

Mutschli aus Tadschikistan

**Kurut gegen Mutschli –
Käsetraditionen im Tausch**

Der Käse ist ein nationaler Gruss aus der Schweiz, der weit über die Landesgrenze hinaus bekannt und vielerorts geliebt wird. So ist unsere Mutschli-Rezeptur jüngst zusammen mit vier Schweizer Sennerinnen nach Tadschikistan gereist. Sie haben dort vier lokale Berufskolleginnen getroffen.



Learning by doing: Die Tadschikinnen werden in das Labkäsen eingeführt.

Text **Tina Balmer**, Bild **Giorgio Hösli**

«Wir hatten schon seit einiger Zeit die Idee und den Wunsch, einen länger haltbaren Käse herzustellen», erzählt die Tadschikin Rukhsora Usmonova. Die Möglichkeit, dies zu realisieren, steht vor der Türe, als Martina Schlapbach im März 2015 nach Tadschikistan reist, um für ein Jahr mit der UNO-Frauenorganisation, UN Women, zu arbeiten. Ein Ziel von UN Women ist die wirtschaftliche Förderung der Frauen.

Fliessend russischsprechend kommt die Schweizerin schnell mit den Menschen in Kontakt. Sie trifft auf Frauen, welche mit der Milchverarbeitung Geld verdienen. Auch in Tadschikistan bringt man die Schweiz(erin) sofort mit Käse in Verbindung. Martina nimmt die Idee auf für eine Initiative, welche sie in den folgenden Monaten als Projekt der UN Women umsetzen wird: «Cheese Exchange» – ein Wissensaustausch zwischen vier tadschikischen und vier Schweizer Milchverarbeiterinnen.

Frauenpower in Zentralasien

1992 zerfällt die Sowjetunion. Über eine Region im Südwesten der zerfallenen Union werden Grenzen gezogen. Die fünf neuen Länder Usbekistan, Kirgistan, Kasachstan, Turkmenistan und Tadschikistan bilden heute Zentralasien. Tadschikistan – politisch abgekoppelt von Moskau, muslimisch, eine Hochgebirgsregion am Pamir – ist ein junges Land mit einer sehr alten Geschichte.

Man geht von einer Million Tadschiken aus, die in Russland arbeiten, was etwa einem Achtel der Gesamtbevölkerung entspricht. Die tadschikischen Arbeitsmigranten, meist Männer, werden vorwiegend im Niedriglohnsegment beschäftigt. Etwa ein Drittel aller emigrierten Männer brechen irgendwann den Kontakt zu ihren Familien ab, schicken kein Geld mehr nach Hause. Ausserdem erschwert die Wirtschaftskrise in Russland den Geldtransfer stark. Die Frauen bleiben zurück, oft ohne eigenes Auskommen. Hoffnung auf Verbesserung der Lebensumstände besteht für sie im Zusammenschluss zu Kooperativen. So entstanden auch die beiden Milchverarbeitungskooperativen, welche die vier tadschikischen Frauen betreiben, die am Wissensaustausch teilgenommen haben. Rukhsora und ihre Berufskollegin Mafchuda Ablokulova verarbeiten ihre Milch im Norden des Landes, in Ghonchi. Die beiden anderen Teilnehmerinnen Andas Jumaeva und Aysuluv Jenaliev sind im Rasht-Tal, 250 km östlich der Hauptstadt Dushanbe zuhause.

Eintauchen in fremde (Käse-) Welten

Im Dezember 2015 reisten die vier Schweizerinnen Trix Lehmann, Simone Burki, Jelena Moser und Michela

Esposito, Sennerinnen aus Leidenschaft, nach Khujand, in die zweitgrösste tadschikische Stadt im Norden des Landes. Die Reise führte die Sennerinnen von dort in die beiden Kooperativen, welche als gemeinsame Arbeitsstätten genutzt wurden. Ein wenig Material hatten sie mitgebracht für den zehntägigen Aufenthalt in Tadschikistan. Nicht viel, nur was unabdingbar ist für die Herstellung eines Mutschli, wie ihn die Schweiz kennt: eine Käseharfe, Formen, Kellen, Milchsäurebakterien und Lab.

Labkäserei hat in der Schweiz eine grosse Tradition. Um haltbaren Käse herzustellen, muss man das Eiweiss aus der Milch herausholen. Das geschieht mit Hilfe des Enzyms Lab oder durch Säuerung. Tilsiter und Emmentaler, zum Beispiel, sind beides Käse, bei denen die noch süsse Milch mit Zugabe von Lab dick wird. Mit der Käseharfe und einem grossen Schwingbesen (Käsebrecher), wird die

Dickete zerschnitten und unter Hitze weiter gerührt. Dadurch verfestigt sich der eiweisshaltige Käsebruch zunehmend. Wird die Käsemasse dann aus dem Kessi genommen, bleibt fast 90 % als Flüssigkeit zurück – die Schotte.

