschen. Ausserdem waren die Leute den Jahreszeiten unterworfen: in der ersten Jahreshälfte mangelte es an Esswaren, da nichts geerntet werden konnte und die Vorräte langsam zur Neige gingen. In der zweiten Jahreshälfte herrschte dank der Ernte im Herbst und den Schlachtungen im Winter Überfluss, so dass man sogar Nahrungsmittel einlagern konnte. Methoden zum Haltbarmachen der Esswaren waren vor allem das Trocknen oder Dörren von Früchten, das Räuchern, Einsalzen oder Verwursten von Fleisch sowie das Verarbeiten von Milch zu Käse.

Handel über die Alpen bringt neue Lebensmittel

Um 1200 wurde der Gotthardpass für den Handel geöffnet und damit lag die Innerschweiz plötzlich direkt am grossen Nord-Süd-Handelsweg. Die Eröffnung solcher neuer Handelswege, das Wachstum der Bevölkerung und eine grössere Nachfrage nach Lebensmittel in den Städten waren wichtige Gründe, warum sich die Bauern der Innerschweizer Kantone im 13. Jahrhundert auf die Produktion bestimmter Lebensmittel spezialisierten. So setzten die Landwirte des Hirtenlandes nur noch auf Viehzucht und Käseproduktion und jene aus dem Kornland bauten quasi ausschliesslich Getreide an. Die Bauern aus dem Hirtenland trieben Handel mit dem Vieh und importierten im Gegenzug einen grossen Teil des benötigten Getreides aus dem Kornland, aber auch Salz und Wein aus dem Ausland. Entsprechend wurde Brot aus Kostengründen nur selten, Milchspeisen und Käse dagegen häufig gegessen. Ebenfalls auf dem Speisezettel standen wilde Nüsse und Beeren, Pilze, Gemüse und Obst (im Winter vor allem gedörrtes und eingemachtes), die reicheren Bauern konnten sich wohl auch regelmässig Fleisch leisten; ebenso die teuren ausländischen Gewürze. Getrunken wurde Milch, Wasser und – wenigstens in den Obstregionen – Most. Im Kanton Uri profitierten einige wenige reiche Bauern von diesen Änderungen. Viele landlose Kleinbauern verdienten sich oft als Saumknechte im Gotthardtransit etwas dazu.

Entdecker und Söldner bringen Kartoffeln, Zucker und Kaffee

Ab dem 16. Jahrhundert erweiterten Lebensmittel den Innerschweizer Speisezettel, welche von den ersten Seefahrern und Entdeckern aus Amerika oder anderen Kontinenten nach Europa gebracht wurden. Söldner nahmen diese dann bei ihrer Heimkehr mit in die Innerschweiz. Dazu gehörten Kartoffeln, Zucker, Mais, Tomaten, Kakao, Schwarztee oder Kaffee. Solche exotischen Lebensmittel konnten sich vorerst nur die Angehörigen der Oberschicht leisten. Erst seit dem 19. Jahrhundert waren sie auch in ärmeren Haushalten verfügbar. Die Kartoffel ersetzte an manchen Orten das Brot, denn Getreide war sehr teuer.

Industrialisierung bringt Konservendosen und Pulversuppen
Gegen Ende des 19. Jahrhunderts veränderte die Industrialisierung die Ernährungsgewohnheiten der Innerschweizer wesentlich. Durch die Einführung von Maschinen, die Erfindung des Kunstdüngers und die Züchtung neuer Rassen konnten auf gleich viel Land mehr Ertrag erwirtschaftet werden. Ausserdem gelangte billigere Nahrung aus dem Ausland mit den neuen Transportmitteln Eisenbahn und Dampfschiff in die Innerschweiz. Von der Nahrungsmittelindustrie kamen vorgefertigte Lebensmittel wie Teigwaren, Konservendosen und Pulversuppen auf den Markt, die viel länger haltbar und immer verfügbar waren.
Eine markante Änderung erfuhr der Schwyzer Viehexport nach Italien mit der Eröffnung der Gotthardbahn 1882. Wo früher die Tiere jeweils im Herbst in langen Fussmärschen herdenweise über den Pass nach Süden begleitet werden mussten, konnten sie nun das ganze Jahr über in die Eisenbahn verladen und verschickt werden.

Heute kauft man Bio-Produkte, isst vegetarisch oder zählt Kalorien
In Industrieländern wie der Schweiz gibt es heute kaum mehr Einschränkungen, was die Verfügbarkeit von Lebensmitteln betrifft. Die Abhängigkeit von den Jahreszeiten wird durch die Möglichkeit von schnellen und billigen Transporten über die ganze Welt komplett ausgehebelt. Hinzu kommt, dass Nahrung billiger geworden ist und Missernten dank den modernen Lagerungs- und Konservierungsmöglichkeiten nicht mehr dieselben verheerenden Folgen haben wir vor der Industrialisierung. Selbst Gewürze wie Pfeffer, Safran und Zucker sind mittlerweile für jeden erschwinglich, was vor wenigen hundert Jahren noch nicht der Fall war.
Nahrung muss bei uns nicht nur satt machen, sondern auch hohen ethischen und ästhetischen Ansprüchen genügen: Man isst nicht mehr nur um zu überleben, sondern auch um zu geniessen. Nicht selten verbindet man mit der Nahrung auch eine Weltanschauung – Vegetarier etwa verzichten nicht auf Fleisch, weil keines zu kaufen wäre, sondern weil sie es aus ethischen Gründen ablehnen. Ausserdem prüft man die Lebensmittel nicht selten auf Kalorien, um der Fettleibigkeit entgegen zu wirken, oder auf Produktionsbedingungen und kauft Bio-Produkte.

Luzern – Handelsstadt an der Gotthardroute

Am Beispiel der Stadt Luzern, welche nach der Eröffnung des Gotthardpasses zur wichtigsten Markt- und Handelsstadt der Innerschweiz wurde, soll die wirtschaftliche Entwicklung der Region und die Auswirkungen der fremden Einflüsse auf die Innerschweizer Ess- und Trinkgewohnheiten vertieft und erläutert werden.

Luzerns gute Lage am Wasser
Der wichtigste Grund für Luzerns wirtschaftlichen Erfolg nach 1200 ist die Lage der Stadt am Wasser, da die Güter in früheren Jahren am einfachsten mit Segelschiffen und Ruderbooten transportiert werden konnten. Die Strassen im Mittelalter und der vormodernen Zeit waren holprig und die Reise mühsam und zeitaufwändig. Ausserdem lauerten überall Gefahren, nicht zuletzt bei den Wegelagerern, welche Transporte überfielen und ausraubten. Die Stadt Luzern liegt am nördlichen Ende des Vierwaldstättersees und war somit übers Wasser mit den anderen Innerschweizer Kantonen verbunden. Über die Grenzen der Eidgenossenschaft hinaus fanden die Güter vor allem Verbreitung über die Gotthardroute, welche weiter unten genauer beschrieben wird. Ebenso günstig war die Lage der Stadt am Fluss. Da wo die Reuss den See auf ein paar hundert Metern noch als ruhig dahingleitender Fluss verlässt, war ein geeigneter Ort um Brücken zu bauen. Schon im Mittelalter spannten sich drei Holzbrücken über die Reuss: die Spreuerbrücke, die Reussbrücke und die Kapellbrücke. Die Reussbrücke ist die älteste. Sie

wurde 1168 an der schmalsten Stelle der Reuss gebaut und diente den Marktfahrerinnen und Marktfahrern als Zugang zu den Marktplätzen in der Altstadt.

Internationaler Handelsplatz an der Gotthardroute
Anfänglich wurden auf dem Luzerner Markt nur einheimische Produkte aus der näheren Umgebung verkauft. Mit der Eröffnung des Gotthardpasses um 1200 stieg der Verkehr von und nach Italien über die Alpen aber rasch an. Die Güter wurden mit Saumtieren über die Berge und mit Nauen über den See nach Luzern transportiert. Hier wurden sie umgeladen auf Flussschiffe oder Fuhrwerke und Richtung Basel und andere nördliche Länder weitertransportiert. Dieser Umschlag erfolgte bis 1545 bei den Arkaden am «Platz», etwa dort wo sich heute die Jesuitenkirche befindet. Später wurde er auf den Kapellplatz verschoben, wo die Stadt die Sust als Lagerhaus für alle Transitgüter errichtete.
Bis ins Jahr 1882, als die Stadt mit der neuen Gotthard-Eisenbahn umfahren werden konnte, war Luzern ein wichtiger Handelsplatz im Nord-Süd-Verkehr. Es entstanden Märkte und Messen, und auch die wichtigsten Zölle wurden hier erhoben und brachten der Stadt grosse Geldeinnahmen.
Importiert wurde vor allem Getreide aus dem Kornland der Eidgenossenschaft und aus weiter nördlich gelegenen Gebieten. Aus derselben Richtung kamen auch Salz und Wein aus dem Elsass auf den Markt. Der Süden belieferte Luzern mit all den Köstlichkeiten, die Italien und der Orient anboten, darunter schöne Stoffe und natürlich die begehrten Gewürze, welche die Luzerner Spezialitäten so «fremdländisch» machen. So gehören in die typische Luzerner Lebkuchen-Gewürzmischung Zimt, Anis, Sternanis, Nelken, Koriander und Ingwer. Parallel dazu stieg der Export von Innerschweizer Vieh und Käse nach Oberitalien, aber auch nach Zürich, Basel und weiter ins Elsass.

Frisches aus der Region für den städtischen Markt
Aber nicht nur der Fernhandel spielte eine Rolle: Luzern wurde auch zum zentralen Markt am Schnittpunkt zwischen dem Kornland im Norden und dem Feldgras- und Hirtenland rund um den Vierwaldstättersee im Süden der Eidgenossenschaft. Je mehr in den anderen Innerschweizer Kantonen die Viehzucht vorzuherrschen begann, umso stärker waren die Bauern auf den Getreide- und Salzmarkt in der Stadt Luzern angewiesen, wo sie umgekehrt ihre Produkte – vor allem Butter, Ziger, Käse und Vieh – anboten.
Stansstad entwickelte sich im 13. Jahrhundert dank dem aufkommenden Fernhandel mit Italien zu einem wichtigen, befestigten Umschlagplatz für den Güterverkehr über den Vierwaldstättersee. Der Export von Hartkäse (Sbrinz), Butter und Kühen prägte die Nidwaldner Landwirtschaft bis ins 20. Jahrhundert.

Typische Produkte der Innerschweizer Landwirtschaft

Die Lerneinheit 3 bietet eine Produkte-Werkstatt zu fünf verschiedenen, typischen Innerschweizer Produkten oder Produktegruppen: Milch & Milchprodukte, Getreide & Kartoffeln, Fleisch, Fisch und Obst & Gemüse. Beim Bearbeiten der Arbeitsblätter stossen die Schülerinnen und Schüler auf Vieles, das sie in den vorherigen Lerneinheiten bereits gelernt haben. Gleichzeitig erfahren sie aber auch Neues, das mit dem letzten Faktor *Kultur & Religion* (Glaube, Werte, Gesellschaftsschicht) im Zusammenhang steht.

Milch & Milchprodukte
Die Innerschweizer Bevölkerung lebte vor der Industrialisierung in den Alpen- und Voralpengebieten hauptsächlich von Milch und Milchprodukten. Seit dem frühen 16. Jahrhundert stellte man im Engelberg Tal (OW) einen fetten Hartkäse her, der noch heute unter dem Namen Sbrinz bekannt ist. Eine bedeutende Rolle spielte dabei auch das Kloster Engelberg. Im Sommer wurden hier jeweils 9–10'000 Käse gelagert, bis sie im Herbst in Fässer verpackt über den Brünig- oder Jochpass, Grimsel und Griesspass nach Italien transportiert wurden. Der Sbrinz-Transport brachte den Bergbauern ein bisschen Wohlstand und erlaubte zudem den Import von bescheidenen Mengen Reis und Wein.
Mit der Entdeckung von Vitaminen und Nährstoffen in der Zeit nach 1900 unterteilte man die Lebensmittel in «gesund» und «ungesund». Als besonders gesund galt die Milch, welche von den Kühen in den Bergen und den von ihnen gefressenen Gräsern und Kräutern quasi als Medizin gegen die Krankheiten der Stadt-und Fabrikmenschen empfunden wurde. So boten verschiedene Gasthäuser und Hotels in der Innerschweiz den noblen Gästen aus dem Ausland Milchkuren an.

Getreide & Kartoffel
In der Innerschweiz wurde nur im Luzerner Kornland grossflächig Getreide angebaut. Die Alpenkantone spezialisierten sich schon früh auf Viehhaltung. Trotzdem stand Brot und Mus drei bis vier Mal täglich auf dem Speiseplan, so dass sich die Innerschweizerinnen und Innerschweizer auf dem Markt in Luzern und die Schwyzer teilweise auf dem Markt in Zürich eindecken mussten. Bei Missernten und Kriegen war man auf die Kornkammern im Schwabenland, Elsass und der Lombardei angewiesen. Die Getreideeinkäufe wurden in öffentlichen Lagerhäusern (den Susten) deponiert und später zu den Kornhäusern transportiert, wo sie als Notvorrat gelagert wurden.

Mühlen, welche mit Wasserkraft betrieben wurden und Getreide oder andere Produkte (z.B. Gewürze) mahlten, waren begehrte Betriebe. Sie waren meistens im Besitz von Reichen, nicht selten von Klöstern. Zu den Mühlbetrieben gehörten oftmals Bäckereien. Für die Brotherstellung war Dinkel (auch Korn genannt) die am weitesten verbreitete und verwendete Getreidesorte. Feines Weissbrot, aus sehr fein gemahlenem Getreide, war eine sogenannte «Herrenspeise». In den Haushalten des normalen Fussvolkes wurden gröbere Brotsorten verbraucht.

Ab dem 16. Jahrhundert erweiterten Lebensmittel den Innerschweizer Speisezettel, welche von Entdeckern wie Christoph Kolumbus aus Amerika oder anderen Kontinenten nach Europa gebracht wurden. Söldner nahmen diese dann bei ihrer Heimkehr mit in die Innerschweiz. Dazu gehörten Kartoffeln, Zucker, Mais, Tomaten, Kakao, Schwarztee oder Kaffee. Solche exotischen Lebensmittel konnten sich vorerst nur die Angehörigen der Oberschicht leisten, erst seit dem 19. Jahrhundert sind sie auch in ärmeren Haushalten verfügbar. Die Kartoffel wurde nach 1750 zur beliebten Speise der Armen, denn sie war nicht sehr teuer und konnte fast überall angepflanzt werden. Volkstümlich nannte man sie auch «Heiland der Armen». Sie ersetzte vielerorts das Brot.

Sogar in Friedenszeiten musste die Schweiz Lebensmittel aus dem Ausland importieren. Deshalb schnitten die beiden Weltkriege, als die Grenzen geschlossen und die Nahrungsmittel kaum oder dann zu viel höheren Preisen eingeführt werden mussten, tief in den Alltag der Bevölkerung ein. Auf Grund der Erfahrungen während des Ersten Weltkriegs, traf man vor dem Ausbruch des Zweiten Weltkrieges besondere Massnahmen. Einen Höhepunkt erlebte dieser neue Kurs mit der sogenannten «Anbauschlacht» nach einem Plan des späteren Bundesrates Friedrich Traugott Wahlen: Es wurde die Anbaufläche quasi verdoppelt und die Kartoffelernte nahezu verdreifacht.

Fleisch
Schon früh in der Geschichte der Innerschweiz wurde der Fleischbedarf der Menschen über das Schlachten von Haustieren gedeckt. Als erste mussten wohl Hausschweine dran glauben. Fleisch war auch im Mittelalter wichtiger Teil der Nahrung, wobei sich nur vermögende Leute frisches Fleisch leisten konnten. Das gewöhnliche Volk ass wohl vor allem gedörrtes Schaf- oder Ziegenfleisch. Seit dem Spätmittelalter kam auch der Pferdehaltung grössere Bedeutung zu. Über die Landesgrenzen hinaus bekannt waren insbesondere die «cavalli della Madonna» aus der Pferdezucht des Klosters Einsiedeln (SZ), deren Qualitäten als Schlachtrosse besonders geschätzt wurden.
Im Hochmittelalter stellten die Bauern von Selbstversorgung auf Produktespezialisierung um. Alle Innerschweizer Kantone konzentrierten sich ab diesem Zeitpunkt auf die Viehwirtschaft. Es wurde mit Rindern, Fleisch- und Milchprodukten gehandelt. Wichtig waren vor allem die Viehtransporte über die Alpen nach Norditalien. Eine zentrale Rolle in der Züchtung von grösseren Viehrassen spielte dabei der Kanton Schwyz. Seit dem Mittelalter hat hier auch das Kloster Einsiedeln die Finger im Spiel.
Heute soll Fleisch nicht einfach nur ernähren, sondern auch höchste Anspruche an Qualität, Umweltverträglichkeit und Tierschutz erfüllen. Einheimisches Fleisch wird zum Beispiel unter den Labels Bio oder IP verkauft. Es entscheiden sich auch viele Menschen kein Fleisch mehr zu essen, aus Rücksicht auf die Tiere oder aus anderen ethisch-religiösen Gründen.

Fisch
Die Fischerei ist neben der Jagd und der Sammelwirtschaft eine der ältesten menschlichen Tätigkeiten zur Deckung des Nahrungsbedarfs. Auch bei der Nahrungsversorgung der Innerschweizer Bevölkerung vor der Industrialisierung spielte die Fischerei eine nicht zu unterschätzende Rolle. Inwieweit der Fisch für die Bewohner der Seegemeinden eine alltägliche und frei zugängliche Nahrung war, ist ungewiss. Zumindest ist bekannt, dass es für die Anwohner des Luzerner Teils des Vierwaldstättersees verboten war, entlang des Ufers mit der Rute zu fischen. Die Fischfangrechte gehörten nämlich bis fast 200 Meter weit in den See hinaus den Klöstern und der Stadt Luzern. Nur die offene See stand allen Fischern zur Nutzung offen. Die Fischer aus dem Volk erhielten von den Klöstern oder der Stadt teilweise die Fischfangrechte übertragen, aber sie mussten dafür einen Teil ihres Fanges abgeben.

Auf dem Markt in Luzern boten die Fischer gemäss dem Bericht von Johann Leopold Cysat um 1661 jeweils freitags und samstags mehr als 20 verschiedene Fischarten an wie Aale, Alet, Albeli, Balchen, Barsche, Brachsmen, Edelfische, Egli, Felchen, Forellen, Hasel, Hechte, Karpfen, Lachse, Rotten, Schleien, Trüschen und Weissfische. Um eine ausreichende und preisgünstige Versorgung mit Fisch zu gewährleisten, mussten die Fischer ihren Fang auf dem lokalen Markt anbieten, bevor sie ihn in andere Städte ausführen durften. Heute leben ca. 30 Fischarten im Vierwaldstättersee, die sich natürlich fortpflanzen.

Im Mittelalter und der Frühen Neuzeit waren etwa ein Drittel aller Tage eines Jahres Fastentage, an denen weder Fleisch, noch Eier- und Milchspeisen genossen werden durften. So durfte zwischen Aschenmittwoch und Ostersonntag, vor Weihnachten und andern Festtagen nur eine volle Mahlzeit pro Tag und zwei kleine Stärkungen eingenommen werden. In der Innerschweiz rund um den Vierwaldstättersee war Fisch als Fastenspeise begehrt. Wenn es sich die Leute leisten konnten, kam importierter Meeresfisch (Stockfisch und Salzhering aus der Nord- und Ostsee) auf den Tisch. Daneben waren Krebse, Schnecken, Schildkröten, Frösche und Muscheln erlaubt. Ebenso zählte man Enten, Gänse, Biber und Fischotter als im Wasser lebende Tiere zur Fastennahrung.

Obst & Gemüse
Erste Gemüse- und Obstlieferungen aus Weggis und Umgebung zum Luzerner Wochenmarkt sind bereits für das Mittelalter belegt. Jeweils am Dienstag und Samstag ruderten die Weggiser Marktleute die Produkte ihrer Gärten und Wiesen mit Nauen von zwei Tonnen Tragkraft zum städtischen Markt am Reussufer in der Stadt Luzern. Den Wasserweg benützte man auch noch im 20. Jahrhundert mit motorbetriebenen Transportschiffen, bis der Nauenbetrieb zwischen Weggis und Luzern 1974 eingestellt wurde. Seither beliefern die Weggiser Gemüse- und Obstproduzenten die Stadt Luzern über den Landweg.

Obst war Lieferant für Vitamine und Mineralstoffe in einer ansonsten eher fleisch- und milchproduktelastigen Ernährung der Innerschweizer Bevölkerung. Wo Getreide selten und teuer war, wurden Birnen, Zwetschgen und Nüsse zu Brei gemischt und zum Strecken des Brotteigs genutzt. Daraus entwickelten sich später die Birnweggen und das Birnbrot. Die Menschen aus der Innerschweiz sammelten einen grossen Teil der Früchte in der Natur, vor allem Beeren und Haselnüsse, aber auch Baumfrüchte. Daneben wurden Baumgärten angelegt, in denen Obstbäume angepflanzt und veredelt wurden.

Das Obst wurde eingesammelt, gerüstet, getrocknet oder unter Zugabe von Honig oder Zucker zu Mus, Kompott, Gelee oder Konfitüre eingekocht. Ein Grossteil der Früchte wurde auch gedörrt. Dörrobst, die sogenannten «Schnitze», diente auch als Brot- und Kartoffelersatz, als kleine Zwischenmahlzeit oder Vorrat für den Frühling. Als Frischobst verzehrte man vor allem Äpfel. Ein weiterer Teil der Obsternte wurde zu Schnaps gebrannt oder zu Obstsaft gemostet. In beiden Fällen verwendete man das qualitativ schlechtere Obst.

Stadt & Land Luzern: Markttag in Luzern – ein Postenlauf

Die Exkursion der Klasse führt in den Kanton Luzern und steht unter dem Titel *Stadt und Land Luzern*. «Begleitet» werden die Schülerinnen und Schüler von einer fiktiven Weggiser Marktfrau, welche ihre Produkte in der Sonnenstube am Vierwaldstättersee angepflanzt und geerntet hat, sowie mit der Naue zum mittelalterlichen städtischen Markt Unter der Egg zum Verkauf ruderte. Am Vormittag soll ein Postenlauf Fragen rund um diesen mittelalterlichen Markttag in Luzern aufwerfen. Dabei ist der Transfer der historischen Erkenntnisse aus dem vorbereitenden Unterricht wichtig, aber auch das Orientieren anhand des alten Martiniplanes aus dem Jahre 1597 in der heutigen Stadt an der Reuss. Der Nachmittag wird mit einer Reise an den Wohnort der Weggiser Marktfrau und einer Wanderung von Weggis nach Greppen abgerundet und soll die Abhängigkeit der Städter von den Bauern und umgekehrt verdeutlichen.

Kochen für Gäste

Sinnlicher und genussvoller Abschluss der ThemenTour 5 *Gaumenschmaus & Marktgeschrei – Kulinarische Innerschweiz* bildet das Organisieren und Durchführen eines Innerschweizer Festes. Quasi in der Tradition der mittelalterlichen Innerschweizer Fasnachten, den Festen vor der Fasnachtszeit, soll die Klasse Gäste einladen, Lebensmittel einkaufen, Tische decken und dekorieren, nach typischen Rezepten kochen und die Eingeladenen bedienen. Dabei soll das Gericht durch einen Kurzvortrag von zwei Minuten zur jeweiligen Besonderheit begleitet sein.

Didaktische Hinweise zur ThemenTour 5

Inhaltliche Zielsetzungen – Lehrplanbezüge

Der inhaltliche Fokus liegt auf der Region der Innerschweiz (Luzern, Ob- und Nidwalden, Uri und Schwyz)

- Agrargeschichte in der Zentralschweiz
- Zusammenhänge Wirtschaftliche Entwicklung der Schweiz, Agrargeschichte und Ernährung in der Innerschweiz
- Produkte und Rezepte: Zusammenhang zwischen fixen Faktoren wie die Bodenbeschaffenheit, die Landschaft und das Klima (Geografie) und verändernden Faktoren wie der aufkommende Handel, die neuen Transportmittel und die Industrie (Geschichte), welche zusammen mit der Kultur & Religion die Ernährung in der Innerschweiz bestimm(t)en.

Lehrplan 21, 2. Zyklus Primarstufe – Lehrplanbezug und Lernziele

Themenschwerpunkte:

NMG 5 Technische Entwicklungen und Umsetzungen erschliessen, einschätzen und anwenden

- die Bedeutung von technischen Entwicklungen von Geräten und Anlagen für das Leben im Alltag heute erkennen und einschätzen
- technische Anwendungen von früher und heute vergleichen, einordnen und einschätzen, was sich dadurch im Alltag für die Menschen und die Umwelt verändert hat

NMG 6 Arbeit, Produktion und Konsum – Situationen erschliessen

- die Produktion und den Weg von Gütern, sowie Arbeitsprozesse beschreiben
- Tauschbeziehungen untersuchen und einfache wirtschaftliche Regeln erkennen
- die Rahmenbedingungen von Konsum wahrnehmen sowie über die Verwendung von Gütern nachdenken

NMG 7 Lebensweisen und Lebensräume von Menschen erschliessen und vergleichen

- unterschiedliche Lebensweisen beschreiben und erkennen, was Menschen ihre Herkunft und Zugehörigkeiten bedeuten
- Formen des Unterwegs-Seins von Menschen, Gütern und Nachrichten erkunden sowie Nutzen und Folgen des Unterwegs-Sein für Mensch und Umwelt abschätzen

Überblick über die Materialien

ThemenTour 5: Gaumenschmaus & Marktgeschrei		
Einteilung/ Zeitaufwand	**Lehrperson**	**Schülerinnen und Schüler**
Vorbereitung im Unterricht **10.5 Lektionen** 2 Lektionen 2 Lektionen 6 Lektionen 0.5 Lektion	*LP organisiert Arbeit an 4 Themen „Kulinarik“* Lehrpersonen Dossiers zur Vorbereitung ○ **Thema 1: Innerschweizer Wurzeln** Lehrpersonen Dossier: Lerneinheit 1 ○ **Thema 2: Handel & fremde Einflüsse** Lehrpersonen Dossier: Lerneinheit 2 ○ **Thema 3: Typische Produkte** Lehrpersonen Dossier: Lerneinheit 3 ○ **Thema 4: Stadt & Land Luzern** Lehrpersonen Dossier: Lerneinheit 4 *LP führt in Exkursion und den Postenlauf ein*	*Alle SuS bearbeiten die Themen 1-4* SuS Unterlagen: Arbeitsblätter ○ **Thema 1: Innerschweizer Wurzeln** AB 1 Man ist, was man isst! ○ **Thema 2: Handel & fremde Einflüsse** AB 2 Selbstversorgung zur Globalisierung AB 3 Handelsstadt an der Gotthardroute ○ **Thema 3: Typische Produkte** AB 4 Milch & Milchprodukte AB 5 Getreide & Kartoffeln AB 6 Fleisch AB 7 Fisch AB 8 Obst & Gemüse ○ **Thema 4: Stadt & Land Luzern** AB 9 Markttag in Luzern – ein Postenlauf *SuS teilen sich für den Postenlauf in 4er Gruppen ein.*
Exkursion **Tagesausflug**	*LP organisiert die Exkursion und begleitet den Postenlauf* Lehrpersonen Dossiers zur Exkursion ○ **Thema 4: Stadt & Land Luzern** Lehrpersonen Dossier: Exkursion	*SuS machen den Postenlauf und lösen die Aufgaben* SuS Unterlagen: Arbeitsblätter ○ **Thema 4: Stadt & Land Luzern** AB 9 Markttag in Luzern – ein Postenlauf
Nachbereitung im Unterricht **Halbtag**	*Vorbereiten und Durchführen des Innerschweizer Festes* Lehrpersonen Dossiers zur Nachbereitung ○ **Thema 5: Kochen für Gäste** Lehrpersonen Dossier: Nachbereitung	*SuS wählen ein Innerschweizer Rezept und bereiten das Innerschweizer Fest vor* SuS Unterlagen: Arbeitsblätter ○ **Thema 5: Kochen für Gäste** AB 10.1 Lozärner Läbchueche AB 10.2 Nidwaldner Ofätori AB 10.3 Obwaldner Zigerchrapfe AB 10.4 Ürner Hafechabis AB 10.5 Schwyzer Chässoppe

Hinweise zur Exkursion

Route und Zeitbedarf:

Luzern Postenlauf (ca. 02:00)

Luzern – Weggis mit dem Schiff (00:40)

Weggis – Greppen zu Fuss auf dem Waldstätterweg (ca. 02.10)

Greppen – Küssnacht mit dem Bus (00:10) oder Greppen – Luzern mit dem Zug (rund 00:45)

Weiterführende Informationen

Internet

Die Website www.waldstaetterweg.ch bietet zusätzliche Hintergrundinformationen zum Thema Kulinarische Innerschweiz an folgenden Points of Interest (POI), die an der Exkursionsroute liegen:

- POI 01: Schwyzer Agrargeschichte im Überblick
- POI 12: Gemüse und Obst für den städtischen Markt
- POI 13: Vormodernes Landleben & Müller und Mühlen in der dörflichen Gemeinschaft
- POI 14: Milchwirtschaft in Küssnacht
- POI 17/30: Fischerei am Vierwaldstättersee
- POI 38: Luzerner Agrargeschichte im Überblick

Literatur

Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014.

Das kulinarische Erbe der Schweiz, Band 1, Echtzeit Verlag, Basel 2012.

Stadtführer Luzern, Hrsg. Jürg Stadelmann, Ulla Schoedler, Josef Brülisauer, Ruedi Meier, Zürich 2001.

Stefan Ragaz, Luzern im Spiegel der Diebold-Schilling-Chronik, Adligenswil 2014.

Kurzinformationen

Globalisierte Agrarwirtschaft (Waldstätterweg POI 45)

© *bfu*

Die Schweizer Landwirtschaft ist nicht erst mit dem Autobahnbau in ein internationales Handels- und Transitsystem integriert worden. Vorher haben bereits Dampfschiff und Eisenbahn die internationale Arbeitsteilung im Agrarbereich gefördert. Die Berglandwirtschaft konnte davon allerdings nicht profitieren.

Die Einfuhr von billigem Getreide aus Übersee mit Eisenbahn und Schiff führte im 19. Jahrhundert zu einer Abkehr der Bauern im Schweizer Mittelland von der Getreideproduktion zu Milchwirtschaft und Viehzucht. Damit konkurrenzierten sie jedoch die seit Jahrhunderten auf Milchwirtschaft spezialisierte Berglandwirtschaft, wo nun Viehbestände und Bevölkerungszahl stagnierten. Globale Hintergründe stehen auch hinter dem jüngsten Paradigmenwechsel in der Schweizer Landwirtschaft, der ab den 1990er-Jahren weg von der Ernährungssicherung und hin zur Pflege der Kulturlandschaft und Biodiversität geführt hat.

Weiterführende Informationen auf dem Waldstätterweg

Zur Agrargeschichte allgemein:
- POI 45: Globalisierte Agrarwirtschaft

Zum Kanton Luzern:
- POI 12: Gemüse und Obst für den städtischen Markt
- POI 13: Vormodernes Landleben
- POI 27: Alpwirtschaft am Pilatus
- POI 38: Luzerner Agrargeschichte im Überblick

Zum Kanton Nidwalden
- POI 33: Nidwaldner Agrargeschichte im Überblick
- POI 41: Klöster als Pioniere der Grossviehzucht Nidwaldens?

Zum Kanton Obwalden
- POI 29: Die Agrarwirtschaft Obwaldens im historischen Überblick

Zum Kanton Schwyz
- POI 01: Schwyzer Agrargeschichte im Überblick

Zum Kanton Uri
- POI 49: Agrargeschichte des Landes Uri im Überblick

Quellenangaben zu Arbeitsblatt 1

Textquellen:

Von der Jungsteinzeit bis ins Hochmittelalter: Aus: Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014, S. 31.
Hirtenland/Kornland/Feldgraszone: Zusammenschnitt der oben erwähnten POIs zum Waldstätterweg.

Bildquellen:

POI 29: Agrargeschichte Obwaldens
1 Bauernhaus in Alpnach 1825. Aus: Riek/Rickenbach, S. 402
POI 38: Luzerner Landwirtschaft einst und jetzt
2 Robert Zünd: Kornernte auf der Luzerner Landschaft
Internet:
3 Die Luzerner Riviera: http://www.luzern.com/de/weggis-vitznau-rigi

Lerneinheit 1: Man ist, was man isst!

Doppellektion

Lernziele	Zeit	Inhalt	Material
Nahrung & Identität	15‘	Einstieg: Was ist euer Lieblingsessen? Wer kocht dieses am besten? Wo esse ich am liebsten? Mit wem zusammen esse ich am liebsten? Gibt es dieses Menu nur an Festtagen oder auch unter der Woche? Zitat: Man ist, was man isst! LP versucht zusammen mit den SuS zu verstehen, was dieses Sprichwort bedeutet. LP notiert die wichtigsten Stichworte an die Wandtafel → 1 Geografie (Ort, Landschaft, Boden) → 2 Geschichte (Markt, Handel, Transportmittel) → 3 Kultur & Religion (Glaube, Werte, Gesellschaftsschicht)	Wandtafel
Mutter Erde & Innerschweizer Wurzeln: Faktor 1 – Geografie	30‘	PA: die SuS lösen das AB 1: Wie wirkt sich der «fixe» Faktor Geografie (Landschaft, Klima, Boden) auf die Landwirtschaft aus?	AB 1 Man ist, was man isst!

Lösungen zum Arbeitsblatt 1:

Geologische Grossregionen

Während die Grenzen des Kantons Luzern zu einem grossen Teil durch das Mittelland verlaufen, sind die anderen Innerschweizer Kantone (Ob- und Nidwalden, Schwyz und Uri) in den sogenannten Voralpen und Alpen gelegen.

Agrarzonen: Kornland, Hirtenland und Feldgraszone

Mit der Spezialisierung der Bauern auf bestimmte Produkte im Hochmittalter konnte man die Innerschweiz in sogenannte Agrarzonen einteilen. Bis etwa in die Zeit um 1900, als in der Schweiz die Industrialisierung mit neuen Maschinen, Produkten und Transportmitteln die Landwirtschaft massgeblich beeinflusste, waren diese Agrarzonen quasi deckungsgleich mit den geologischen Grosslandschaften: Das heisst, dass im Mittelland das sogenannte Kornland lag und in den Alpen das Hirtenland. Dazwischen, in den Voralpen, lag die Feldgraszone. Ein besonders mildes Klima herrscht bis heute an der Luzerner Riviera rund um die beiden Orte Vitznau und Weggis.

Darstellung der Agrarzonen in der Innerschweiz

1 Kornland

2 Hirtenland

3 Feldgraszone

4 Luzerner Riviera

Materialien

Man ist, was man isst! Innerschweizer Wurzeln

Nahrungsaufnahme ist für den Menschen überlebenswichtig. Ohne Nahrung stirbt er. Grundlage für das, was der Mensch isst, ist der Boden auf dem die Nahrung wächst. Wo hat der Mensch also seine Wurzeln? Wo lebt er? Wie sieht die Landschaft dort aus und wie ist das Klima? Was gibt der Boden an Nahrungsmitteln her? Der Boden ist also die Ausgangslage dafür, was auf den Tisch kommt.

Grossregionen der Innerschweiz: Voralpen, Alpen und Mittelland

Die Schweiz besteht aus drei geologischen[1] Grossregionen: Dem Jura, dem Mittelland und den Voralpen/Alpen. Die Innerschweiz wird durch zwei dieser drei Grossregionen bestimmt: das flache Mittelland & die hügeligen Voralpen und felsigen Alpen.

Von der Jungsteinzeit bis ins Hochmittelalter: Selbstversorgung

In der Jungsteinzeit gingen die Jäger und Sammler zur Sesshaftigkeit über. Sie bauten fixe Häuser und betrieben neu Ackerbau und Viehhaltung. Und so lebten die Menschen auch noch im frühen Mittelalter. Die Bauern der Innerschweiz – und das waren über 90 Prozent der Menschen – lebten in allen geologischen Grossregionen von Selbstversorgung: Gartenbau (Hülsenfrüchte, Rüben), teilweise Getreidebau (Gerste, Hafer), Kleinviehhaltung (Ziegen und Schafe), sowie das Sammeln von Beeren, Obst (Äpfel, Birnen und Kirschen) und der Fischfang waren das Übliche.

Agrarzonen: Die Bauern spezialisieren sich

Mit der Eröffnung verschiedener Alpenpässe als Handelsrouten (vor allem mit der Eröffnung des Gotthardpass‘ um 1200) kamen auch neue Lebensmittel in die Innerschweiz. Gleichzeitig fanden die Innerschweizer Bauern über diese neuen Handelsrouten auch neue Absatzmärkte; das heisst, dass sie ihre Produkte in fremden Regionen zum Verkauf anbieten konnten. Um konkurrenzfähig zu bleiben, spezialisierten sich die Bauern auf wenige Produkte und gaben die Selbstversorgung grösstenteils auf.
Die Stadt Luzern, welche an der wichtigen Gotthardroute lag, entwickelte sich zur grössten Markt- und Handelsstadt der Region.

Das Hirtenland in den Alpen

Die steile Lage der Alpengebiete an den Berghängen, häufige Gewitter und rutschende Böden wirkten sich schlecht auf den Ackerbau aus, so dass sich die Menschen in dieser Region auf die Viehzucht spezialisierten. Diese neue Agrarzone nannte man Hirtenland.
Zum Hirtenland gehörten mehr oder weniger die beiden Halbkanton Ob- und Nidwalden (Unterwalden), sowie der Kanton Uri und grösstenteils auch Schwyz. Vom Kanton Luzern zählten sowohl das Entlebuch, als auch die fruchtbaren Alpweiden am Pilatus und an der Rigi dazu.

[1] Die Geologie (griechisch für «Erdlehre») ist die Wissenschaft vom Aufbau, von der Zusammensetzung und Struktur der Erde.

***1** Bauernhaus in Alpnach 1825. Grossviehhaltung. Die Zunahme der Alpwirtschaft lässt sich auch am Ausbau der bisher kleinen Alphütten zu stattlichen Gebäuden ablesen*

Das Kornland im flachen Mittelland

Das flache Mittelland eignete sich bestens zum Anpflanzen von Getreide auf grossen Feldern. Zum Kornland gehörte ein Grossteil des Kantons Luzern und kleine Gebiete von Schwyz, so etwa die Linthebene. In der zweiten Hälfte des 18. Jahrhunderts trat in weiten Gebieten der Innerschweiz die Kartoffel an die Stelle des Brotes. Damit bekam das teure Getreide grosse Konkurrenz. Mit der Industrialisierung und dem Import von billigerem Getreide von ausserhalb der Innerschweiz, stellte das Kornland weitgehend auf Vieh- und Schweinehaltung, sowie Milchwirtschaft um.

***2** Kornernte auf der Luzerner Landschaft*

Die Feldgraszone in den hügeligen Voralpen um den Vierwaldstättersee

Zur Feldgraszone, der Hügelzone zwischen Hirtenland und Kornland, gehörten insbesondere die Orte entlang des Vierwaldstättersees und im näheren Umland der Stadt Luzern. Hier wechselte der Bauer jedes Jahr die Nutzung des Bodens: Abwechselnd wurde Getreide oder Gras angebaut. Ackerbau, Viehzucht und Milchproduktion herrschten vor.

Besonders erwähnt sei die Region rund um die beiden Orte Weggis und Vitznau: die sogenannte Luzerner Riviera. Sie liegt auf der Südseite der Rigi und ist daher durch den Berg vor rauen Nordwinden geschützt. Das milde Klima lässt hier am Vierwaldstättersee zahlreiche südliche Pflanzen gedeihen, so zum Beispiel Kastanienbäume, Palmen, Weintrauben und Orchideen.

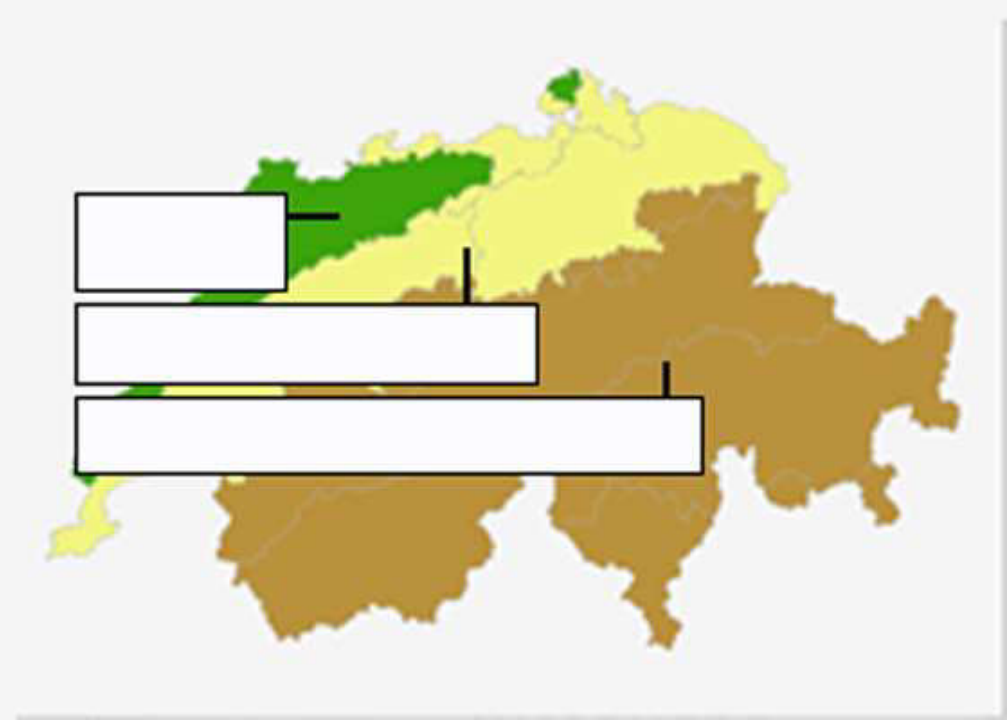
***3** Die Luzerner Riviera: Fast wie im Süden.*

Aufgabe zu Arbeitsblatt 1: Man ist, was man isst!

Ergänze den Lückentext und die Bildbeschriftungen (3 Kästchen) mit den folgenden Wörtern: Mittelland, Voralpen und Alpen, Jura

Geologische Grossregionen

Während die Grenzen des Kantons Luzern zu einem grossen Teil durch das …….. …….. verlaufen, sind die anderen Innerschweizer Kantone (Ob- und Nidwalden, Schwyz und Uri) in den sogenannten ……... ……..gelegen.



Ergänze den Lückentextmit den folgenden Wörtern: Luzerner Riviera, Kornland, Industrialisierung, Feldgraszone, Hirtenland. Beschrifte dann die Darstellung zu den Agrarzonen in der Innerschweiz!

Agrarzonen: Kornland, Hirtenland und Feldgraszone

Mit der Spezialisierung der Bauern auf bestimmte Produkte im Hochmittalter konnte man die Innerschweiz in sogenannte Agrarzonen einteilen. Bis etwa in die Zeit um 1900, als in der Schweiz die ……..…….. mit neuen Maschinen, Produkten und Transportmitteln die Landwirtschaft massgeblich beeinflusste, waren diese Agrarzonen quasi deckungsgleich mit den geologischen Grosslandschaften: Das heisst, dass im Mittelland das sogenannte …… lag und in den Alpen das …… Dazwischen, in den Voralpen, lag die …….. Ein besonders mildes Klima herrscht bis heute an der ……..……. rund um die beiden Orte Vitznau und Weggis.

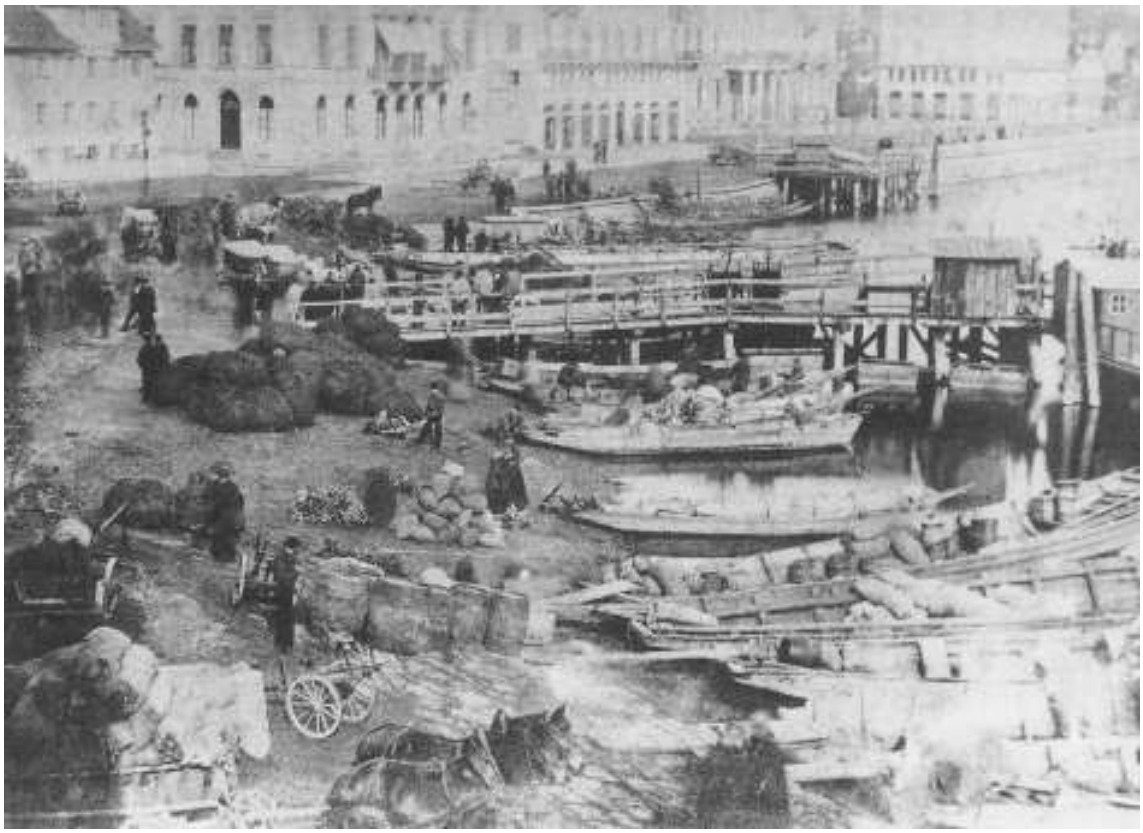
Darstellung der Agrarzonen in der Innerschweiz

1 ..... *2* .....