Die Tadschikinnen kennen unseren Labkäse lediglich als Importprodukt. Ihr Gaumen ist an Milchprodukte gewohnt, die durch natürliche Säuerung entstehen, ähnlich dem Vorgang, wenn Milch durch langes Herumstehen an der Wärme dick wird.

Vielschichtiger Austausch

Auf beiden Seiten wurde Tagebuch geschrieben. In kyrillischen Buchstaben findet man insbesondere die Käserezepturen. Aus den Schweizer Texten kann mehr über die tadschikische Kultur und die Bedingungen gelesen werden, unter welchen die Frauen in Tadschikistan ihre Milch verarbeiten. So schreibt Jelena am

7. Dezember: «Unser Austausch zeigt mir, wie stark Milchprodukte in die lokalen Gegebenheiten eingebettet sind. Um in Tadschikistan einen Mutschli herzustellen, standen wir vor grossen Herausforderungen bezüglich Lagerung und Hygiene. Unsere Suche nach praktischen Lösungen setzte ein enormes Potential an Kreativität und Innovation frei. Heute etwa fanden wir zunächst ein Haus mit einem geeigneten Keller, und dann zogen wir weiter zum Haushaltswarenladen und zum Schreiner. Zum Schluss des Tages stand ein mäuseistentes Gestell, in welchem die Mutschli bei idealer Temperatur und Feuchte reifen können.»

Dezember 2015, ein historischer Moment: Erstmals entsteht ein Mutschli in der Molkerei «Guncha» in Ghonchi, wahrscheinlich auch erstmals in der nördlichen Provinz Sughd und vielleicht sogar erstmals in Tadschikistan. «Ich

habe mir den Produktionsvorgang der Mutschli viel komplizierter vorgestellt», freut sich Rukhsora. Einen Monat lang lagern 17 Mutschli im selbstgebauten Gestell im Keller. Sie werden regelmässig geschmiert und gewendet. Auch nachdem die vier Schweizerinnen wieder abgereist sind. Zum Jahreswechsel werden die Laibe aufgeschnitten und draussen vor der Molkerei, einem beliebten Treffpunkt in Ghonchi, der Bevölkerung zur Degustation und zum Kauf angeboten. Drei Mutschli sollen zurückbehalten werden. Diese reisen im Februar mit den vier Tadschikinnen und drei Kilo Kurut-Kugeln in die Schweiz.

In der Schweizer Sennerei

Februar 2016: Nach einem langen Flug landen Rukhsora, Aysuluv, Andas, Mafchuda, Martina und ihre Bürokollegin Zarina Urakova in Zürich. Wir treffen die Frauen zwei Tage später in der Sennerei Präz am Heinzenberg (GR). Es ist 8 Uhr morgens. Unter Anleitung der Milchtechnologin Maïke Oestreich wird ein Bergkäse hergestellt. Es dampft aus dem Kessi. Die Konzentration ist hoch. Alle haben ihren Platz, als ob sie seit Jahren gemeinsam in dieser Sennerei arbeiteten. Keine Minute vergeht, ohne dass die Frauen bereits den nächsten Arbeitsschritt vorbereiten. Der gegenseitige Respekt ist gross bei der gemeinsamen Arbeit. Man merkt schnell, dass alle wissen, wovon sie sprechen, die Handgriffe sitzen, auch wenn mit ungewohnten Instrumenten gearbeitet wird. Eng stehen die Frauen im kleinen Raum, und mittendrin Sascha, der versucht, all die Fragen und Antworten simultan von Russisch auf Deutsch und umgekehrt zu übersetzen. Die Käseharfe wird herumgereicht, dazwischen der Gang ins angrenzende Käselager. Herb kitzelt der leichte Ammoniakduft, der typisch ist für Schmierkäse, in der Nase. Die Bürsten werden von den tadschikischen Frauen gekonnt über die Laibe gezogen. Mittagspause. Gemeinsam wird gerüstet und gekocht. Die unterschiedlichsten Produkte aus zwei Kulturen decken den Tisch. Und endlich ist auch der Moment gekommen, in dem einer der drei weit gereisten Mutschli angeschnitten wird. Die anfängliche Spannung entlädt sich schliesslich in der Freude darüber, dass dieses erste Gemeinschaftsprodukt, das in Tadschikistan geboren wurde, fast wie ein Mutschli von einer heimischen Alp schmeckt. Auch wir netzen unsere verwöhnten Gaumen mit dem tadschikischen Mutschli. Der Käse erinnert an den Saisonstart auf der Alp: jung, mild, etwas sauer vielleicht. Aber definitiv eine wunderschöne Geschichte mit grossem Potenzial.