3 ..... *4* .....

Kurzinformationen

Transitmarkt Luzern (Waldstätterweg POI 21)



© *Stadtarchiv Luzern*

Die Fotografie vom Güterumschlag am Schwanenplatz um 1855 dokumentiert die Bedeutung, welche Luzern seit dem 13. Jahrhundert als Drehscheibe im internationalen Handel zwischen Nord und Süd hatte. Bis zum Bau der Gotthardbahn verlief ein Grossteil des Gotthardtransits über Luzern und den Vierwaldstättersee.

Luzern hatte früh einen täglichen Markt, wo Bauern der Umgebung Gemüse, Obst, Fleisch, Fisch, Milch und Milchprodukte zum Kauf anboten. Die Obrigkeit kontrollierte Angebot und Preise scharf, um die Versorgung der städtischen Bevölkerung jederzeit zu sichern. Im 15. Jahrhundert entwickelten sich die Jahrmärkte Luzerns zu grossen Messen, an denen Vieh und Käse exportiert und Getreide und Salz importiert wurden. Jeweils im September fand in Luzern ein grosser Viehmarkt statt. Danach wurde das Vieh mit grossen Nauen nach Flüelen verschifft und über den Gotthard nach Locarno und Oberitalien getrieben.

Weiterführende Informationen auf dem Waldstätterweg

Zum Thema Markt und Handel:

- POI 01: Schwyzer Agrargeschichte im Überblick
- POI 02: Viehhandel nach Italien
- POI 21: Das vormoderne Luzern: Marktort und Drehscheibe im internationalen Vieh- und Getreidehandel
- POI 26: Schiff statt Passweg
- POI 29: Die Agrarwirtschaft Obwaldens im historischen Überblick
- POI 28: Handel über den Renggpass
- POI 33: Nidwaldner Agrargeschichte im Überblick
- POI 38: Luzerner Agrargeschichte im Überblick
- POI 49: Agrargeschichte des Landes Uri im Überblick

Quellenangaben zu Arbeitsblatt 2

Textquellen:

Vom Jagen und Sammeln zum Kalorienzählen: Ernährung im Wandel der Zeit. Aus: Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014, S. 31-34.

Bildquelle:

Eidgenössische Söldner beim Zug über die Alpen (Diebold Schilling Chronik): http://de.wikipedia.org/wiki/Reisl%C3%A4ufer

Quellenangaben zu Arbeitsblatt 3

Textquellen:

Stadtführer Luzern, Hrsg. Jürg Stadelmann, Ulla Schoedler, Josef Brülisauer, Ruedi Meier, Zürich 2001.

Bildquelle:

Stefan Ragaz, Luzern im Spiegel der Diebold-Schilling-Chronik, Adligenswil 2014. S.78/79
1 Schiffbruch an der Reussschwelle (Bild und Bildlegende)

POI 21: Transitmarkt Luzern
2 Fotografie vom Güterumschlag am Schwanenplatz um 1855, © Stadtarchiv Luzern

POI 33: Nidwaldner Agrargeschichte im Überblick
3 Stansstader Hafen um 1840

Aufgabe: Die Schweiz im Mittelalter: Wichtigste Handelswege und Handelsstädte
Auf der Grundlage von
http://commons.wikimedia.org/wiki/Atlas_of_Switzerland#/media/File:Schweiz_MA_Verkehr.svg
Umgearbeitet von Andrea Huwyler-Bachmann, zeitensprung gmbh, Luzern

Aufgabe: Luzern im Mittelalter: Was kam in der Stadt auf den Markt?
Andrea Huwyler-Bachmann, zeitensprung gmbh, Luzern

Lerneinheit 2: Handel & fremde Einflüsse

Doppellektion

Lernziele	Zeit	Inhalt	Material
Handel & fremde Einflüsse: Faktor 2 – Geschichte	5‘	Einstieg: LP: Beim letzten Mal haben wir uns angeschaut, welche geografischen Faktoren (Landschaft, Boden, Klima) die Nahrung in der Innerschweiz beeinflussten. Fixe Faktoren, die man nicht ändern kann. Identität, Wurzeln. In der heutigen Lektion geht es darum, herauszufinden, welchen Einfluss der Handel auf die Nahrungsmittel in der Innerschweiz hatte. Verändernde Faktoren, fremde Einflüsse. Handel, Verkehr, Markt (Geschichte)	
Lesen und Verstehen	40‘	Gemeinsames Lesen und Verstehen des Textes auf AB 2. SuS lösen die Aufgabe: Titel zuordnen, allenfalls als HA	AB 2: Von der Selbstversorgung zur Globalisierung
Handel & fremde Einflüsse: Am Beispiel von Luzern und der Gotthardroute	5‘	Einstieg: LP: Wir versuchen nun das Gelernte aus der letzten Lektion am Beispiel der Stadt Luzern zu vertiefen. Lage von Luzern am Vierwaldstättersee und an der Gotthardroute anschauen.	Karte Zentralschweiz
Lesen und Verstehen	40‘	EA oder PA: SuS lesen die Texte auf dem AB 3 und lösen die Aufgaben. Allenfalls als HA.	AB 3: Luzern Handelsstadt an der Gotthardroute

Lösungen zum Arbeitsblatt 2:

Titel 1: Selbstversorgung: Abhängig von der Natur

Titel 2: Handel über die Alpen bringt neue Lebensmittel

Titel 3: Entdecker und Söldner bringen Kartoffeln, Zucker und Kaffee

Titel 4: Industrialisierung bringt Konservendosen und Pulversuppen

Titel 5: Heute kauft man Bio-Produkte, isst vegetarisch oder zählt Kalorien

Lösungen zum Arbeitsblatt 3:

1. Die Naue war für den Transport von Gütern über den See bestimmt und hatte auch Segel, um die Windkraft zu nutzen. Der Kahn war für den Fluss bestimmt und hatte hinten ein Steuerruder. Er nutze die Flussströmung.
2. Die Strassen waren früher schlecht gebaut und sehr holprig. Ausserdem kam es immer wieder zu Überfällen durch Wegelagerer (Räuber). Der Seeweg war viel schneller, aber auch nicht ohne Gefahren.
3. Dies ist die schmalste Stelle der Reuss. Hier konnte die Brücke am einfachsten gebaut werden. Sie diente vor allem Marktfahrerinnen und Marktfahrern mit ihren Karren und war der Zugang zur Altstadt, wenn man über den Landweg aus dem Norden (Basel) in die Stadt fuhr.

4 a) Namen der Orte von Nord nach Süd und links nach rechts: Basel/Zurzach, Olten/Zürich, Zug, Luzern/Küssnacht, Bern, Flüelen, Göschenen, Andermatt und Airolo.

4 b) Autokennzeichen der Kantone im Gegenuhrzeigersinn: LU; OW; NW; UR; SZ

4 c) Gotthardroute von Deutschland nach Italien: Basel, Olten, Sursee, Sempach, Luzern, Vierwaldstättersee, Flüelen, Göschenen, Andermatt, Airolo.

4 d) Die drei wichtigsten Handelsstädte mit Zollstationen der mittelalterlichen Eidgenossenschaft waren Luzern, Basel und Zurzach.

4 e) Luzern wurde eine wichtige Handelsstadt an der Gotthardroute, weil es am Wasserweg dieser Nord-Süd-Achse lag. Hier, am nördlichen Ende des Vierwaldstättersees, musste man die Ware von den Nauen auf die Flussschiffe umladen.

4 f) 1882 nahm die Bedeutung Luzerns als Handelsstadt ab, weil die Güter nun mit der neuen Dampfeisenbahn (Gotthardbahn) von Norden nach Süden und umgekehrt transportiert werden konnten. Das war viel schneller. Luzern wurde also umfahren, der Wasserweg für den Gütertransport wurde nur noch sehr selten genutzt.

5. Norden/Elsass: Salz, Wein, Getreide, Luzerner Kornland: Getreide, Innerschweiz: Vieh, Käse, Butter, Süden/Italien: Stoffe, Gewürze,

Materialien

Titel 1: .....

Eine erste grosse Veränderung der Ernährungsgewohnheiten fand während der Jungsteinzeit statt, als die Menschen vom Jagen und Sammeln zur Sesshaftigkeit übergingen. Lange Zeit unterlag das Anbauen verschiedenster Pflanzen und das Halten von Haustieren der Laune der Natur: Trockenheit, Überschwemmungen oder Ungeziefer, die ganze Ernten vernichteten oder das Vieh verhungern liessen, quälten die damaligen Menschen. Ausserdem waren die Leute den Jahreszeiten unterworfen: in der ersten Jahreshälfte mangelte es an Esswaren, da nichts geerntet werden konnte und die Vorräte langsam zur Neige gingen. In der zweiten Jahreshälfte herrschte dank der Ernte im Herbst und den Schlachtungen im Winter Überfluss, so dass man sogar Nahrungsmittel einlagern konnte. Methoden zum Haltbarmachen der Esswaren waren vor allem das Trocknen oder Dörren von Früchten, das Räuchern, Einsalzen oder Verwursten von Fleisch sowie das Verarbeiten von Milch zu Käse.

Titel 2: .....

Um 1200 wurde der Gotthardpass für den Handel geöffnet und damit lag die Innerschweiz plötzlich direkt am grossen Nord-Süd-Handelsweg. Die Eröffnung solcher neuer Handelswege, das Wachstum der Bevölkerung und eine grössere Nachfrage nach Lebensmittel in den Städten waren wichtige Gründe, warum sich die die Bauern der Innerschweizer Kantone im 13. Jahrhundert auf die Produktion bestimmter Lebensmittel spezialisierten. So setzten die Landwirte des Hirtenlandes nur noch auf Viehzucht und Käseproduktion und jene aus dem Kornland bauten quasi ausschliesslich Getreide an. Die Bauern aus dem Hirtenland trieben Handel mit dem Vieh und importierten im Gegenzug einen grossen Teil des benötigten Getreides aus dem Kornland, aber auch Salz und Wein aus dem Ausland. Entsprechend wurde Brot aus Kostengründen nur selten, Milchspeisen und Käse dagegen häufig gegessen. Ebenfalls auf dem Speisezettel standen wilde Nüsse und Beeren, Pilze, Gemüse und Obst (im Winter vor allem gedörrtes und eingemachtes), die reicheren Bauern konnten sich wohl auch regelmässig Fleisch leisten; ebenso die teuren ausländischen Gewürze. Getrunken wurde Milch, Wasser und – wenigstens in den Obstregionen – Most. Im Kanton Uri profitierten einige wenige reiche Bauern von diesen Änderungen. Viele landlose Kleinbauern verdienten sich oft als Saumknechte[1] im Gotthardtransit etwas dazu.

[1] Die Säumer/Saumknechte waren die ersten Transporteure über die Alpen. Jahrhundertelang beförderten sie auf dem Rücken von Saumtieren vor allem Salz und Wein über Saumpfade über die Pässe. Als Säumer musste man ein Pferd, einen Maulesel, ein Maultier oder einen Ochsen besitzen. Der Säumer arbeitete auf eigene Rechnung im Auftrag fremder Kaufleute oder Kunden.

Titel 3: ……..

Ab dem 16. Jahrhundert erweiterten Lebensmittel den Innerschweizer Speisezettel, welche von Entdeckern wie Christoph Kolumbus aus Amerika oder anderen Kontinenten nach Europa gebracht wurden. Söldner[2] nahmen diese dann bei ihrer Heimkehr mit in die Innerschweiz. Dazu gehörten Kartoffeln, Zucker, Mais, Tomaten, Kakao, Schwarztee oder Kaffee. Solche exotischen Lebensmittel konnten sich vorerst nur die Angehörigen der Oberschicht leisten. Erst seit dem 19. Jahrhundert waren sie auch in ärmeren Haushalten verfügbar. Die Kartoffel ersetzte an manchen Orten das Brot, denn Getreide war sehr teuer.

Eidgenössische Söldner beim Zug über die Alpen (Diebold Schilling Chronik)

Titel 4: ……

Gegen Ende des 19. Jahrhunderts veränderte die Industrialisierung[3] die Ernährungsgewohnheiten der Innerschweizer total. Durch die Einführung von Maschinen, die Erfindung des Kunstdüngers und die Züchtung neuer Rassen konnten auf gleich viel Land mehr Ertrag erwirtschaftet werden. Ausserdem gelangte billigere Nahrung aus dem Ausland mit den neuen Transportmitteln Eisenbahn und Dampfschiff in die Innerschweiz. Von der Nahrungsmittelindustrie kamen vorgefertigte Lebensmittel wie Teigwaren, Konservendosen und Pulversuppen auf den Markt, die viel länger haltbar und immer verfügbar waren.
Eine markante Änderung erfuhr der Schwyzer Viehexport nach Italien mit der Eröffnung der Gotthardbahn 1882. Wo früher die Tiere jeweils im Herbst in langen Fussmärschen herdenweise über den Pass nach Süden begleitet werden mussten, konnten sie nun das ganze Jahr über in die Eisenbahn verladen und verschickt werden.

---

[2] Ein Söldner ist ein gegen Bezahlung (Sold) angeworbener Soldat. Die Innerschweizer Söldner und Kriegsknechte waren auf den damaligen europäischen Kriegsschauplätzen gefürchtet und begehrt. Zwischen 1400 und 1848 verdienten viele Schweizer ihren Lebensunterhalt als Söldner in fremden Armeen, die meisten von ihnen flohen damit vor der Armut.

[3] Der Begriff Industrialisierung bezeichnet den Übergang von landwirtschaftlichen zu industriellen Produktionsweisen, in denen sich die Maschine zur Erzeugung von Gütern (hier Lebensmitteln) durchsetzt. Die Industrialisierung startet zuerst in England. Meilensteine waren die Erfindung der Dampfmaschine (1712), sowie von Spinnmaschine, mechanischem Webstuhl und Werkzeugmaschinen. Mit der Industrialisierung kamen auch neue Transportmittel wie die Dampflokomotive und die Dampfeisenbahn auf. Die Industrialisierung erreichte die Innerschweiz erst gegen 1900.

Titel 5: ……

In Industrieländern wie der Schweiz gibt es heute kaum mehr Einschränkungen, was die Verfügbarkeit von Lebensmitteln betrifft. Die Abhängigkeit von den Jahreszeiten wird durch die Möglichkeit von schnellen und billigen Transporten über die ganze Welt komplett ausgehebelt. Hinzu kommt, dass Nahrung billiger geworden ist und Missernten dank den modernen Lagerungs- und Konservierungsmöglichkeiten nicht mehr dieselben verheerenden Folgen haben wir vor der Industrialisierung. Selbst Gewürze wie Pfeffer, Safran und Zucker sind mittlerweile für jeden erschwinglich, was vor wenigen hundert Jahren noch nicht der Fall war.
Nahrung muss bei uns nicht nur satt machen, sondern auch hohen ethischen (Lebenseinstellung der Menschen) und ästhetischen (Aussehen der Nahrung) Ansprüchen genügen: Man isst nicht mehr nur um zu überleben, sondern auch um zu geniessen. Nicht selten verbindet man mit der Nahrung auch eine Weltanschauung – Vegetarier etwa verzichten nicht auf Fleisch, weil keines zu kaufen wäre, sondern weil sie es aus ethischen Gründen ablehnen. Ausserdem prüft man die Lebensmittel nicht selten auf Kalorien, um der Fettleibigkeit entgegen zu wirken, oder auf Produktionsbedingungen und kauft Bio-Produkte.

Aufgaben

Lies den Text zur Ernährungsgeschichte der Innerschweiz! Unten findest du die Titel. Ordne diese den richtigen Textstellen zu und schreibe den Titel auf die gepunktete Linie!

Entdecker und Söldner bringen Kartoffeln, Zucker und Kaffee

Heute kauft man Bio-Produkte, isst vegetarisch oder zählt Kalorien

Selbstversorgung: Abhängig von der Natur

Handel über die Alpen bringt neue Lebensmittel

Industrialisierung bringt Konservendosen und Pulversuppen

Materialien

***1** Schiffbruch an der Reussschwelle, Diebold Schilling Chronik 1513: Für diese Kaufleute ist die beschwerliche Reise von Luzern an die Messe in Zurzach bereits zu Ende. Sie verunfallen zwischen der Reussbrücke und der Spreuerbrücke. Ihr Schiff bricht in der Mitte. Glücklicherweise ist niemand bei dem Unglück ums Leben gekommen.*

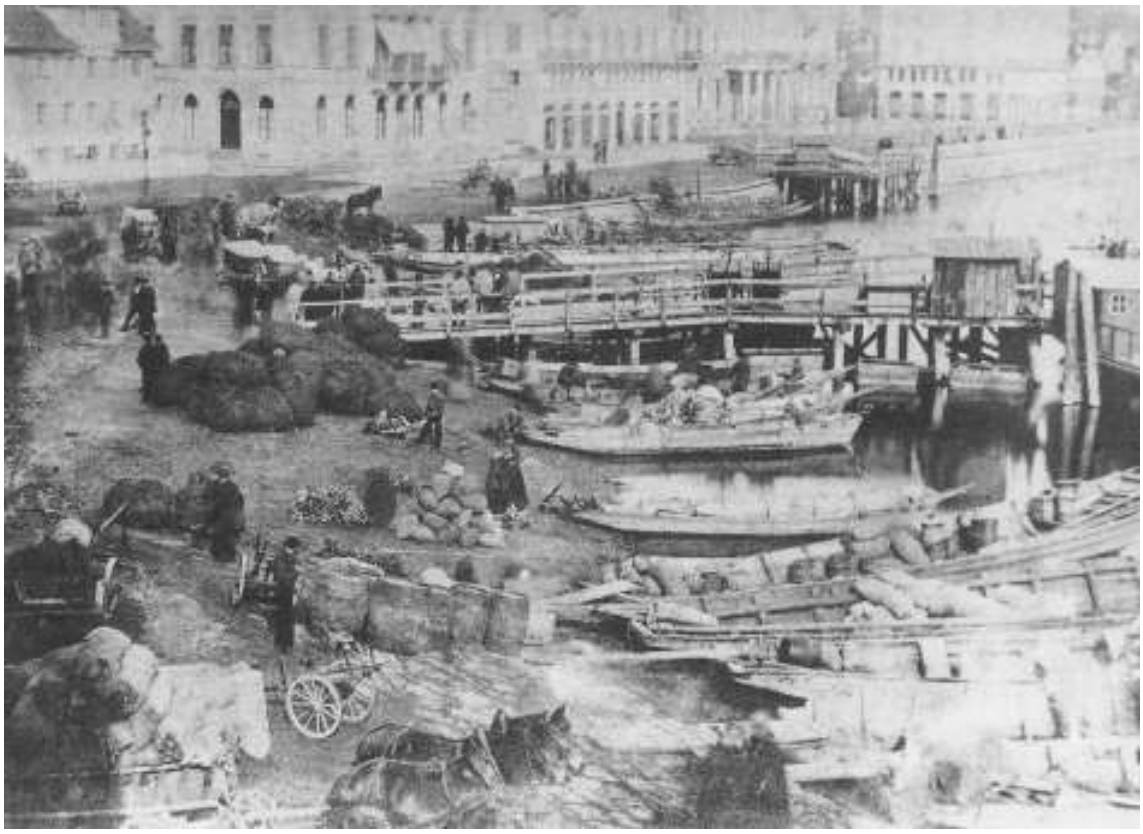
Luzerns gute Lage am Wasser

Es gibt verschiedene Gründe, warum Luzern schon im Mittelalter zu einem wichtigen Markt- und Handelsplatz aufstieg. Der wichtigste aber ist die Lage der Stadt am Wasser, da die Güter in früheren Jahren am einfachsten mit Segelschiffen und Ruderbooten transportiert werden konnten. Die Strassen im Mittelalter und der vormodernen Zeit waren holprig und die Reise mühsam und zeitaufwändig. Ausserdem lauerten überall Gefahren, nicht zuletzt bei den Wegelagerern, welche Transporte überfielen und ausraubten.

Die Stadt Luzern liegt am nördlichen Ende des Vierwaldstättersees und war somit übers Wasser mit den anderen Innerschweizer Kantonen verbunden. Über die Grenzen der Eidgenossenschaft hinaus fanden die Güter vor allem Verbreitung über die Gotthardroute, welche weiter unten genauer beschrieben wird.
Ebenso günstig war die Lage der Stadt am Fluss. Da wo die Reuss den See auf ein paar hundert Metern noch als ruhig dahingleitender Fluss verlässt, war ein geeigneter Ort um Brücken zu bauen. Schon im Mittelalter spannten sich drei Holzbrücken über die Reuss: die Spreuerbrücke, die Reussbrücke und die Kapellbrücke. Die Reussbrücke ist die älteste. Sie wurde 1168 an der schmalsten Stelle der Reuss gebaut und diente den Marktfahrerinnen und Marktfahrern als Zugang zu den Marktplätzen in der Altstadt.

Internationaler Handelsplatz an der Gotthardroute

Anfänglich wurden auf dem Luzerner Markt nur einheimische Produkte aus der näheren Umgebung verkauft. Mit der Eröffnung des Gotthardpasses um 1200 stieg der Verkehr von und nach Italien über die Alpen aber rasch an. Die Güter wurden mit Saumtieren über die Berge und mit Nauen (Lastschiffe) über den See nach Luzern transportiert. Hier wurden sie umgeladen auf Kähne (Flussschiffe) oder Fuhrwerke (Karren) und Richtung Basel und andere nördliche Länder weitertransportiert.
Dieser Umschlag (das Umladen der Güter) erfolgte bis 1545 bei den Arkaden am «Platz», etwa dort wo sich heute die Jesuitenkirche befindet. Später wurde er auf den Kapellplatz verschoben, wo die Stadt die Sust als Lagerhaus für alle Transitgüter («durchreisende» Güter) errichtete.

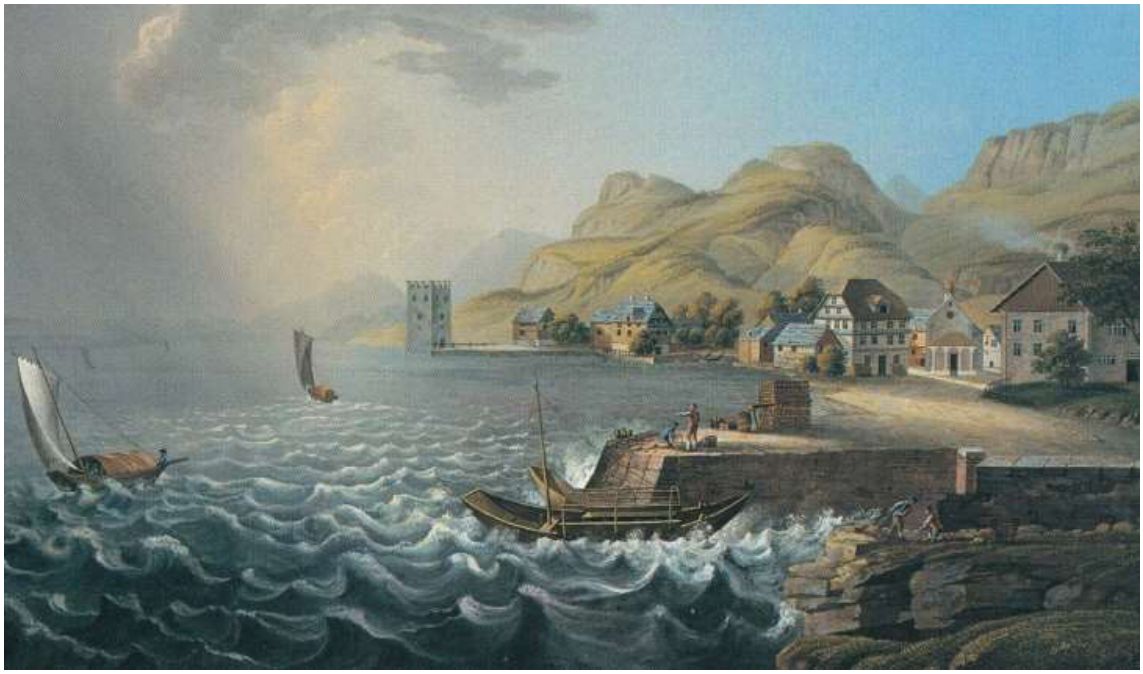


***2** Fotografie vom Güterumschlag am Schwanenplatz um 1855*

Bis ins Jahr 1882, als die Stadt mit der neuen Gotthard-Eisenbahn umfahren werden konnte, war Luzern ein wichtiger Handelsplatz im Nord-Süd-Verkehr. Es entstanden Märkte und Messen, und auch die wichtigsten Zölle wurden hier erhoben und brachten der Stadt grosse Geldeinnahmen.
Importiert wurde vor allem Getreide aus dem Kornland der Eidgenossenschaft und aus weiter nördlich gelegenen Gebieten. Aus derselben Richtung kamen auch Salz und Wein aus dem Elsass (Frankreich) auf den Markt. Der Süden belieferte Luzern mit all den Köstlichkeiten, die Italien und der Orient anboten, darunter schöne Stoffe und natürlich die begehrten Gewürze, welche die Luzerner Spezialitäten so «fremdländisch» machen. So gehören in die typische Luzerner Lebkuchen-Gewürzmischung Zimt, Anis, Sternanis, Nelken, Koriander und Ingwer. Parallel dazu stieg der Export von Innerschweizer Vieh und Käse nach Oberitalien, aber auch nach Zürich, Basel und weiter ins Elsass.

Frisches aus der Region für den städtischen Markt

Aber nicht nur der Fernhandel spielte eine Rolle: Luzern wurde auch zum zentralen Markt am Schnittpunkt zwischen dem Kornland im Norden und dem Feldgras- und Hirtenland rund um den Vierwaldstättersee im Süden der Eidgenossenschaft. Je mehr in den anderen Innerschweizer Kantonen die Viehzucht vorzuherrschen begann, umso stärker waren die Bauern auf den Getreide- und Salzmarkt in der Stadt Luzern angewiesen, wo sie umgekehrt ihre Produkte – vor allem Butter, Ziger, Käse und Vieh – anboten.



***3** Stansstader Hafen um 1840: Stansstad entwickelte sich im 13. Jahrhundert dank dem aufkommenden Fernhandel mit Italien zu einem wichtigen, befestigten Umschlagplatz für den Güterverkehr über den Vierwaldstättersee. Der Export von Hartkäse (Sbrinz), Butter und Kühen prägte die Nidwaldner Landwirtschaft bis ins 20. Jahrhundert.*

Aufgaben

1. Findest du auf den Bildern und Fotografien die beiden typischen historischen Verkehrsmittel für den Wasserweg: Naue und Kahn? Was ist der Unterschied der beiden Schiffstypen?

   ……

   ……

2. Warum benutzte man im Mittelalter bis weit in die Neuzeit hinein lieber den Wasser- als den Landweg?

   ……

   ……

3. Findest du die Reussbrücke auf dem Bild von Diebold Schilling? Dies ist die älteste Brücke Luzerns. Warum wurde sie an dieser Stelle über die Reuss gebaut und von wem wurde sie vor allem genutzt?

   ……

   ……

4. Löse folgende Aufgaben auf dem nächsten Blatt «Die Schweiz im Mittelalter: Wichtigste Handelswege und Handelsstädte»

   a) Ergänze die leeren Kästchen mit den Namen der Orte.
   b) Ergänze die Wappen mit den Autokennzeichen der Kantone.
   c) Färbe die Gotthardroute kräftig rot ein!
   d) Welches sind die drei wichtigsten Handelsstädte mit Zollstationen der mittelalterlichen Eidgenossenschaft? Zähle auf!

   ……

   e) Warum wurde Luzern eine wichtige Handelsstadt an der Gotthardroute?

   ……

   ……

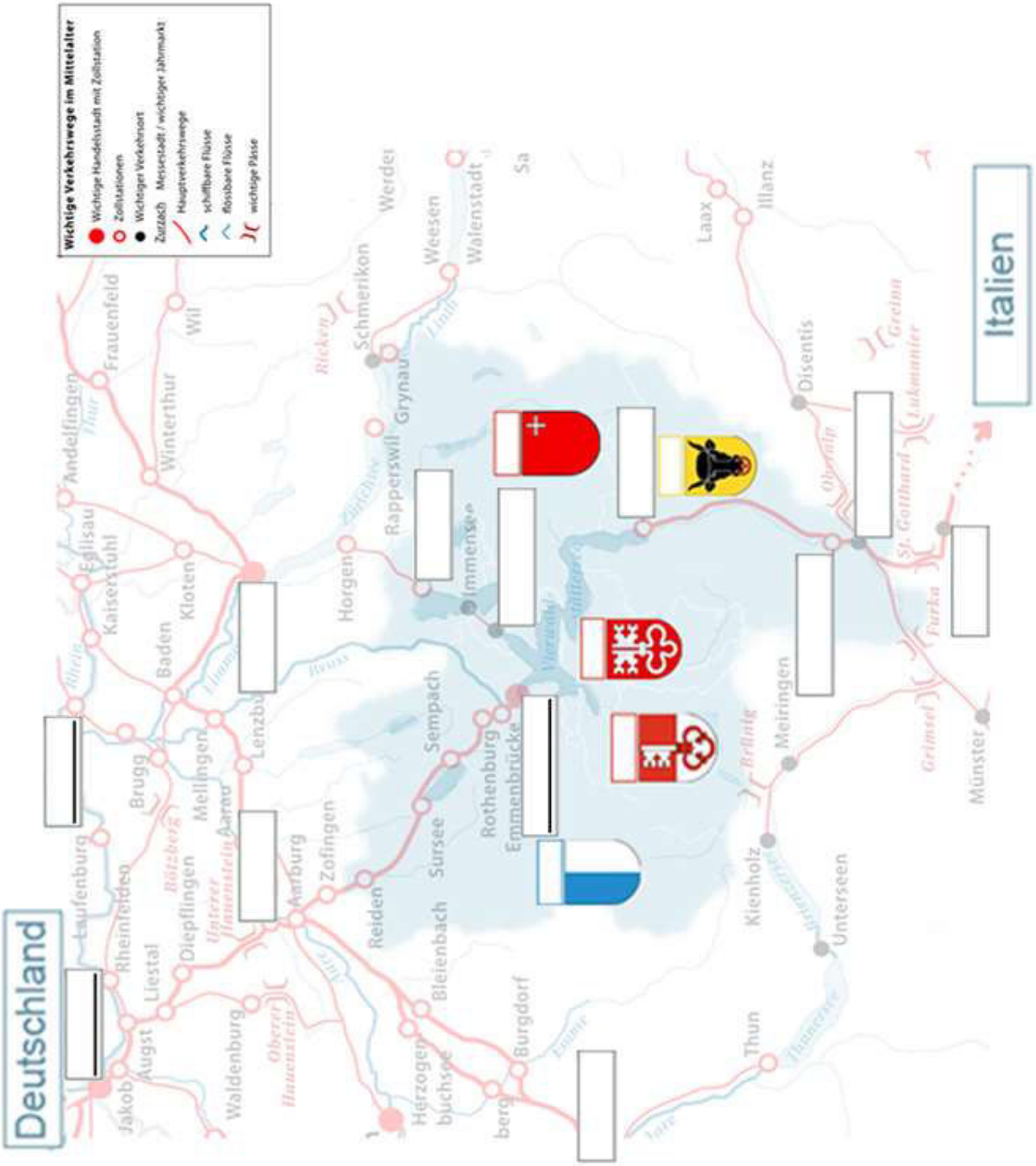
   f) Warum nahm die Bedeutung Luzerns als Handelsstadt nach 1882 ab?

   ……

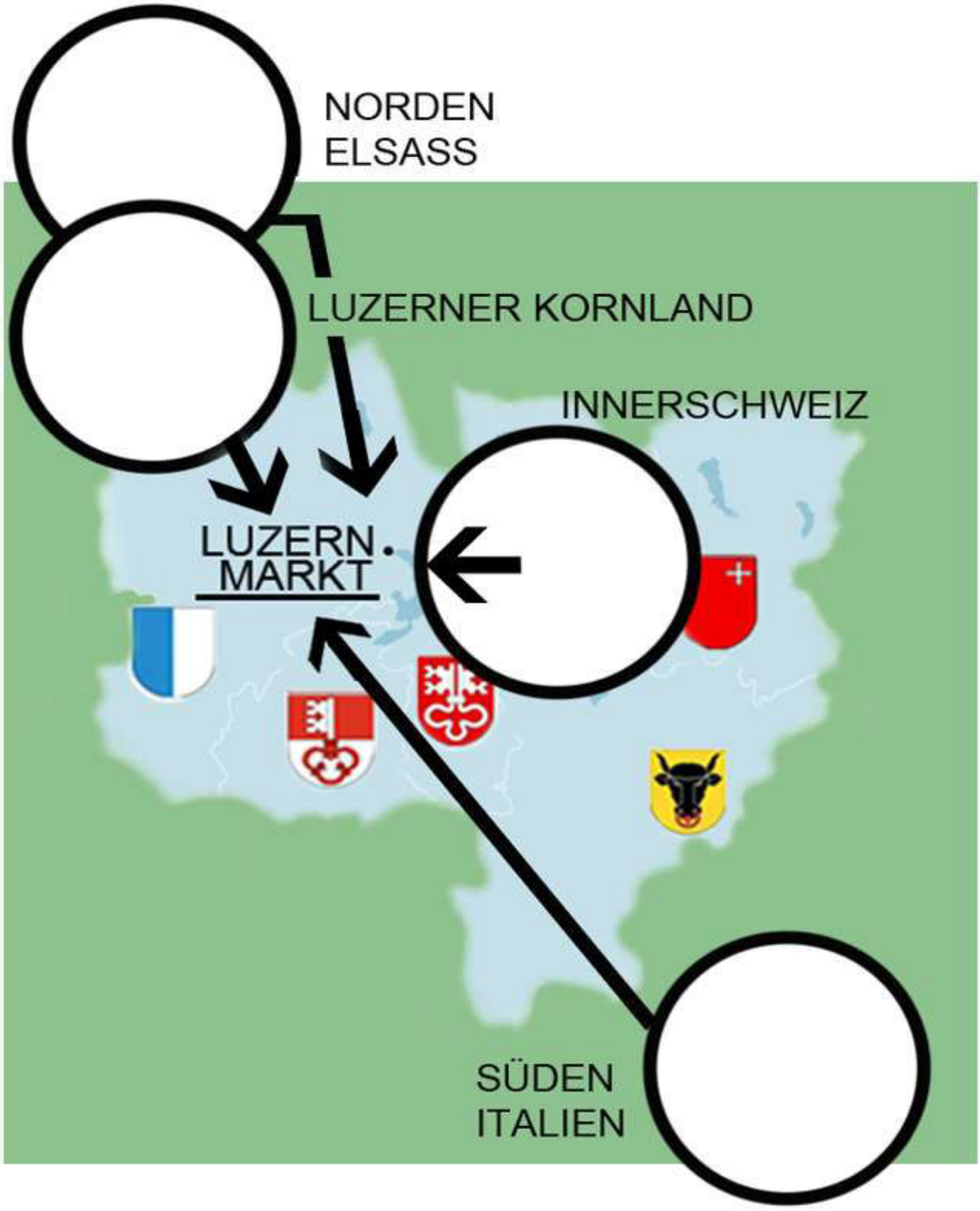
   ……

5. Zeichne auf dem übernächsten Blatt «Luzern im Mittelalter: Was kam in der Stadt Luzern auf den Markt?» folgende Produkte in den richtigen Kreis:
   Vieh, Stoff, Käse, Butter, Getreide, Gewürze, Salz und Wein.

Die Schweiz im Mittelalter: Wichtigste Handelswege und Handelsstädte



Luzern im Mittelalter: Was kam in der Stadt auf den Markt?



Kurzinformationen

Butter gegen Getreide (Waldstätterweg POI 28)

A. Winterlin: Renggpass und Alpnach um 1830

Alpwirtschaft am Pilatus (POI 27)

E. Amrein © aura.ch

Die Bauern in Ob- und Nidwalden waren wichtige Milch- und Butterlieferanten des städtischen Markts. Manch einer nutzte den Weg über den Renggpass, um seine Produkte möglichst rasch nach Luzern zu bringen. Um die Versorgung zu sichern, reglementierte die Luzerner Obrigkeit den Butterhandel scharf.

Bereits im Mittelalter hatten sich die Bauern Ob- und Nidwaldens auf die Milchwirtschaft spezialisiert und den Anbau von Getreide nahezu aufgegeben, weil in Luzern, Zürich und Basel eine grosse Nachfrage nach Milchprodukten bestand. Im Gegenzug waren sie auf das Getreide aus dem Luzerner Kornland angewiesen, was Luzern dazu nutzte, die Butterpreise streng zu kontrollieren. Ab dem 16. Jahrhundert eröffnete sich mit dem Export des lagerfähigen Halbfettkäses Sbrinz nach Norditalien ein lukratives Handelsgeschäft, so dass mehr und mehr Bauern von der Butter- auf die Käseproduktion umsattelten.

Weiterführende Informationen auf dem Waldstätterweg

Milch & Milchprodukte
- POI 14: Milchwirtschaft in Küssnacht
- POI 27: Alpwirtschaft am Pilatus
- POI 28: Butter gegen Getreide

Getreide & Kartoffeln
- POI 10: Kastanien – das Brot der Armen
- POI 13: Müller und Mühlen in der dörflichen Gemeinschaft
- POI 34: Festung Fürigen und die Anbauschlacht

Fleisch
- POI 41: Klöster als Pioniere der Grossviehzucht Nidwaldens?

Fisch
- POI 17: Fischerei als wichtiges Nebengewerbe der Agrargesellschaft am Vierwaldstättersee
- POI 30: Fischerei am Vierwaldstättersee

Obst & Gemüse
- POI 12: Gemüse für die Städter

Quellenangaben zu Arbeitsblatt 4: Milch & Milchprodukte

Textquellen:

POI 14: Milchwirtschaft in Küssnacht
POI 46: Kuren auf Schönegg
Erica Bänziger, Sbrinz, Der Extraharte, Lenzburg 2013
Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014, S. 33.
Internet in Fussnoten**:**
http://www.emmentaler-aoc.ch/Ziger_dt.pdf
http://de.wikipedia.org/wiki/Molke
Internet für Aufgabe zur Käseproduktion
http://www.hoppsala.de/index.php?menueID=241&contentID=2072

Bildquellen:

POI 28: Renggpass
1 Bauer aus Sarnen. Ludwig Vogel: Laitier à Sarnen. Mit typischen Geräten der Milchwirtschaft, Milcheimer und Brennte. Datum unbekannt.
1 Sarner Bäuerin mit Butterfass. Edouard Pingret: Jeune fille à Sarnen. Ca. 1825. Mit Butterfass.
Aus: Erica Bänziger, Sbrinz, Der Extraharte, Lenzburg 2013, S. 13
2 Säumer auf der Sbrinz-Route
http://www.hoppsala.de/index.php?menueID=241&contentID=2072
1-11 Alle Bilder zur Käseproduktion

Quellenangaben zu Arbeitsblatt 5: Getreide & Kartoffel

Textquellen:

POI 13: Müller und Mühlen in der dörflichen Gemeinschaft
POI 34: Festung Fürigen und die Anbauschlacht
Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014, S. 47-50 und S. 51-55.

Bildquellen:

POI 49: Urner Landwirtschaft einst und heute. Kartoffelsaat in Wassen 1947
Kartoffelpflanze zum Beschriften:
http://www.lernenaufdembauernhof.de/fileadmin/Arbeitsblatt/Arbeitsblatt_Poster_Kartoffel.pdf

Quellenangaben zu Arbeitsblatt 6: Fleisch

Textquellen:

POI 02: Viehhandel nach Italien
Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014, S. 13, 43-46.

Bildquellen:

Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014: Die Mitarbeiter der Metzgerei Reichmuth in Schwyz posieren stolz mit einem imposanten Stier**.**
POI 02: Viehhandel nach Italien**.** © Steiner Albert, in: Das Heimatbuch 1944, 29.

Quellenangaben zu Arbeitsblatt 7: Fisch

Textquellen:

POI 30: Fischerei am Vierwaldstättersee
Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014, S. 26-30.

Bildquellen:

POI 30: Mittelalterlicher Fischmarkt. Aus: Kantonsgeschichte Schwyz II, 134.
Fische zum Bestimmen und Ausmalen: http://www.boutique-robinson.ch/cms/images/stories/angeln/fische_im_vierwaldstaettersee_bilder.pdf

Quellenangaben zu Arbeitsblatt 8: Obst & Gemüse

Textquellen:

POI 12: Gemüse und Obst für den städtischen Markt
Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014, S. 35-38.
Cheschtene und Fiige, Weggiser Lesebuch, Virznau 1993

Bildquellen:

Steinen von blühenden Kirschbäumen umrahmt (1919). Aus: Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Bd. 101 Schwyzer Hefte, hrsg. v. Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014, S. 36.
Weggiser Marktfrauen: Cheschtene und Fiige, Weggiser Lesebuch, Vitznau 1993, S. 21.

Lerneinheit 3: Typische Produkte

Drei Doppellektionen

Lernziele	Zeit	Inhalt	Material
Vorstellen der Produkte-Werkstatt: Faktor 3 Kultur & Religion	10‘	LP: In den letzten Lektionen zum Thema Kulinarische Innerschweiz haben wir uns angeschaut, welchen Einfluss die Geografie und die Geschichte auf die Nahrungsmittel in der Innerschweiz hatten. In der Produkte-Werkstatt werdet ihr auf Vieles stossen, was ihr bereits gelernt habt. Gleichzeitig erfahrt ihr aber auch Neues, das mit dem Faktor 3 Kultur & Religion (Glaube, Werte, Gesellschaftsschicht) zu tun hat. LP verteilt den SuS die 5 Produkte-Posten und erklärt, was zu tun ist.	AB 4-8
Typische Produkte der Innerschweiz kennenlernen:	3 h	PA: die SuS lesen die Texte der AB 4-8 und lösen die gestellten Aufgaben.	AB 4-8
Zusatzarbeit für Schnelle Lösungen zur Produkte-Werkstatt	45‘	Zusatzaufgabe für die schnelleren SuS: - Thematische Videobeiträge von der Waldstätterweg Website anschauen. (Liste unten) - Gemeinsames Auflösen der Aufgaben	Videobeiträge auf: www.waldstaetterweg.ch

Zusatzaufgaben für Schnelle:

Folgende POIs des Waldstätterwegs zeigen verschiedene Filmausschnitte zum Thema Ernährung in der Innerschweiz:

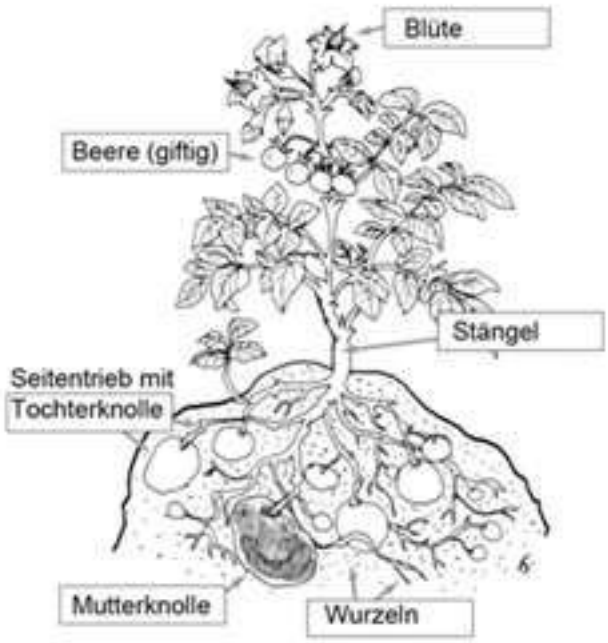
- POI 12: Süssmostaktion.mp4
- POI 14: Camembert.mp4
- POI 17: Fischerei.mp4
- POI 28: Transport Gotthard.mp4
- POI 29: Sbrinz Route.mp4
- POI 30: Fischen Vierwaldstättersee.mp4
- POI 34: Anbauaktion.mp4
- POI 38: Dagmerseller Landwirtschaft.mp4
- POI 42: Milchspots_1.mp4
- POI 43: Chilbi.mp4
- POI 50: Mier pflanzed aa.mp4

Lösungen zu den Arbeitsblättern:

Arbeitsblatt 4: Milch & Milchprodukte

Nr. 1: Milch pasteurisieren / Nr. 2: Ansäuren und LAB dazugeben / Nr. 3: Vorkäsen / Nr. 4: Salz und Kräuter beigeben / Nr. 5: Brennen / Nr. 6: Auskäsen / Nr. 7: Molke ablassen, Käsebruch bleibt / Nr. 8: Käse in Formen füllen / Nr. 9: Regelmässig drehen / Nr. 10: Der Käse wird gewachst / Nr. 11 Reifen lassen

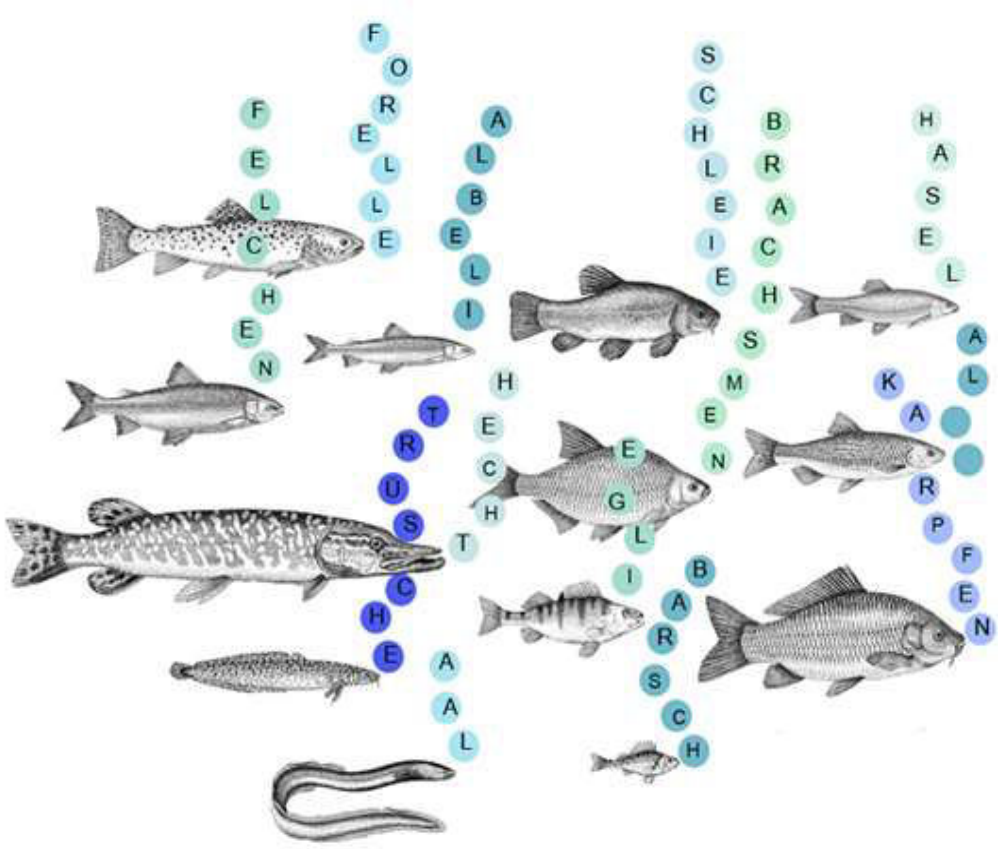
Arbeitsblatt 5: Getreide & Kartoffeln



Arbeitsblatt 6: Fleisch

1						W	**I**	N	T	E	R				
2			W	Ü	R	S	**T**	E							
3		V	E	G	E	T	**A**	R	I	E	R				
4		M	U	R	M	E	**L**	T	I	E	R				
5		S	C	H	W	E	**I**	N							
6				F	L	Ü	**E**	L	E	N					
7					E	I	**N**	S	I	E	D	E	L	N	

Arbeitsblatt 7: Fisch



Arbeitsblatt 8: Obst & Gemüse

Zwiebeln, Lauch, Wirz, Radieschen, Rosmarie, Bohnen, Kohlrabi, Kürbis, Schnittlauch, Rüben, Salat

Materialien

Am Anfang war die Milch

Vor rund 10‘000 Jahren wurde der Mensch sesshaft und fing an Haustiere zu halten. Zuerst waren das Ziegen und Schafe, später Kühe. Vorerst war die Milch für die Aufzucht der Tiere bestimmt, sie war aber auch ein Lebensmittel zum frisch trinken. Überschüssige Milch lagerte man in Tonkrügen. Bei tiefen Temperaturen war dies kein Problem, bei höheren aber umso mehr: die Milch wurde sauer und dickte ein. Durch einen Zufall wurde so Käse erfunden!

***1** Typische Geräte der Milchwirtschaft: Sarner Bauer mit Milcheimer & Brennte und Bäuerin mit Butterfass*

Milchverarbeitung: Käse, Ziger und Butter

Die Innerschweizer Bevölkerung lebte vor der Industrialisierung in den Alpen- und Voralpengebieten hauptsächlich von Milch und Milchprodukten. Daneben standen auch Dörrfrüchte, Beeren und Gemüse auf dem Speiseplan. Fleisch und Brot kamen selten auf den Tisch. Ein Morgenessen bestand hier traditionell aus gedörrten Birnen- oder Apfelschnitzen als Ersatz für das teure Brot sowie aus Ziger[1] und Suffi[2]. Ziger ist ein Frischkäse und Suffi ein Getränk aus der Molke[3], die bei der Käseherstellung entsteht. Eine regionale Spezialität war auch der von den Talbauern produzierte halbharte Bratkäse, der anders als der harte Sbrinz der Alpbetriebe nicht für den Export geeignet war.

Hartkäse für Italien: Sbrinz

Seit dem frühen 16. Jahrhundert stellte man im Engelberg Tal (OW) einen fetten Hartkäse her, der noch heute unter dem Namen Sbrinz bekannt ist. Gemäss einem Reisebericht von 1780 lagerten im Käsemagazin des Klosters Engelberg im Sommer jeweils 9‘000–10'000 Käselaibe, bis sie im Herbst in Fässer verpackt und über den Brünig- oder Jochpass, Grimsel und Griesspass nach Italien transportiert wurden. Die Käselaibe waren damals wesentlich kleiner als heute. Gründe dafür sind, dass die Kühe früher weniger Milch gaben, weil sie noch nicht so gut gezüchtet waren wie heute. Ausserdem konnte der Käse nur in kleiner Form für die lange Reise in den Süden in Fässern oder Gestellen den Saumtieren umgehängt werden. Der Sbrinz-Transport brachte den Bergbauern ein bisschen Wohlstand und erlaubte zudem den Import von bescheidenen Mengen Reis und Wein.

***2** Säumer auf der Sbrinz-Route*

[1] Ziger ist ein fettarmes Erzeugnis, das aus der beim Käsen anfallenden Molke hergestellt wird.
[2] Suffi ist ein Getränk, das durch Erhitzen von Molke hergestellt wird.
[3] Molke ist die wässrige grünlich-gelbe Restflüssigkeit, die bei der Käseherstellung entsteht. Sie ist der flüssige Teil, der nach der Gerinnung der Milch zu Käse oder Quark abgesondert werden kann. Es gibt zwei Sorten von Molke: die Süßmolke (auch Labmolke), die entsteht, wenn man Milch mit Lab zur Käseherstellung dicklegt, und die Sauermolke, die entsteht, wenn man Milch mit Milchsäurebakterien behandelt, um daraus Käse herzustellen.

Milch ist gesund

Mit der Entdeckung von Vitaminen und Nährstoffen in der Zeit nach 1900 unterteilte man die Lebensmittel in «gesund» und «ungesund». Als besonders gesund galt die Milch, welche von den Kühen in den Bergen und den von ihnen gefressenen Gräsern und Kräutern quasi als Medizin gegen die Krankheiten der Stadt-und Fabrikmenschen empfunden wurde.

So boten verschiedene Gasthäuser und Hotels in der Innerschweiz den noblen Gästen aus dem Ausland Milchkuren an. Die Luft- und Kuranstalt Schöneck bei Emmetten (NW) reagierte mit seiner Kuranstalt auf einen allgemeinen Trend der damaligen Zeit. In ganz Europa stieg die Zahl derjenigen, die unter den Nebenwirkungen von Industrialisierung und Verstädterung litten. Atemwegserkrankungen, Schwindsucht und Blutarmut, aber auch Hysterie und Zirkulationsstörungen waren auf dem Vormarsch. Wer es sich leisten konnte, versuchte seine körperlichen Beschwerden in den Luft- und Kuranstalten zu mildern. Neben dem Spazieren gehörte das Duschen unter dem kalten Wildbach neben dem Hotel, die Trinkkuren mit Ziegenmilch, Molke und frischem Quellwasser, sowie das Baden in der Molke, das Schwitzen im Dampfbad und die Massagen mit Wasserdüsen zum Kurprogramm.

Weichkäse für Feinschmecker: Baer in Küssnacht

Mit der Eröffnung der Kondensmilchfabrik in Cham 1866 und der Weichkäsefabrik Baer in Küssnacht 1922 fanden die Bauern zusätzliche Absatzkanäle für ihre Milch.

Aufgabe zu Arbeitsblatt 4: Milch & Milchprodukte

Bei der Käseherstellung unten sind die Texte durcheinander geraten. Versuche sie wieder zu ordnen, indem du die passende Bildnummer zum Text in den Titel schreibst. Die Bilder sind in der richtigen Reihenfolge!

Käseherstellung

Nr. ….: Käse in Formen füllen
Der Käsebruch wird jetzt in entsprechende Formen gefüllt - aus der Masse entstehen Käselaiber. Aus rund 100 Litern Milch werden am Ende 10 bis 12 Kilo Käse.

1

Nr. ….: Molke ablassen, Käsebruch bleibt
Dann wird die Molke wieder abgelassen. Zurück bleibt der Käsebruch.

2

Nr. …: Brennen
Zum Schluss wird der Käse dann noch gebrannt. Dafür muss man die passende Temperatur einstellen, wie man auf dem Foto sieht. Wie hoch diese sein muss, hängt von der Käsesorte ab. Bei harten Käsesorten wie z.B. Bergkäse liegt die Temperatur bei 50 Grad und bei weichen Käsesorten wie Camembert bei nur 36 Grad.

3

Nr. ….: Der Käse wird gewachst
Nachdem der Käse fünf Tagen kontinuierlich gedreht wurde, kann er schließlich gewachst werden. Die Wachshülle dient als eine Art Verpackung, die den Käse schützt. Auf dem Foto siehst du, wie der Käse mit einem breiten Pinsel eingestrichen wird.

4

Nr. ….: Milch pasteurisieren
Käse ist ein Milchprodukt und daher braucht man natürlich Milch für seine Herstellung. Zuerst wird also Milch im Käsekessel pasteurisiert, d.h. sie wird auf 63 Grad erhitzt. Das Pasteurisieren dauert genau 30 Minuten, ansonsten würden wichtige Nährstoffe verloren gehen.

5

Nr. ….: Vorkäsen
Beim so genannten Vorkäsen wird die Masse weiter gerührt und zerkleinert. Dabei tritt Molke aus und die Bruchstückchen schwimmen in der Molke. Später wird der Bruch gewaschen. Dafür wird Molke abgesaugt und sauberes Wasser zugefügt, so wie auf dem Foto.

6

Nr. ….: Auskäsen
Beim so genannten Auskäsen wird die Masse weiter gerührt und es tritt weitere Molke aus dem Bruch aus. Wenn der Käse zusammenklebt und nicht mehr glänzt, ist er dann soweit fertig. Das wird von Hand kontrolliert.

7

Nr. ….: Reifen lassen
Zum Schluss liegt er im kühlen Reifungsraum je nach Art noch zwischen zwei bis sechs Wochen und dann kann er endlich angeschnitten und gegessen werden.

8

Nr. ….: Salz und Kräuter beigeben
Bei Schnittkäse kommt nach dem Vorkäsen noch Salz hinzu und bei Kräuterkäse eine entsprechende Kräutermischung. Du kannst auf dem Bild sehen, wie mit einem Topf eine dunkle Kräutermischung in den Käsekessel gegeben wird.

9

Nr. ….: Ansäuren und LAB dazugeben
Die Milch wird nach dem Pasteurisieren angesäuert. Es kommen Säurekulturen in Pulverform hinzu. Je nach Käse werden unterschiedliche Säurekulturen verwendet.
Dann wird LAB - ein Enzym aus dem Kälbermagen - dazu gegeben. Es bewirkt, dass die Milch dicker wird. Nach rund 40 min. wird die dick gelegte Milch geschnitten (siehe Foto).

10

Nr. ….: Regelmässig drehen
Doch bis wir den Käse essen können, dauert es noch. Nach dem Abfüllen in Formen muss er jetzt regelmäßig gedreht werden. Das ist wichtig, damit der Käse gleichmäßig entmolkt und in Form bleibt.
Auf dem Foto siehst du, wie der Käse gewendet wird. Der Käse wird in sich verdoppelten Abständen gedreht, am Ende nur noch morgens und abends.

11

Materialien

Kartoffelsaat bei Wassen 1947. (Sammlung Ernst Brunner, Schweiz. Institut für Volkskunde, Basel)

Kornhäuser

In der Innerschweiz wurde nur im Luzerner Kornland grossflächig Getreide angebaut. Die Alpenkantone spezialisierten sich schon früh auf Viehhaltung. Trotzdem stand Brot und Mus drei bis vier Mal täglich auf dem Speiseplan, so dass sich die Innerschweizerinnen und Innerschweizer auf dem Markt in Luzern und die Schwyzer teilweise auf dem Markt in Zürich eindecken mussten. Bei Missernten und Kriegen war man auf die Kornkammern im Schwabenland (Deutschland), Elsass (Frankreich) und der Lombardei (Norditalien) angewiesen. Die Getreideeinkäufe wurden in öffentlichen Lagerhäusern (den Susten) deponiert und später zu den Kornhäusern transportiert, wo sie als Notvorrat gelagert wurden.

Der Müller und der Bäcker

Mühlen, welche mit Wasserkraft betrieben wurden und Getreide oder andere Produkte (z.B. Gewürze) mahlten, waren begehrte Betriebe. Sie waren meistens im Besitz von Reichen, nicht selten von Klöstern. *Müller* ist übrigens der häufigste deutsche Familienname.
Zu den Mühlbetrieben gehörten oftmals Bäckereien. Für die Brotherstellung war Dinkel (auch Korn genannt) die am weitesten verbreitete und verwendete Getreidesorte. Feines Weissbrot, aus sehr fein gemahlenem Getreide, war eine sogenannte «Herrenspeise». In den Haushalten des normalen Fussvolkes wurden gröbere Brotsorten verbraucht.

Kolumbus und die Kartoffel

Ab dem 16. Jahrhundert erweiterten Lebensmittel den Innerschweizer Speisezettel, welche von Entdeckern wie Christoph Kolumbus aus Amerika oder anderen Kontinenten nach Europa gebracht wurden. Söldner nahmen diese dann bei ihrer Heimkehr mit in die Innerschweiz. Dazu gehörten Kartoffeln, Zucker, Mais, Tomaten, Kakao, Schwarztee oder Kaffee. Solche exotischen Lebensmittel konnten sich vorerst nur die Angehörigen der Oberschicht leisten, erst seit dem 19. Jahrhundert sind sich auch in ärmeren Haushalten verfügbar. Die Kartoffel wurde nach 1750 zur beliebten Speise der Armen, denn sie war nicht sehr teuer und konnte fast überall angepflanzt werden. Volkstümlich nannte man sie auch «Heiland der Armen». Sie ersetzte vielerorts das Brot.

Anbauschlacht im 2. Weltkrieg

Sogar in Friedenszeiten musste die Schweiz Lebensmittel aus dem Ausland importieren. Deshalb schnitten die beiden Weltkriege, als die Grenzen geschlossen und die Nahrungsmittel kaum oder dann zu viel höheren Preisen eingeführt werden mussten, tief in den Alltag der Bevölkerung ein. Kurz nach Kriegsausbruch 1914 (1. Weltkrieg) herrschte bereits ein Mangel an Nahrung. Als eine Massnahme ordneten die Behörden die Schweizer Bauern an, mehr essbare Pflanzen anzubauen. Gefordert wurde vor allem eine Erhöhung der Kartoffelanpflanzungen. Kartoffeln durften auch für die Brotherstellung verwendet werden, weil die Getreideeinfuhr zeitweise stockte.
Auf Grund dieser Erfahrungen im Ersten Weltkrieg, traf man vor dem Ausbruch des Zweiten Weltkrieges ähnliche Massnahmen. Einen Höhepunkt erlebte dieser neue Kurs mit der sogenannten «Anbauschlacht» nach einem Plan des späteren Bundesrates Friedrich Traugott Wahlen: Die Anbaufläche wurde quasi verdoppelt und die Kartoffelernte nahezu verdreifacht.

Innerschweizer Namen für die Kartoffel

Die Innerschweizer hatten viele Namen für das neue Produkt aus Übersee. In Schwyz nannte man die Kartoffel «Gummel». Daraus leitet sich der Übername «Gummelischwyzer» für diese Kantonseinwohner ab. Nach der Überlieferung geht der Name auf den Hof «Gummi» in Arth (SZ) zurück, wo 1727 erstmals im Kanton Schwyz Kartoffeln angebaut worden seien. Mitgebracht habe sie ein Söldner aus dem Elsass. Es könnte auch sein, dass der Name «Gummel» eine Verballhornung des französischen Wortes «pommes de terre» zu «Bummeliterr», «Bummeli» und «Gummeli» ist.
In den anderen Innerschweizer Kantonen heisst die Kartoffel «Härdöpfu» oder «Härdöpfel» und wurde vom umgangssprachlichen «Erdapfel» abgeleitet.

Aufgabe zu Arbeitsblatt 5: Getreide & Kartoffeln

Beschrifte die abgebildete Kartoffelpflanze mit folgenden Begriffen: Wurzeln, Mutterknolle, Stängel, Beere (giftig), Blüte, Seitentrieb mit Tochterknolle. Male danach die Pflanze in den richtigen Farben aus!

Aufbau der Kartoffelpflanze

Die Kartoffelpflanze hat dunkelgrüne Blätter und bildet weisse bis violettfarbene Blüten aus, aus denen die Früchte entstehen. Diese grünen Beeren sind aber nicht zum Essen geeignet. Vielmehr sind es die unterirdisch wachsenden Knollen, die uns als wertvolles Lebensmittel dienen.

Materialien

Die Mitarbeiter der Metzgerei Reichmuth in Schwyz posieren stolz mit einem imposanten Stier.

Jagd auf Murmeltiere

Im Mittelalter war die Jagd ein Recht, das nur den adeligen Herrschaften zustand. Den Bauern war es verboten Wildtiere zu jagen. In der Innerschweiz war eine Überwachung der weitläufigen Alpenregion allerdings gar nicht möglich, so dass sich wohl doch viele Bauern von Wildtieren ernährten. Dazu gehörten neben den heute noch gängigen Jagdtieren auch Murmeltiere. Beliebt war auch das Fett dieser Tiere und zwar als Arzneimittel.

Haustiere als Fleischlieferanten

Schon früh in der Geschichte der Innerschweiz wurde der Fleischbedarf der Menschen über das Schlachten von Haustieren gedeckt. Als erste mussten wohl Hausschweine dran glauben. Das Vieh wurde auf den Alpweiden gesömmert und im Winter im Tal gehalten. Solange wie möglich suchte sich das Vieh Futter im Freien. Reichte das Heu trotzdem nicht für die Winterfütterung, streckte man es mit Tannreisig oder Laub. Schweine hielt man in Wäldern, Ziegen in den kargen, höher gelegenen Gebieten.

Fleisch für die Reichen

Fleisch war auch im Mittelalter ein wichtiger Teil der Nahrung, wobei sich nur vermögende Leute frisches Fleisch leisten konnten. Das gewöhnliche Volk ass wohl vor allem gedörrtes Schaf- oder Ziegenfleisch.
Seit dem Spätmittelalter kam auch der Pferdehaltung grössere Bedeutung zu. Über die Landesgrenzen hinaus bekannt waren insbesondere die «cavalli della Madonna» aus der Pferdezucht des Klosters Einsiedeln (SZ), deren Qualitäten als Schlachtrosse besonders geschätzt wurden.

Viehzucht im Kanton Schwyz

Im Hochmittelalter stellten die Bauern von Selbstversorgung auf Spezialisierung um. Alle Innerschweizer Kantone konzentrierten sich ab diesem Zeitpunkt auf die Viehwirtschaft. Es wurde mit Rindern, Fleisch- und Milchprodukten gehandelt. Wichtig waren vor allem die Viehtransporte über die Alpen nach Norditalien. Das Vieh war anno dazumal mit gut einem Meter Widerristhöhe[1] eher klein. Eine heutige Braunvieh-Milchkuh misst immerhin 1.5 Meter. Das ist das Resultat jahrhundertelanger Züchtung, was vor allem im Kanton Schwyz seit dem Mittelalter betrieben wurde. Das Kloster Einsiedeln spielte dabei eine sehr grosse Rolle. Hier wurde nämlich diese neue grössere Rasse ursprünglich gezüchtet. In den 1960er Jahren kreuzte man die einheimischen Tiere mit amerikanischen Brown-Swiss. Diese Rasse ist im Kanton Schwyz bis heute verbreitet.

Schlachten im November und Dezember

Die Schlachttermine der Haustiere lagen im November oder Dezember. Das hatte naheliegende Gründe: Einerseits musste so das Vieh nicht den Winter hindurch weitergefüttert werden und andererseits bot die kalte Jahreszeit bessere Bedingungen für die Verarbeitung und Aufbewahrung von Fleisch. Frischfleisch wurde nur unmittelbar nach den Schlachtterminen verzehrt. Der grösste Teil des Fleisches wurde durch Räuchern, Pökeln in Salzlake oder Verarbeitung zu Würsten haltbar gemacht und eingelagert.

Fleisch heute

Heute soll Fleisch nicht einfach nur ernähren, sondern auch höchste Anspruche an Qualität, Umweltverträglichkeit und Tierschutz erfüllen. Einheimisches Fleisch wird zum Beispiel unter den Labels Bio[2] oder IP[3] verkauft. Es entscheiden sich auch viele Menschen kein Fleisch mehr zu essen, aus Rücksicht auf die Tiere oder aus anderen ethisch-religiösen Gründen.

---

1 Der Widerrist ist der erhöhte Übergang vom Hals zum Rücken bei Vierbeinern.

2 Bio Suisse versteht sich als starke und selbstbewusste Organisation mit einer Mitwirkung vom Feld bis auf den Teller. Der gesamte Bauernbetrieb wird biologisch geführt: Vorschriften bei der Tierhaltung, etwa bei der Herdengrösse (Hühner), Förderung der Artenvielfalt ; Einschränkungen in Düngung, Flugverbot und strenge Verarbeitungsrichtlinien.

3 IP-SUISSE setzt sich für eine ökologisch (umweltschützende/naturbewusste) und ökonomisch (sparsam/geschäftlich) ausgewogene Schweizer Landwirtschaft ein. Oberstes Ziel ist die Produktion von gesunden und qualitativ hochwertigen Nahrungsmitteln, die zu fairen Preisen in den Handel gelangen. IP-SUISSE-Bauernbetriebe sollen von ihrer Arbeit leben können und für ihre vielfältigen Anstrengungen zum Schutz der Umwelt und zur Förderung der Artenvielfalt belohnt werden.

Aufgabe zu Arbeitsblatt 6: Fleisch

Mit grossen Nauen, die bis zu 25 Tiere aufnehmen konnten, transportierten Viehhändler bis ins 20. Jahrhundert Milchkühe und Jungvieh über den Vierwaldstättersee bis in den Kanton Uri und von dort über den Gotthard Richtung Süden, wo das Innerschweizer Vieh als Fleischlieferant und zur Milchviehzucht hoch begehrt war.

1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															

waagrecht:
1. Welche Jahreszeit eignete sich am besten um Fleisch aufzubewahren?
2. Zu was kann man Fleisch verarbeiten, um es haltbar zu machen?
3. Wie nennt man Menschen, die kein Fleisch essen?
4. Auf welches ungewöhnliche Wildtier machte man im Mittelalter Jagd?
5. Welches war das erste Haustier der Menschen, das als Fleisch auf dem Teller landete?
6. Wohin wurden die Kühe auf dem Bild gerudert?
7. Welches Kloster spielte in der Schwyzer Viehzucht eine grosse Rolle?

senkrecht: Lösungswort (im schwarzen Rahmen)
Für welches Land waren die Innerschweizer Kühe auf der Fotografie bestimmt?

Materialien

Mittelalterlicher Fischmarkt

Fischen für die Klöster und Stadtherrschaft

Die Fischerei ist neben der Jagd und der Sammelwirtschaft eine der ältesten menschlichen Tätigkeiten zur Deckung des Nahrungsbedarfs. Auch bei der Nahrungsversorgung der Innerschweizer Bevölkerung vor der Industrialisierung spielte die Fischerei eine nicht zu unterschätzende Rolle. Inwieweit der Fisch für die Bewohner der Seegemeinden eine alltägliche und frei zugängliche Nahrung war, ist ungewiss. Zumindest ist bekannt, dass es für die Anwohner des Luzerner Teils des Vierwaldstättersees verboten war, entlang des Ufers mit der Rute zu fischen. Die Fischfangrechte gehörten nämlich bis fast 200 Meter weit in den See hinaus den Klöstern und der Stadt Luzern. Nur die offene See stand allen Fischern zur Nutzung offen. Die Fischer aus dem Volk erhielten von den Klöstern oder der Stadt teilweise die Fischfangrechte übertragen, aber sie mussten dafür einen Teil ihres Fanges abgeben. So hatten die Fischer aus Stansstad um 1200 an vier hohen Feiertagen pro Jahr je tausend Albeli (kleinwüchsige Felchen) an das Kloster Engelberg zu liefern, dazu einmal jährlich dreissig Felchen und drei Hechte.

Fischers Fritz fischt frische Fische

Bis in die zweite Hälfte des 20. Jahrhunderts wurde die Fischerei vorwiegend von Netzfischern betrieben, die nicht Berufsfischer im heutigen Sinn waren, sondern sich als Landwirte oder Weinbauern mit dem Fischen noch einen Batzen dazu verdienten. Nach 1950 änderte man dies schweizweit und die Zahl der Netzfischer verkleinerte sich von 1'132 im Jahr 1948 auf 310 im Jahr 2010. Heute sind die Fischer zum grössten Teil Profis, also Berufsfischer.

Fischmarkt

Auf dem Markt in Luzern boten die Fischer gemäss dem Bericht von Johann Leopold Cysat um 1661 jeweils freitags und samstags mehr als 20 verschiedene Fischarten an wie Aale, Alet, Albeli, Balchen, Barsche, Brachsmen, Edelfische, Egli, Felchen, Forellen, Hasel, Hechte, Karpfen, Lachse, Rotten, Schleien, Trüschen und Weissfische. Um eine ausreichende und preisgünstige Versorgung mit Fisch zu gewährleisten, mussten die Fischer ihren Fang auf dem lokalen Markt anbieten, bevor sie ihn in andere Städte ausführen durften. Heute leben ca. 30 Fischarten im Vierwaldstättersee, die sich natürlich fortpflanzen.

Fastenzeit

Im Mittelalter und der Frühen Neuzeit waren etwa ein Drittel aller Tage eines Jahres Fastentage, an denen weder Fleisch, noch Eier- und Milchspeisen genossen werden durften. Damit erhielt der Fisch auch auf dem Speisezettel der Bauernfamilien eine wichtige Bedeutung. So durfte zwischen Aschenmittwoch und Ostersonntag, vor Weihnachten und andern Festtagen nur eine volle Mahlzeit pro Tag und zwei kleine Stärkungen eingenommen werden.

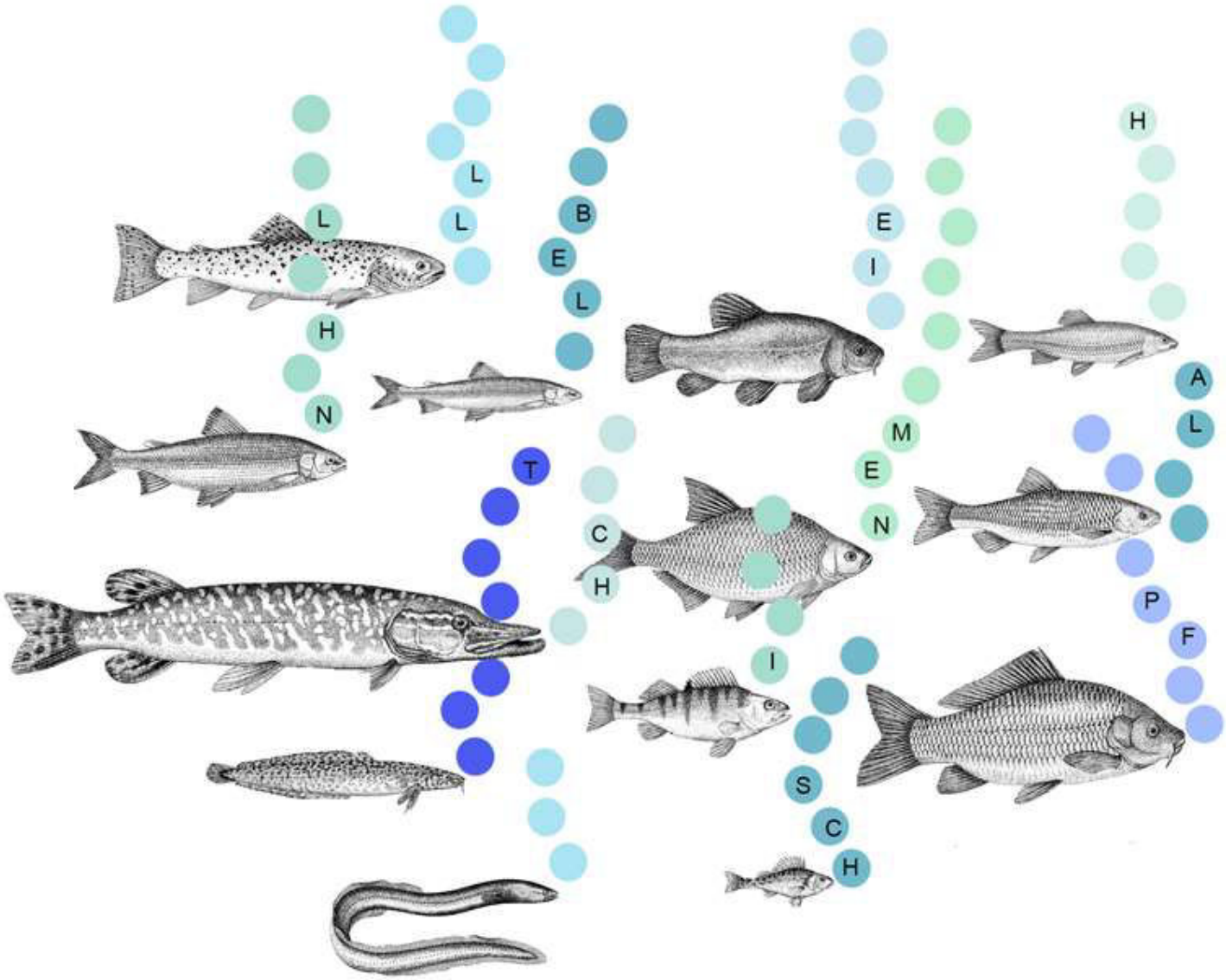
Einerseits sollten die Menschen aus religiösen Gründen fasten. Dieser körperliche Verzicht sollte sie auf die hohen Festtage vorbereiten. Andererseits herrschte während den kirchlichen Fastentagen insbesondere aber in der ersten Hälfte des Jahres sowieso Mangelzeiten, was die Nahrungsvorräte der Menschen betraf.

In der Innerschweiz rund um den Vierwaldstättersee war Fisch als Fastenspeise begehrt. Wenn es sich die Leute leisten konnten, kam importierter Meeresfisch (Stockfisch und Salzhering aus der Nord- und Ostsee) auf den Tisch. Daneben waren Krebse, Schnecken, Schildkröten, Frösche und Muscheln erlaubt. Ebenso zählte man Enten, Gänse, Biber und Fischotter als im Wasser lebende Tiere zur Fastennahrung. Dazu ass man Mehlspeisen aus Weizen oder Roggen, Hülsenfrüchte, Hirsebrei, Gemüse (z.B. Zwiebeln) oder Trockenfrüchte. Besonders beliebt war und ist die (Apfel-)Wähe oder Dünne.

Aufgabe zu Arbeitsblatt 7: Fische

Welche der im Text oben erwähnten Fischarten schwimmen unten im Vierwaldstättersee? Schreibe ihre Namen in die Luftbläschen!

Fische im Vierwaldstättersee



Materialien

Steinen im Kanton Schwyz von blühenden Kirschbäumen umrahmt (1910)

Paradiesgärten der Innerschweiz

Am nördlichen Ufer des Vierwaldstättersees zwischen Küssnacht und Weggis, sowie im Kanton Schwyz erinnert einen der Anblick der blühenden Obstbäume ans Paradies: Apfel-, Birnen-, Zwetschen- und Kirschbäume verzaubern bis heute die Region im Frühling mit rosa und weissen Farbtupfen. Besonders erwähnt sei hier die Region rund um die beiden Orte Weggis und Vitznau: die sogenannte Luzerner Riviera. Sie liegt auf der Südseite der Rigi und ist daher durch den Berg vor rauen Nordwinden geschützt. Das milde Klima lässt hier am Vierwaldstättersee neben den Obstbäumen zahlreiche südliche Pflanzen gedeihen, so zum Beispiel Kastanienbäume, Palmen, Pfirsich, Feigen, Weintrauben und Orchideen.

Obst & Gemüse aus der Luzerner Riviera

Erste Gemüse- und Obstlieferungen aus Weggis und Umgebung zum Luzerner Wochenmarkt sind bereits für das Mittelalter belegt. Jeweils am Dienstag und Samstag ruderten die Weggiser Marktleute die Produkte ihrer Gärten und Wiesen mit Nauen von zwei Tonnen Tragkraft zum städtischen Markt am Reussufer in der Stadt Luzern. Den Wasserweg benützte man auch noch im 20. Jahrhundert mit motorbetriebenen Transportschiffen, bis der Nauenbetrieb zwischen Weggis und Luzern 1974 eingestellt wurde. Seither beliefern die Weggiser Gemüse- und Obstproduzenten die Stadt Luzern über den Landweg.
Ebenso wie der Handel mit Milchprodukten war auch der Verkauf von Obst und Gemüse im vormodernen Luzern klar kontrolliert. Die Waren durften nur auf Luzerner Märkten und zu günstigen Preisen angeboten werden, um die Versorgung der Bevölkerung zu sichern. Die Ausdehnung der Obstbaugebiete über den Rigisüdhang hinaus machte den Kanton Luzern ab 1860 zu einem bedeutenden Obstbaugebiet der Schweiz.

Vitamine und Mineralstoffe

Obst war Lieferant für Vitamine und Mineralstoffe in einer ansonsten eher fleisch- und milchproduktelastigen Ernährung der Innerschweizer Bevölkerung. Wo Getreide selten und teuer war, wurden Birnen, Zwetschgen und Nüsse zu Brei gemischt und zum Strecken des Brotteigs genutzt. Daraus entwickelten sich später die Birnweggen und das Birnbrot. Die Menschen aus der Innerschweiz sammelten einen grossen Teil der Früchte in der Natur, vor allem Beeren und Haselnüsse, aber auch Baumfrüchte. Daneben wurden Baumgärten angelegt, in denen Obstbäume angepflanzt und veredelt[1] wurden.

Kompott & Schnitz aus dem Keller

Das Obst wurde eingesammelt, gerüstet, getrocknet oder unter Zugabe von Honig oder Zucker zu Mus, Kompott, Gelee oder Konfitüre eingekocht. Ein Grossteil der Früchte wurde auch gedörrt. Dörrobst, die sogenannten «Schnitze», diente auch als Brot- und Kartoffelersatz, als kleine Zwischenmahlzeit oder Vorrat für den Frühling. Als Frischobst verzehrte man vor allem Äpfel.

Most & Schnaps

Ein weiterer Teil der Obsternte wurde zu Schnaps gebrannt oder zu Obstsaft gemostet. In beiden Fällen verwendete man das qualitativ schlechtere Obst. Das Mosten und Brennen der Früchte war nur für den Hausgebrauch erlaubt. Für den Verkauf von Most, der spätestens im 19. Jahrhundert zum beliebten Volksgetränk wurde, brauchte es lange eine spezielle Bewilligung.

[1] Im 17. Jahrhundert entwickelte man verbesserte Methoden zum Pflanzen, Düngen und Pfropfen von Obstbäumen. Bei letzterem werden den Jungbäumen Ästchen von besonders guten Sorten angesetzt. Die Wunde wird nach aussenhin mit Baumwachs luftdicht abgeschlossen. Frankreich war führend im Obstbau und heimkehrende Söldner brachten nicht selten neue Sorten oder Pflegekenntnisse mit in die Innerschweiz.

Aufgabe zu Arbeitsblatt 8: Obst & Gemüse

Welche Gemüsesorten kannst du in den Körben der Weggiser Marktfrauen erkennen?

.....

.....

.....

.....

Hinweise zur Exkursion: Vorbereitung und Tagestour

Lernziele	Zeit	Inhalt	Material
Vorbereitung der Exkursion noch im Unterricht: Exkursionsroute und Aufträge erläutern	20‘	SuS schauen sich die Exkursionsroute auf der Landkarte an. LP erläutert Folgendes: Wir machen uns mit einer Weggiser Marktfrau um 1597 auf die Reise zum städtischen Markt: ▪ Vormittag: Postenlauf in Luzern zum Thema «Markttag in Luzern» in 4er Gruppen. ▪ Nachmittag: Reise in die Sonnenstube am Vierwaldstättersee und Wanderung von Weggis nach Greppen; also im Gebiet der Gemüse- und Obstlieferanten für die Stadt Luzern	Luzerner Karte
Ablauf Exkursion Vormittag Postlauf: Markttag in der Stadt Luzern Transfer der historischen Erkenntnisse aus dem vorbereitenden Unterricht. Orientieren auf einem mittelalterlichen Stadtplan	120‘	Gemeinsamer Einstieg beim Bahnhof: LP stellt Postenlauf vor: ▪ alter Stadtplan von Martinus Martini 1597. (Spätmittelalter), viele Gebäude, Brücken und Plätze stehen auch heute noch. ▪ Gemeinsames Lösen der Aufgabe Posten 1 Standort: Schiffstation 1 bei Seebrücke LP zeigt die Pilatusstrasse: Hier entlang verliefen früher die Schienen der Eisenbahn Aufteilen der Klasse in 4er Gruppen Hälfte der Klasse startet chronologisch, andere Hälfte «verkehrt rum». Treffpunkt beim Bahnhof unter dem Torborgen 1.5 h später. Gemeinsames Durchgehen der Lösungen.	AB 9: Postenlauf Schreibzeug
Ablauf Exkursion Nachmittag Wanderung von Weggis nach Greppen; also im Gebiet der Gemüse- und Obstlieferanten der Städter	120‘	Tipp 1: Je nach Jahreszeit kann ein Trinkstopp bei einem Bauernhof für einen Schluck Apfelmost oder das Probieren von frischem Obst oder Würstli eingeplant werden. Tipp 2: Besuch eines Bauernbetriebes mit Blick in den Stall, auf die Obstbäume oder in den Gemüsegarten. Tipp 3: Besuch der Firma Baer in Küssnacht	

Quellenangaben im Arbeitsblatt der Schülerinnen und Schüler

Posten 1–11:
Ausschnitte aus dem Martiniplan von 1597:
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Martiniplan_Luzern.jpg

Posten 1: Bahnhof
VHS-Heft: Christian Scheidegger, Daniel Schlup, Vom Alptransit zum Tourismushit. Luzern im Spiegel der Verkehrsgeschichte, Verkehrshaus der Schweiz, Luzern 2000. (09_Von der Bahn auf den Dampfer, um 1865)

Posten 2: Kapellbrücke
VHS-Heft: Christian Scheidegger, Daniel Schlup, Vom Alptransit zum Tourismushit. Luzern im Spiegel der Verkehrsgeschichte, Verkehrshaus der Schweiz, Luzern 2000. (08_Alte Mauern weichen, um 1862)

Posten 3: Sust
Text: Ab uf d'Gass, Spurensuche auf Luzerns alten Strassen. Andrea Huwyler-Bachmann für das Historische Museum Luzern 2002:
http://www.historischesmuseum.lu.ch/postenlauf_komplett.pdf
Bild: POI 38 Luzerner Landwirtschaft einst und heute, Robert Zünd: Kornernte auf der Luzerner Landschaft

Posten 4: Kornmarkt
Fotografie Kornschütte innen: http://www.visarte-zentralschweiz.ch/menu-links/ausstellungen/aussstellungen-2002-2000/
Fotografie Kornmarkt mit Blick auf Kornschütte:
http://www.rolanddörig.ch/html/ausstellungen.html

Posten 5: Unter der Egg
Abbildung aus POI 21 Schiffländte: Der Luzerner Markt «Unter der Egg» um 1830. Stich von Johann Baptist Isenring von 1832. Aus: Bauern und Patrizier. Stadt und Land Luzern im Ancien Régime. Luzern 1986, S. 94.

Posten 6: Weinmarkt & Fischmarkt
Text und Bild aus: Stefan Ragaz, Luzern im Spiegel der Diebold-Schilling-Chronik, Adligenswil 2014. S.64-66.

Posten 7: Reussbrücke und Zöpfli
Ab uf d'Gass, Spurensuche auf Luzerns alten Strassen. Andrea Huwyler-Bachmann für das Historische Museum Luzern 2002:
http://www.historischesmuseum.lu.ch/postenlauf_komplett.pdf

Posten 8: Mühlenplatz
Münzprägestätte und Münzkanal: Unter dem Pflaster liegt die Stadt, Archäologie am Mühlen-platz 2008-2009, Vorbericht Fabian Küng: http://www.da.lu.ch/muehlenplatz_2008-09.pdf
Abb. Luzerner Taler aus Silber:
www.ricardo.ch/kaufen/muenzen/kantonalmuenzen/luzern/schweiz-luzern-1-taler-1622-ar/v/an756051210/

Posten 9: Spreuerbrücke
Text und Abb.: Die Mühlengassen als Bäckerviertel: Unter dem Pflaster liegt die Stadt, Archäologie am Mühlenplatz 2008-2009, Vorbericht Fabian Küng:
http://www.da.lu.ch/muehlenplatz_2008-09.pdf

Posten 10: Pfistergasse
Ab uf d'Gass, Spurensuche auf Luzerns alten Strassen. Andrea Huwyler-Bachmann für das Historische Museum Luzern 2002:
http://www.historischesmuseum.lu.ch/postenlauf_komplett.pdf

Posten 11: Wilder Mann
Text und Bild: http://www.wilden-mann.ch/cms/index.php?page=151

Lösungen Postenlauf:

Posten 1: Bahnhof
Die Dampfmaschine.
Die erste verwendbare Dampfmaschine wurde 1712 von Thomas Newcomen konstruiert und diente zum Abpumpen des Wassers in einem Bergwerk. James Watt, dem oft fälschlicherweise die Erfindung der Dampfmaschine zugeschrieben wird, verbesserte den Wirkungsgrad der Newcomenschen Dampfmaschine erheblich. (http://de.wikipedia.org/wiki/Dampfmaschine)

Posten 2: Kapellbrücke
Der Kanton Schwyz (Weggis und Vitznau gehören noch zum Kanton Luzern)

Posten 3: Sust
Um 1800 mit Karren und Saumtiere: rund 19 Stunden
Um 1900 mit der Dampfeisenbahn: rund 2 Stunden
Um 2000 mit der Eisenbahn: rund 1 Stunde

Posten 4: Kornmarkt
Kornschütte

Posten 5: Unter der Egg
Elle und Zoll

Posten 6: Weinmarkt & Fischmarkt
Das Brunnenwasser war Trinkwasser und ist es noch heute! Nur ganz reiche Menschen hatten im Mittelalter eigene Trinkwasserbrunnen in ihren Privathäusern, so dass die Menschen das Trinkwasser am öffentlichen Brunnen auf dem Marktplatz in grossen Eimern holen mussten. An diesen Ort trafen sich die Leute. Hier wurde auch getratscht und Neuigkeiten ausgetauscht. (Stefan Ragaz, Luzern im Spiegel der Diebold-Schilling-Chronik, Adligenswil 2014. S.66.)

Posten 7: Reussbrücke und Zöpfli
Zur Befestigung von Reussschiffen

Posten 8: Mühlenplatz
Bischof Leodegar von Autun. Er wurde heiliggesprochen und gilt als Märtyrer. Er ist der Stadtheilige von Luzern. Sein katholischer Gedenktag ist der 2. Oktober.

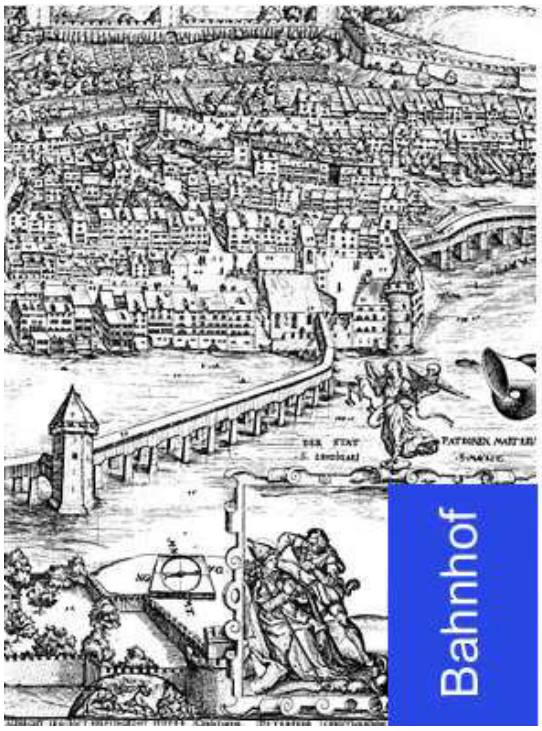
Posten 9: Spreuerbrücke
Den Namen hat die Brücke erhalten, weil die von den nahen Stadtmühlen anfallende Spreu (Abfall der Müller) über den Brückenrand in die Reuss geschüttet wurde.

Posten 10: Pfistergasse
Pfister = Bäcker

Posten 11: Wilder Mann
Pilatus

Alter Stadtplan von Luzern (1597): Postenlauf-Stationen

1 Bahnhof
2 Kapellbrücke
3 Sust (Kapellplatz)
4 Kornmarkt
5 Unter der Egg
6 Weinmarkt/Fischmarkt
7 Zöpfli/Reussbrücke
8 Mühlenplatz
9 Spreuerbrücke
10 Pfistergasse
11 Restaurant Wilder Mann



Ausschnitt Martiniplan ohne Bahnhof

Güterverlad von der Eisenbahn aufs Dampfschiff (Eindecker)

Posten 1: Bahnhof Luzern

Informationen

Der erste Luzerner Centralbahnhof wurde 1858/59 gebaut. Seine Geleise lagen parallel zu Reuss entlang der heutigen Pilatusstrasse. Auf Drehscheiben wurden die Eisenbahnwagen der Güterzüge um 90 Grad gewendet und direkt zu den Dampfschiffen auf der linken Seeseite herangeschoben. Von hier wurden die Güter auf dem Seeweg weitertransportiert. Im Vergleich zu herkömmlichen Segelschiffen oder Nauen (Ruderbooten) erreichten die Dampfer aber sehr hohe Geschwindigkeiten von bis zu 20 km/h. Sie waren damit vor der Eisenbahn das schnellste Verkehrsmittel überhaupt. Zudem waren sie von Wind und Wetter unabhängig und konnten einen genauen Fahrplan einhalten.

Frage

Welche Maschine musste der Mensch zuerst erfinden, damit er seine Güter mit der schnellen Dampfeisenbahn und dem Dampfschiff transportieren konnten?

Antwort

……

Ausschnitt Martiniplan

Blick Richtung Gotthard um 1862

Posten 2:Kapellbrücke – Blick Richtung Gotthard

Informationen

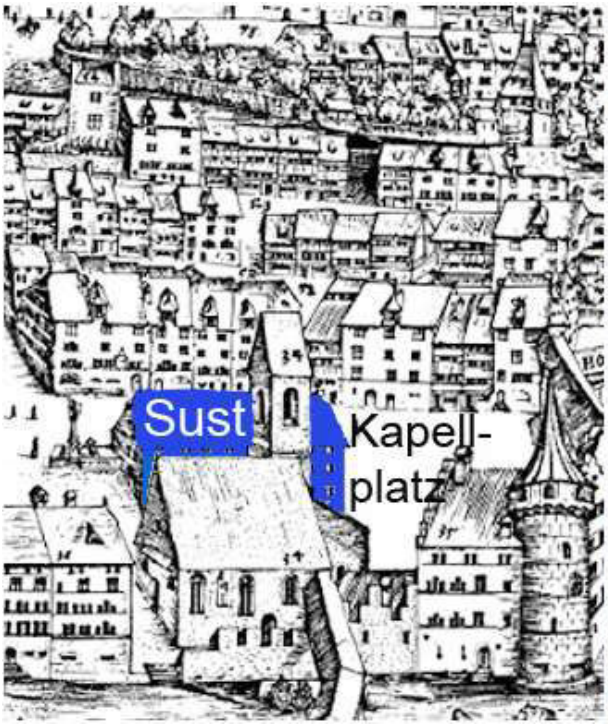
Es gibt verschiedene Gründe, warum Luzern schon im Mittelalter zu einem wichtigen Markt- und Handelsplatz aufstieg. Der wichtigste aber ist die Lage der Stadt am Wasser, da die Güter in früheren Jahren am einfachsten mit Segelschiffen und Ruderbooten transportiert werden konnten. Die Strassen im Mittelalter und der vormodernen Zeit waren holprig und die Reise mühsam und zeitaufwändig. Ausserdem lauerten überall Gefahren, nicht zuletzt bei den Wegelagerern, welche Transporte überfielen und ausraubten.
Die Stadt Luzern liegt am nördlichen Ende des Vierwaldstättersees und war somit übers Wasser mit den Innerschweizer Kantonen verbunden. Über die Grenzen der Eidgenossenschaft hinaus fanden die Güter vor allem Verbreitung über die Gotthard-Route.

Frage

Schaue von der Kapellbrücke über den See Richtung Gotthard. Stelle dir vor, du transportierst Waren von Luzern über den Vierwaldstättersee nach Flüelen im Kanton Uri. Flüelen liegt am südlichen Ende des Sees. Welcher Kanton liegt am linken Seeufer des Vierwaldstättersees?

Antwort

……



Ausschnitt Martiniplan

Kornernte auf der Luzerner Landschaft

Posten 3: Kapellplatz – die alte Sust im Getreidemagazin

Informationen

Neben die St. Peterskapelle baute man im Mittelalter ein Getreidemagazin. Hier wurde das Korn von der Luzerner Landschaft für die Städter gelagert.
Das Erdgeschoss des Getreidemagazins diente seit 1545 dem Gotthardverkehr als Sust (Lagerhalle). Hier wurden also die Güter, welche aus dem Süden über den Gotthard in die Stadt Luzern gelangten, aufbewahrte, bis ein Händler die Ware auf einen Kahn (Flussfahrt) oder auf seinen Karren (Landweg) lud und damit gegen Norden weiterzog.

Frage

Wenn ein Händler heutzutage von Luzern mit dem Lastwagen nach Basel fährt, braucht er für die knapp 100 Kilometer etwa 1 h 15 min. Was meinst du, wie lange brauchte wohl ein Händler um 1800 mit Karren und Saumtieren für dieselbe Distanz?

Antwort

……

Ausschnitt Martiniplan

Rathaus mit ehemaliger Korn- und Kaufhalle

Posten 4: Kornmarkt (Platz)

Informationen

Der Kornmarkt erhielt seinen Namen von den mittelalterlichen Kornhäusern, die sich hier befanden. Schon um 1411 wurde dazu eine Korn- und Kaufhalle am Platz errichtet: das Handelszentrum der Innerschweiz – zuerst für das Salz aus Deutschland oder Österreich, dann für das Getreide (Korn) aus dem umliegenden Mittelland. Zwischen 1602 und 1604 errichtete man an derselben Stelle das Rathaus. Die Ratsstuben befanden sich direkt über der Korn- und Kaufhalle. Damit wurde der Kornmarkt zum politischen Zentrum der Stadt Luzern.

Frage

Am Kornmarkt kannst du noch die alte Korn- und Kaufhalle betreten. Heute wird diese hauptsächlich als Ausstellungs- und Empfangsraum genutzt. Wie heisst dieser Raum (Bild rechts oben)?

Antwort

……

Ausschnitt Martiniplan

Der Luzerner Markt «Unter der Egg» um 1830

Posten 5: Unter der Egg

Informationen

Luzern hatte bereits im Mittelalter einen täglichen Markt, wo Bauern und Fischer der Umgebung Gemüse, Obst, Fleisch, Fisch, Milch und Milchprodukte zum Kauf anboten. Die Arkaden an der Reuss mit dem Namen Unter der Egg boten dabei einen vor der Sonne und dem Regen geschützten Platz. Bis ins 19. Jahrhundert lagen sie direkt an der Reuss. Erst 1833 wurde der Rathausquai aufgeschüttet.

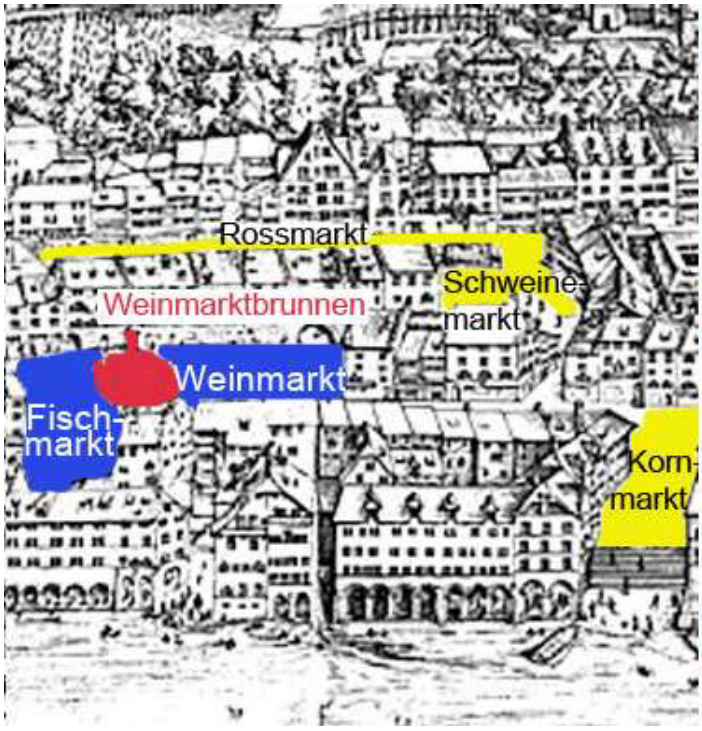
Frage

Im Mittelalter entwickeln sich komplizierte Masssysteme, um die Länge von Stoff, das Gewicht von Esswaren oder die Menge von Milch abzumessen. Das Recht, Masse zu bestimmen und zu beaufsichtigen, lag bei der Stadtherrschaft. Sie beauftragt sogenannte Eichmeister, regelmässig die Gewichte und Masse der Händler, Wirte und Müller zu kontrollieren. Die richtigen wurden gezeichnet (geeicht), fehlerhafte auf der Stelle vernichtet. Erst 1877 werden in der ganzen Schweiz Meter, Liter und Kilogramm als Masseinheiten vorgeschrieben.

Wie nannte man die Längenmasse *Armlänge* (Ellbogen bis Faust) und *Daumenbreite*?

Antwort

……



Ausschnitt Martiniplan

Schilling Chronik: Weinmarkt

Posten 6: Weinmarkt & Fischmarkt

Informationen

Nun stehst du also auf dem Weinmarkt in der Altstadt von Luzern. Auf dieser Seite der Reuss waren seit jeher die Märkte. Hier in der Nähe befanden sich auch der Schweinemarkt, der Rossmarkt, der Kornmarkt und der Fischmarkt. Sie sind alle auf dem Martiniplan eingezeichnet.

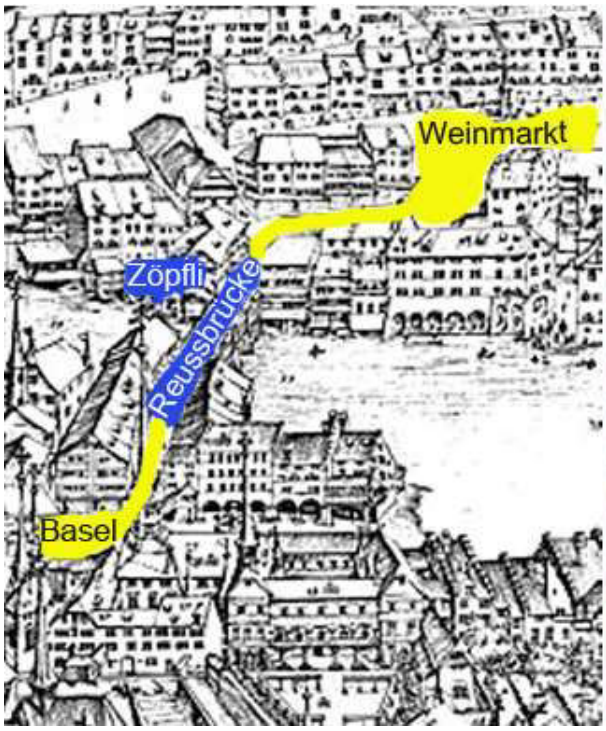
Mitten auf dem Weinmarkt steht ein prachtvoller, grosser Brunnen. Er wurde nach dem Abbruch der Markthalle (Schaal) 1481/82 gebaut.

Frage

Um 1513 gab es in der Stadt nur fünf Brunnen. Es war strengstens verboten darin Fische zu halten oder die Wäsche zu waschen. Warum?

Antwort

……



Ausschnitt Martiniplan

Eisenring beim Zöpfli

Posten 7: Reussbrücke & Zöpfli

Informationen

Hier, an der schmalsten Stelle der Reuss, befand sich bereits vor rund 800 Jahren ein Übergang. Die Reussbrücke war die erste Brücke der Stadt Luzern. Früher aus Holz gebaut, ist sie seit etwa 150 Jahren aus Eisen. Über diese Brücke führte die Landstrasse. Für Fuhrwerke befahrbar, war sie ein wichtiger Übergang für die Marktfahrerinnen und Marktfahrer aus der Region.
Gehe nun über die Brücke Richtung Altstadt und dann links runter zum kleinen Platz an der Reuss, dem sogenannten Zöpfli. So wie hier, sah es an den meisten «Uferstrassen» der Stadt Luzern aus. Man gelangte über wenige Treppenstiegen direkt zum Wasser.

Frage

Schaue der das Foto oben rechts an! Für was wurde wohl dieser grosse Eisenring gebraucht?

Antwort

……

Ausschnitt Martiniplan

Alter Luzerner Taler

Posten 8: Mühlenplatz & Münzprägestätte

Informationen

Wie der Name *Mühlenplatz* schon sagt, standen hier im Mittelalter und in der frühen Neuzeit verschiedene Mühlen mit Mühlenrädern, welche durch die Wasserkraft angetrieben wurden. Im 17. Jahrhundert wurden die Mühlen erneuert und ausgebaut. Fünf Kanäle leiteten das Wasser auf insgesamt zehn Wasserräder. Ein sechster, unterirdischer Kanal speiste das Mühlenrad der städtischen Münzstätte, in der von 1597 bis 1846 mit Wasserkraft Münzen geschlagen wurden.

Frage

Schaue dir das Foto oben rechts an! Wer ist auf dem alten *Luzerner Taler* (Münze) abgebildet?

Antwort

……

Ausschnitt Martiniplan

Der Müller an der Arbeit

Der Bäcker an der Arbeit

Posten 9: Spreuerbrücke

Informationen

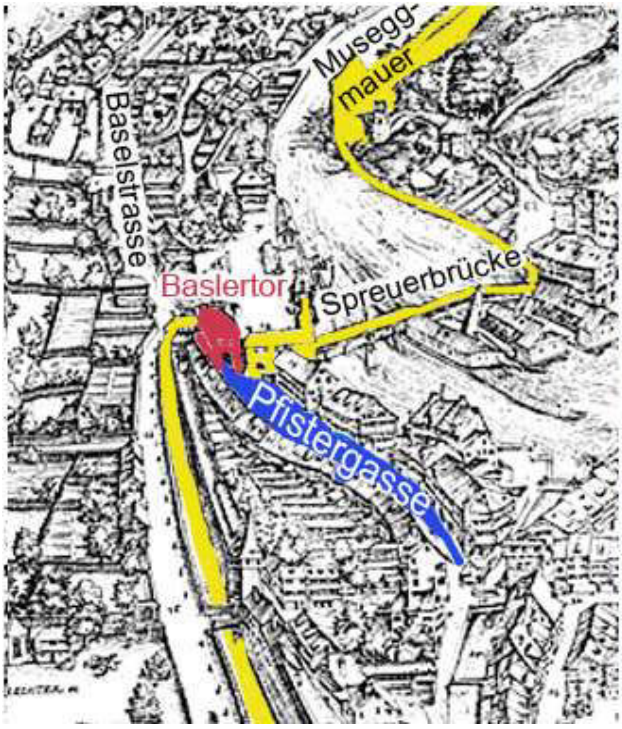
Auf dem Martiniplan sieht man gut, dass an die Spreuerbrücke im Mittelalter hölzerne Mühlen-Häuser angebaut waren. Zwischen diesen Mühlen-Häusern floss die Reuss in engen Mühlenkanälen. Hier wurde die Wasserkraft der Reuss genutzt. Mühlenräder drehten sich im Fluss und bewegten Mahlsteine. Der Müller kaufte auf dem Markt Getreide und reinigte es sorgfältig. Er nahm den Mehlkörper und vermahlte diesen in der Mühle. Die Schale des Getreides (Spreu) warf er weg, denn diese war Abfall. Aus dem Mehl backte der Bäcker dann Brot.

Frage

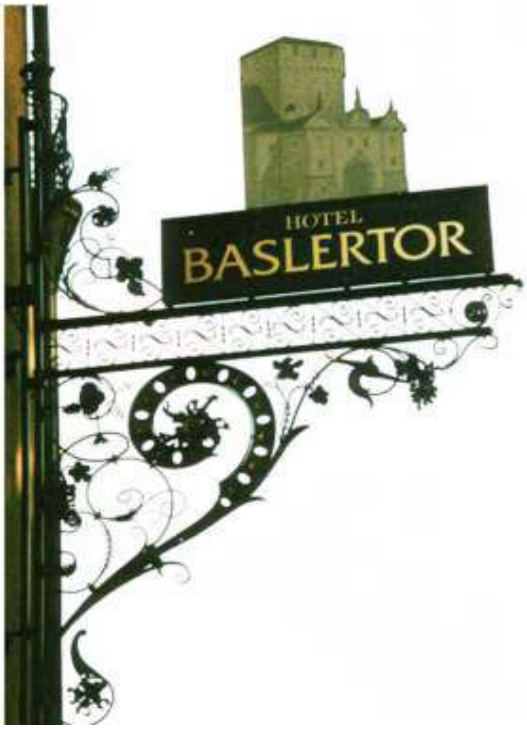
Wie kam die Spreuerbrücke wohl zu ihrem Namen?

Antwort

……



Ausschnitt Martiniplan



Hotelschild mit ehemaligem Baslertor

Posten 10: Pfistergasse & Baslertor

Informationen

Am Ende der Pfistergasse stand das Baslertor mit dem Haberturm. Die beiden sind auf dem Martiniplan oben rot eingefärbt. Hier endete bis vor rund 150 Jahren die Stadt Luzern. Die Stadtgrenze wurde mit Mauern, Brücken (Spreuerbrücke) und Türmen (Museggtürme) befestigt, damit die Stadt gegen Angreifer geschützt war. Die Stadtbefestigung ist gelb eingezeichnet.

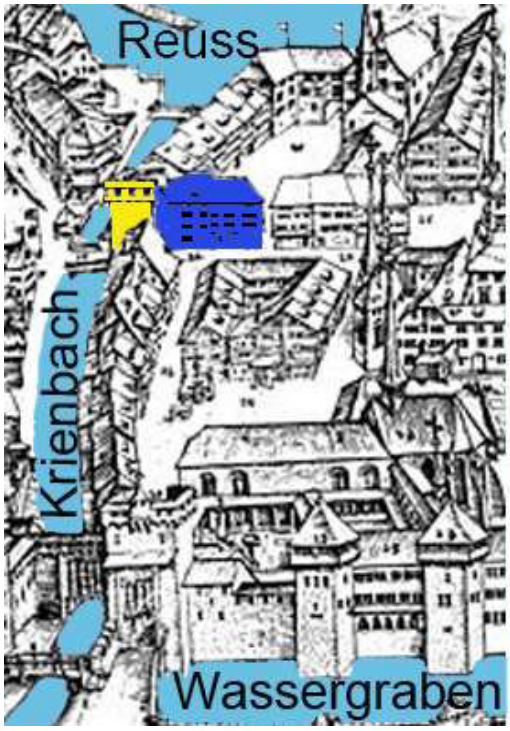
In unmittelbarer Nähe zum Baslertor standen die Zollstätten. Hier mussten die Handelsleute Zollgeld für ihre Ware bezahlen, bevor sie auf der Landstrasse weiter über Emmenbrücke Richtung Basel reisen konnten. Dies ist auch die Erklärung dafür, warum die Pfistergasse vor dem Baslertor plötzlich viel breiter wird: Es sollte Platz geschaffen werden für die Wagen, die am Zoll auf die Abfertigung warteten.(Heute befindet sich hier das Historische Museum Luzern)

Frage

Warum trägt die Pfistergasse diesen Namen? Was ist der heutige Name für den Beruf Pfister? Vielleicht hilft es dir, wenn du dir bewusst machst, dass du ganz in der Nähe des Mühlenplatzes und der Spreuerbrücke bist!

Antwort

……



Martiniplan mit «Wildem Mann» (blau) und Burgertor (gelb, heute abgerissen)

Das Restaurant und Hotel «Wilden Mann» stand direkt neben dem Burgertor. Gäste sind mit Kutschen angereist.

Posten 11: Restaurant Wilder Mann

Informationen

1517 wird der Name dieses Restaurants und Hotels - «Wilden Mann» - zum ersten Mal in einer Urkunde schriftlich festgehalten: Das Haus erhält als Gaststätte das Pintenrecht, es dürfen vorerst also nur Getränke ausgeschenkt werden. Erst 1726 erwirbt es das Tavernenrecht und wird somit zum Hotel mit separatem Waschhaus und Stallungen (für die Kutschen-Pferde der Reisenden) im Erdgeschoss. Das Geschäft läuft gut: Nach und nach wird an-, um- und ausgebaut, bis der «Wilde Mann» im 19. Jahrhundert sieben Häuser umfasst.

Frage

Das Trinkwasser wurde im Mittelalter in Kriens gefasst und entlang dem Krienbach (siehe Martiniplan oben) über Holzleitungen in die Stadt geleitet. Bis heute werden die Brunnen der Altstadt über dieses alte Wassernetz gespeist! Der Krienbach ist allerdings überdeckt und darüber wurde eine Strasse gebaut. Er läuft heute unterirdisch in die Reuss.

Von welchem Berg kam und kommt wohl das saubere Wasser?

Antwort

……

Quellenangabe Rezepte & Infos

Lozärner Läbchueche
Rezept und Infos aus: Das kulinarische Erbe der Schweiz, Band 1, S. 65 ff, Echtzeit Verlag, Basel 2012

Nidwaldner Ofätori
Rezept und Infos aus: Das kulinarische Erbe der Schweiz, Band 1, S. 79 ff, Echtzeit Verlag, Basel 2012

Obwaldner Zigerchrapfe
Rezept: http://www.gutekueche.ch/rezept/5866/zigerchrapfe.html
Infos: http://www.kulinarischeserbe.ch/product.aspx?id=292

Schwyzer Chässoppe
Rezept: Das kulinarische Erbe der Schweiz, Band 1, S. 118, Echtzeit Verlag, Basel 2012
Infos: http://www.gutekueche.ch/rezepte/kulinarische-schweiz/rezepte-schwyz.178.htm

Urner Hafechabis
Rezept: Schwiizer Chuchi, Betty Bossi, Zürich 2009, S. 260
Infos: www.uri.info/files/?id=56979 (PDF Urner Spezialitäten 2008) und Schwyzer Hefte Bd. 10: Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Hrsg.: Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014, S. 87.

Texte zu den Themen «Fasnachten» und «Kochrezepte»:
Schwyzer Hefte Bd. 10: Essen und Trinken im Kanton Schwyz, Hrsg.: Kulturkommission Kanton Schwyz, 2014.

Hinweise

Lernziele	Zeit	Inhalt	Material
Einladung der Gäste und Vorbereitungen des Innerschweizer Festes	4 h	Die Klasse wird in fünf Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe bekommt ein anderes Innerschweizer Rezept. Gemeinsames Lesen der Texte «Fasnachten» und «Kochrezepte». Die SuS bereiten alles für die eingeladenen Gäste vor: Kurzvortrag von 2‘ zu den Besonderheiten des jeweiligen Innerschweizer Rezeptes Einkaufen, kochen, Tisch decken	AB 10: Fünf Innerschweizer Rezepte
Durchführung des Innerschweizer Festes	2 h	Die Gruppen nehmen ihre Gäste persönlich in Empfang und bewirten sie. Jede Gruppe stellt kurz ihr Rezept vor und erzählt etwas über dessen Besonderheiten.	Spickzettel «Kurzvortrag»

LOZÄRNER LÄBCHUECHE

LUZERNER LEBKUCHEN

Sauren Rahm, Honig, Zucker, Gewürz und Natron mischen. Nach und nach so viel Mehl und Baumnusskerne zugeben, bis ein mittelfester Teig entsteht. Den Teig etwas kneten, dann ein rundes, flaches Brot daraus formen. — Im vorgeheizten Backofen auf der untersten Rille 1 Stunde bei 220 °C backen. — Den Lebkuchen noch warm mit Birnenhonig bestreichen, damit er Glanz bekommt.

Anmerkung: Zum *Zmorge* mit *Anke*, zum *Zvieri* mit viel geschwungener *Nidle* und zum *Znacht* mit einem Glas Rotwein servieren. Dieser Lebkuchen lässt sich in Alufolie mehrere Tage frisch halten oder auch tiefkühlen.

Arbeitsaufwand: 30 Minuten
Backzeit: 1 Stunde

Für eine Springform, 28 cm
5 dl Sauerrahm
6 EL Birnenhonig
200 g Zucker
1 EL Lebkuchengewürz (aus der Drogerie)
1 TL doppelkohlensaures Natron (aus der Drogerie)
500 g Vollmehl
100 g halbe Baumnusskerne
Birnenhonig zum Bestreichen

Der Begriff «Lebkuchen» tritt erstmals im Mittelalter auf. Bedeutung und Herkunft sind umstritten. Eine Erklärung zielt in die Volksmedizin: Honiggebäcken wurden im Altertum lebenserhaltende und heilende Kräfte zugeschrieben, sie waren Kuchen für das Leben, wurden als Lebenskuchen bezeichnet und später zu Lebkuchen verkürzt.

Lebkuchen gehören zu den ältesten Gebäcken überhaupt. Ihre Ursprünge liegen in den mittelalterlichen Klöstern, wo Honiggebäcke je nach Geldsegen mit orientalischen Gewürzen veredelt wurden. Berauschende Gewürze, die auch in Grimms Märchen der bösen Hexe als Lockmittel für Hänsel und Gretel diente.

Heute pflegt jede Bäckerei ihr eigenes Mengenverhältnis von Birnenhonig (nicht Bienenhonig!) und Rahm. Die klassische Kombination exotischer Gewürze von Zimt, Anis, Sternanis, Nelken, Koriander und Ingwer hat sich gehalten. Der Teig darf nicht geknetet werden, er muss «pfludrig» (luftig) bleiben.

Material

Fasnachten in der katholischen Innerschweiz

Bis etwa um 1500 bezeichnete der Begriff «Fasnacht» nicht nur das Fest vor der Fasnachtszeit, sondern ganz allgemein ein fröhliches Zusammensein mit Essgelage, reichlichem Weingenuss, Musik, Tanz und Unterhaltung. Mit gegenseitigen Fasnachtsbesuchen pflegten die eidgenössischen Orte ihre Freundschaft und ihren Bund. So besuchten beispielsweise die Schwyzer im Jahre 1486 die Berner und gleich im Anschluss daran noch die Solothurner. Eine Rechnung aus Solothurn gibt die Details der fasnächtlichen Bewirtung bekannt: Es wurden grosse Mengen an Brot, dazu Rinds-, Kalbs- und Schweinebraten, Speck, 326 Hühner, 2‘500 Fasnachtsküchlein, Butter, Käse, Eier, Ziger, Kohlköpfe, Nüsse und Pasteten vertilgt. Getrunken wurde – nebst Met (mittelalterlicher Honigwein) – über 3‘100 Liter Elsässer und Neuenburger Wein sowie Milch. Solche Unmässigkeiten waren ein Hauptmerkmal eines mittelalterlichen Festes und bildeten einen Gegensatz zum kargen Alltag.

Kochrezepte: Von Omas Küche ins Internet

Früher wurden Kochrezepte innerhalb der Familie weitergegeben; heute hat das Kochbuch diese Funktion übernommen, ergänzt durch Radio- und Fernsehsendungen sowie Rezeptvorschläge im Internet.

Aufgabe

Gäste einladen

Gestaltet eine schöne Einladung für eure Gäste. Anlass, Ort, Datum und Zeit nicht vergessen!

Einkaufen

Schreibt eine Einkaufsliste und kauft eure Zutaten ein. Links findest du das Rezept.
Es reicht für ca. 8 Personen.

Kochen

Bereitet euren Menu-Beitrag in der Küche vor und kocht/backt zusammen.

Tisch decken

Teller, Gabel (links), Messer (rechts), Trinkglas, Serviette.
Tischdekoration dem Anlass entsprechend: Wiesenblumen, evtl. Stroh, Menu-Karten.

Gäste empfangen und bewirten

Begrüsst eure Gäste persönlich und begleitet sie zu ihrem Tisch.
Serviert die Gerichte und schenkt die Getränke ein. Nachschenken nicht vergessen!

NIDWALDNER OFÄTORI

ÜBERBACKENES KARTOFFELPÜREE MIT SPECK

Arbeitsaufwand: 20 Minuten
Backzeit: 25–30 Minuten

Für 4 Personen
600 g fester Kartoffelstock
30 g Butter
1 Ei
3 EL geriebener Sbrinz
Muskatnuss
200 g Magerspeck
Butter für die Form
Butterflocken

Lauwarme, flüssige Butter, verquirltes Ei, geriebenen Käse und nach Belieben Muskatnuss unter den Kartoffelstock mischen. — Eine Gratinform gut ausbuttern, die Kartoffelmasse hineingeben und mit einem Spachtel oder Messer so formen, dass eine leichte Wölbung nach oben entsteht. — Glatt streichen. — Magerspeck in kleine Stäbchen schneiden und in die Oberfläche des Kartoffelstocks stecken. — Im vorgeheizten Backofen bei 220 °C 15 Minuten überbacken. Einige Butterflocken auf dem Gratin verteilen, damit die Oberfläche schön braun wird, und nochmals 10–15 Minuten in den Ofen schieben.

Anmerkung: Mit viel Salat und Most *(Ghürotnigs)* servieren. Dann zum Dessert *Apfelschnitzli* mit Rosinen und Zimt. *Ghürotnigs* besteht zu gleichen Teilen aus Süssmost und gegärtem Most.

Unterwalden ist das Kerngebiet des Sbrinz, und der Sbrinz gilt als Urgestein des Schweizer Käsehandels mit Italien, wohin auch heutzutage noch am meisten Schweizer Käse exportiert wird.

Der Nidwaldner Aloys Businger (1793-1867), Pfarrer und Schriftsteller, schrieb in seinem Hauptwerk: *«Obwohl der Unterwaldner im Durchschnitt kein starker Esser ist, so liebt er doch die seinem Land fast ganz eigenthümlichen Leckereien, als da sind: die Bratkäse (…), Nydlen, (…), Ofenkrapfen, Zigerkrapfen und Lebkuchen.»* Viele dieser Lebensmittel kamen auch in anderen Innerschweizer Kantonen auf den Tisch.

Nidwaldner Ofätori, das alte Rezept aus Kartoffelstock, verrät, dass dieses Gericht durch die Ofentür gehen muss; deshalb heisst es Ofätori.

Material

Fasnachten in der katholischen Innerschweiz

Bis etwa um 1500 bezeichnete der Begriff Fasnacht nicht nur das Fest vor der Fasnachtszeit, sondern ganz allgemein ein fröhliches Zusammensein mit Essgelage, reichlichem Weingenuss, Musik, Tanz und Unterhaltung. Mit gegenseitigen Fasnachtsbesuchen pflegten die eidgenössischen Orte ihre Freundschaft und ihren Bund. So besuchten beispielsweise die Schwyzer im Jahre 1486 die Berner und gleich im Anschluss daran noch die Solothurner. Eine Rechnung aus Solothurn gibt die Details der fasnächtlichen Bewirtung bekannt: Es wurden grosse Mengen an Brot, dazu Rinds-, Kalbs- und Schweinebraten, Speck, 326 Hühner, 2‘500 Fasnachtsküchlein, Butter, Käse, Eier, Ziger, Kohlköpfe, Nüsse und Pasteten vertilgt. Getrunken wurde – nebst Met (mittelalterlicher Honigwein) – über 3‘100 Liter Elsässer und Neuenburger Wein sowie Milch. Solche Unmässigkeiten waren ein Hauptmerkmal eines mittelalterlichen Festes und bildeten einen Gegensatz zum kargen Alltag.

Kochrezepte: Von Omas Küche ins Internet

Früher wurden Kochrezepte innerhalb der Familie weitergegeben; heute hat das Kochbuch diese Funktion übernommen, ergänzt durch Radio- und Fernsehsendungen sowie Rezeptvorschläge im Internet.

Aufgabe

Gäste einladen

Gestaltet eine schöne Einladung für eure Gäste. Anlass, Ort, Datum und Zeit nicht vergessen!

Einkaufen

Schreibt eine Einkaufsliste und kauft eure Zutaten ein. Links findest du das Rezept.
Es reicht für ca. 8 Personen.

Kochen

Bereitet euren Menu-Beitrag in der Küche vor und kocht/backt zusammen.

Tisch decken

Teller, Gabel (links), Messer (rechts), Trinkglas, Serviette.
Tischdekoration dem Anlass entsprechend: Wiesenblumen, evtl. Stroh, Menu-Karten.

Gäste empfangen und bewirten

Begrüsst eure Gäste persönlich und begleitet sie zu ihrem Tisch.
Serviert die Gerichte und schenkt die Getränke ein. Nachschenken nicht vergessen!

Obwaldner Zigerchrapfe

Zutaten für 10 Portionen

625	Gramm	Blätterteig
2 1/2	Stück	Eiweiß
250	Gramm	Mandeln, gemahlen
2 1/2	Liter	Öl, zum Fritieren
1250	Gramm	Sauerrahm
10	Esslöffel	Sultaninen
375	Gramm	Ziger
2 1/2	Teelöffel	Zimt
2 1/2	Teelöffel	Zitronen, abgeriebene Schale
2 1/2	Esslöffel	Zitronensaft
250	Gramm	Zucker

Zutaten Für den Zimtzucker

2 1/2	Teelöffel	Zimt
10	Esslöffel	Zucker

Zubereitung

1. Ziger in eine Schüssel geben und mit Zucker, Zitronensaft, Sauerrahm, Zimt und Zitronenschale gut verrühren. Mandel und Sultaninen untermischen.
2. Blätterteig auswallen und Plätzchen von 6 cm Seitenlänge ausschneiden. Die Hälfte mit einem TL Fülle belegen, die Ränder mit Eiweiß bestreichen, die zweite Hälfte der Teigstücke darüberlegen und gut andrücken.
3. Teigstücke im heißen Öl bei etwa 170 Grad 4 Minuten schwimmend ausbacken. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und

Innerhalb der grossen Krapfenfamilie ist der Zigerkrapfen die bekannteste und am weitesten verbreite Krapfenart der Schweiz. Vor allem in der Innerschweiz, aber auch in Teilen der Ostschweiz sowie im Kanton Zürich gehören Zigerkrapfen mittlerweile zum täglichen Angebot der Bäckereien.

Das Wort Krapfen ist auf die althochdeutschen Begriffe «crapho», «kraphun» und «kräpfen» zurückzuführen, die schon im 9. Jahrhundert bekannt waren. Es bedeutete in erster Linie Kralle oder Haken und nahm wohl Bezug auf die gebogene Form, die Krapfengebäcke teilweise bis heute aufweisen.

Eine einheitliche Form oder Grösse scheint es nie gegeben zu haben. Diese Vielfalt zeigt sich bis heute. Die in einem Fettstoff gebackenen Krapfen sind im deutschsprachigen Raum vielfach eng mit der Fasnacht verbunden.

Material

Fasnachten in der katholischen Innerschweiz

Bis etwa um 1500 bezeichnete der Begriff Fasnacht nicht nur das Fest vor der Fasnachtszeit, sondern ganz allgemein ein fröhliches Zusammensein mit Essgelage, reichlichem Weingenuss, Musik, Tanz und Unterhaltung. Mit gegenseitigen Fasnachtsbesuchen pflegten die eidgenössischen Orte ihre Freundschaft und ihren Bund. So besuchten beispielsweise die Schwyzer im Jahre 1486 die Berner und gleich im Anschluss daran noch die Solothurner. Eine Rechnung aus Solothurn gibt die Details der fasnächtlichen Bewirtung bekannt: Es wurden grosse Mengen an Brot, dazu Rinds-, Kalbs- und Schweinebraten, Speck, 326 Hühner, 2‘500 Fasnachtsküchlein, Butter, Käse, Eier, Ziger, Kohlköpfe, Nüsse und Pasteten vertilgt. Getrunken wurde – nebst Met (mittelalterlicher Honigwein) – über 3‘100 Liter Elsässer und Neuenburger Wein sowie Milch. Solche Unmässigkeiten waren ein Hauptmerkmal eines mittelalterlichen Festes und bildeten einen Gegensatz zum kargen Alltag.

Kochrezepte: Von Omas Küche ins Internet

Früher wurden Kochrezepte innerhalb der Familie weitergegeben; heute hat das Kochbuch diese Funktion übernommen, ergänzt durch Radio- und Fernsehsendungen sowie Rezeptvorschläge im Internet.

Aufgabe

Gäste einladen

Gestaltet eine schöne Einladung für eure Gäste. Anlass, Ort, Datum und Zeit nicht vergessen!

Einkaufen

Schreibt eine Einkaufsliste und kauft eure Zutaten ein. Links findest du das Rezept.
Es reicht für ca. 8 Personen.

Kochen

Bereitet euren Menu-Beitrag in der Küche vor und kocht/backt zusammen.

Tisch decken

Teller, Gabel (links), Messer (rechts), Trinkglas, Serviette.
Tischdekoration dem Anlass entsprechend: Wiesenblumen, evtl. Stroh, Menu-Karten.

Gäste empfangen und bewirten

Begrüsst eure Gäste persönlich und begleitet sie zu ihrem Tisch.
Serviert die Gerichte und schenkt die Getränke ein. Nachschenken nicht vergessen!

MÄRCHLER CHÄSSOPPE

KÄSESUPPE NACH MÄRCHLER ART

Einweichen: 1 Stunde
Arbeitsaufwand: 20 Minuten

Für 4 Personen
300 g altbackenes Brot
1 l heisses Wasser oder Bouillon
1 Zwiebel
2 EL Butter
200 g Käse, gerieben

Zwiebelschwitze
1 grosse Zwiebel
2 EL Butter

Das Brot in Würfel schneiden und in heissem Wasser oder Bouillon eine Stunde einweichen. — Gut abtropfen lassen, Brühe aufbewahren. — Die Zwiebel fein hacken und in Butter 2–3 Minuten dünsten. — Das Brot beigeben und unter Rühren kurze Zeit leicht anrösten. Mit dem Kartoffelstössel zerstampfen. — Etwas Brotbrühe dazugeben. Den Käse unter das Brot mischen. Aufkochen, bis der Käse schmilzt. — Die Käsesuppe darf dick, aber nicht trocken sein. — Die Zwiebel in Ringe schneiden und in Butter hellbraun braten. Die Zwiebelschwitze über die Käsesuppe geben.

Diese Käsesuppe ist nahrhaft und schmeckt köstlich! Ohne viel Aufwand ist sie herzustellen und ein gutes Beispiel dafür, wie aus wenigen Zutaten eine wunderbare Mahlzeit entstehen kann.

Der Name dieses bäuerlichen Gerichtes, «Chässoppe» ist irreführend, da die Suppe nicht etwa flüssig ist, sondern die Konsistenz eines dickflüssigen Breis aufweist. Zu dieser Käsesuppe serviert man ein Kompott von gedörrten Zwetschgen oder aber Salzkartoffeln und Salat. Die Käsesuppe nach dem Rezept des Klosters Einsiedeln im Kanton Schwyz wird nach alter Tradition mit weich gekochten Eiern serviert.

Material

Fasnachten in der katholischen Innerschweiz

Bis etwa um 1500 bezeichnete der Begriff Fasnacht nicht nur das Fest vor der Fasnachtszeit, sondern ganz allgemein ein fröhliches Zusammensein mit Essgelage, reichlichem Weingenuss, Musik, Tanz und Unterhaltung. Mit gegenseitigen Fasnachtsbesuchen pflegten die eidgenössischen Orte ihre Freundschaft und ihren Bund. So besuchten beispielsweise die Schwyzer im Jahre 1486 die Berner und gleich im Anschluss daran noch die Solothurner. Eine Rechnung aus Solothurn gibt die Details der fasnächtlichen Bewirtung bekannt: Es wurden grosse Mengen an Brot, dazu Rinds-, Kalbs- und Schweinebraten, Speck, 326 Hühner, 2‘500 Fasnachtsküchlein, Butter, Käse, Eier, Ziger, Kohlköpfe, Nüsse und Pasteten vertilgt. Getrunken wurde – nebst Met (mittelalterlicher Honigwein) – über 3‘100 Liter Elsässer und Neuenburger Wein sowie Milch. Solche Unmässigkeiten waren ein Hauptmerkmal eines mittelalterlichen Festes und bildeten einen Gegensatz zum kargen Alltag.

Kochrezepte: Von Omas Küche ins Internet

Früher wurden Kochrezepte innerhalb der Familie weitergegeben; heute hat das Kochbuch diese Funktion übernommen, ergänzt durch Radio- und Fernsehsendungen sowie Rezeptvorschläge im Internet.

Aufgabe

Gäste einladen

Gestaltet eine schöne Einladung für eure Gäste. Anlass, Ort, Datum und Zeit nicht vergessen!

Einkaufen

Schreibt eine Einkaufsliste und kauft eure Zutaten ein. Links findest du das Rezept.
Es reicht für ca. 8 Personen.

Kochen

Bereitet euren Menu-Beitrag in der Küche vor und kocht/backt zusammen.

Tisch decken

Teller, Gabel (links), Messer (rechts), Trinkglas, Serviette.
Tischdekoration dem Anlass entsprechend: Wiesenblumen, evtl. Stroh, Menu-Karten.

Gäste empfangen und bewirten

Begrüsst eure Gäste persönlich und begleitet sie zu ihrem Tisch.
Serviert die Gerichte und schenkt die Getränke ein. Nachschenken nicht vergessen!

Urner Hafechabis

Eintopf mit Kabis und Lamm

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.
Schmoren: ca. 1¾ Std.

600 g	**Lammvoressen** (z. B. Schulter) oder Schweinsvoressen **Öl** zum Anbraten	im Brattopf heiss werden lassen. Voressen portionenweise je ca. 2 Min. anbraten, herausnehmen. Hitze reduzieren, Bratfett auftupfen, wenig Öl beigeben
3	**Zwiebeln**, in Streifen	
2	**Knoblauchzehen**, gepresst	andämpfen
1 kg	**Weisskabis**, geviertelt, Strunk und dicke Blattrippen entfernt, in ca. 3 cm breiten Streifen	ca. 5 Min. mitdämpfen
3 dl	**Fleischbouillon**	dazugiessen, aufkochen
¼ Teelöffel	**Muskat**	
1½ Teelöffel	**Salz**, wenig **Pfeffer**	würzen, Fleisch wieder beigeben, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 1¼ Std. schmoren
500 g	**fest kochende Kartoffeln**, halbiert	beigeben, evtl. etwas Bouillon dazugiessen, ca. 30 Min. fertig schmoren

Pro Person: 9 g Fett, 38 g Eiweiss, 37 g Kohlenhydrate, 1566 kJ (374 kcal)

Kabis und Schaffleisch ist wohl die bekannteste Urner Spezialität. Besonders zur Chilbizeit erscheint die herbstliche Köstlichkeit in den Menükarten der Wirtshäuser.

«Hafechabis» ist auch ein perfektes Beispiel für die Nutzung der Produkte der Urner Landwirtschaft: Kartoffeln, Chabis, Schweine- und Schaffleisch.
Selbstverständlich ist es ein Herbstgericht; in dieser Jahreszeit werden Kartoffeln und Chabis geerntet und die von der Alpsömmerung zurückkehrenden Schafe geschlachtet.

Dieses Gericht wurde auch in den anderen Innerschweizer Kantonen gerne gegessen, insbesondere im Kanton Schwyz.

Material

Fasnachten in der katholischen Innerschweiz

Bis etwa um 1500 bezeichnete der Begriff Fasnacht nicht nur das Fest vor der Fasnachtszeit, sondern ganz allgemein ein fröhliches Zusammensein mit Essgelage, reichlichem Weingenuss, Musik, Tanz und Unterhaltung. Mit gegenseitigen Fasnachtsbesuchen pflegten die eidgenössischen Orte ihre Freundschaft und ihren Bund. So besuchten beispielsweise die Schwyzer im Jahre 1486 die Berner und gleich im Anschluss daran noch die Solothurner. Eine Rechnung aus Solothurn gibt die Details der fasnächtlichen Bewirtung bekannt: Es wurden grosse Mengen an Brot, dazu Rinds-, Kalbs- und Schweinebraten, Speck, 326 Hühner, 2‘500 Fasnachtsküchlein, Butter, Käse, Eier, Ziger, Kohlköpfe, Nüsse und Pasteten vertilgt. Getrunken wurde – nebst Met (mittelalterlicher Honigwein) – über 3‘100 Liter Elsässer und Neuenburger Wein sowie Milch. Solche Unmässigkeiten waren ein Hauptmerkmal eines mittelalterlichen Festes und bildeten einen Gegensatz zum kargen Alltag.

Kochrezepte: Von Omas Küche ins Internet

Früher wurden Kochrezepte innerhalb der Familie weitergegeben; heute hat das Kochbuch diese Funktion übernommen, ergänzt durch Radio- und Fernsehsendungen sowie Rezeptvorschläge im Internet.

Aufgabe

Gäste einladen

Gestaltet eine schöne Einladung für eure Gäste. Anlass, Ort, Datum und Zeit nicht vergessen!

Einkaufen

Schreibt eine Einkaufsliste und kauft eure Zutaten ein. Links findest du das Rezept.
Es reicht für ca. 8 Personen.

Kochen

Bereitet euren Menu-Beitrag in der Küche vor und kocht/backt zusammen.

Tisch decken

Teller, Gabel (links), Messer (rechts), Trinkglas, Serviette.
Tischdekoration dem Anlass entsprechend: Wiesenblumen, evtl. Stroh, Menu-Karten.

Gäste empfangen und bewirten

Begrüsst eure Gäste persönlich und begleitet sie zu ihrem Tisch.
Serviert die Gerichte und schenkt die Getränke ein. Nachschenken nicht vergessen!