Milch verbindet

Eine Tradition, aus einer Notlage entstanden, ist für uns über viele Jahre zu einem identitätsstiftenden Produkt gereift. «Ja, der Käse gehört zu uns, zur Schweiz», sind sich die vier Schweizer Sennerinnen einig. Die Frage, inwiefern sich die tadschikische Bevölkerung mit den Produkten ihrer Milchverarbeitung identifiziert, löst eine angeregte Diskussion unter den Frauen aus – sofort wechseln sie die Sprache, statt Russisch wird Tadschikisch gesprochen, sie sind nun unter sich. Auch Sascha und Martina sind einen



Hygiene: Die Regeln, zweisprachig, sind stets präsent.



Neue alte Tradition: Jeder Handgriff will geübt sein.

Mutschli aus Tadschikistan

Moment aussen vor. Die Antwort, mit der die Tadschikinnen ihre rege Diskussion zusammenfassen, handelt zuerst von Dichtern und Geschichte, von Bergen und Gastfreundschaft. Wir fragen noch einmal nach ihren Milchprodukten. «Sie gehören zu unserem Alltag. Sie sind ein wichtiger Teil unserer Ernährung», sagen Andas und Aysuluv.

Eine gemeinsame Sprache fanden die acht Frauen über die Milch. Sie teilen das Interesse an der Milchverarbeitung, mit welcher sie alle ihr Geld verdienen. Lange ist es her, dass die Käseherstellung in der Schweiz den rein praktischen Grund der Milchkonservierung hatte. Heute gibt es in der Schweiz etwa 450 Käsesorten. In Tadschikistan lassen sich im Handel einige importierte Käse finden. Aus lokaler Produktion aber kennt man Labkäse kaum. Die Milch wird im Gärungsprozess zu Kefir und dann zu einer Art saurem Quark (Chakka) verarbeitet und mit (zum Teil sehr viel) Salz versehen. Ein Teil davon wird weiterverarbeitet und zu kleinen Kugeln geformt, welche an der Sonne getrocknet und somit transport- und lagerfähig gemacht werden (Kurut). Kefir, Chakka, Kurut und Kaimok (Doppelrahm) findet man überall im Alltag. Die Männer essen die Kurut-Kugeln zum Bier. Chakka wird auf der Etage serviert, die in tadschikischen Familien oft auf dem Küchentisch steht. Und was der Schweiz das Fondue, ist Tadschikistan der Kurutob. Die Kurut-Kugel wird gemischt mit Wasser (Ob). Dabei wird die harte Kugel aufgekocht. Die daraus entstehende sämige Flüssigkeit wird angereichert mit Gewürzen und Gemüse. Mit lauwarmem Brot wird sie aufgesogen und gegessen. Von Hand. Gemeinsam aus einem Teller.

Identitätserweiterung

Die tadschikischen Frauen zeigen ein reges Interesse am Austausch mit ihren Schweizer Kolleginnen. Sie erhoffen sich, dass sich ihnen durch die traditionelle Schweizer Käse-Machart mit Lab und Kulturen ein neuer Wirtschaftszweig auftut. «Künftig wird unser Käse die Importware auf dem Markt übertrumpfen», ist Rukhsora überzeugt. «Wir möchten Hart- und Halbhart-Käse machen, in unserem Land. Wir mögen den Schweizer Käse, vielleicht wird er auch einmal in die tadschikische Küche integriert werden, vielleicht», schmunzelt Aysuluv, «in erster Linie aber möchten wir einen Käse für die mehreren hundert alpinistischen Touristen herstellen, welche jedes Jahr in unser Land kommen, um im Pamir zu wandern. Sie fragen nach Labkäse.»

Martina Schlapbach, die Initiatorin und Koordinatorin von «Cheese Exchange» ergänzt: «Wenn Menschen in ihrem Herkunftsland wirtschaftlich tätig sein können, stellt dies eine wichtige Alternative zur Migration dar. Unsere tadschikischen Frauen sind stark verwurzelt zu Hause. Der Wissensaustausch mit den Schweizer Sennerinnen ermöglicht ihnen, neue Kenntnisse zu erwerben und ihre Einkommensquelle zu erweitern. Die Infrastruktur besteht weitgehend, die Milch ist da und die Frauen setzen ihre Fähigkeiten an dem Ort ein, den sie Heimat nennen.»

Auf der anderen Seite kann durchaus die Frage gestellt

werden, ob ein tadschikisches Milchprodukt für den Schweizer Markt einen Mehrwert darstellen würde. Für die vier Schweizerinnen ist diese Frage nicht relevant. Es sind nicht die tadschikischen Milchprodukte, welche für sie den Höhepunkt dieses Austausches ausmachen. Es sind die Landschaft, die Kultur, die Gastfreundschaft, der Zusammenhalt und die immense Schaffenskraft der Frauen, die Selbstversorgung und die damit einhergehende Kreativität der Nahrungsmittelverwertung, welche ihnen die Tadschikinnen als Inspiration mit auf den Weg in die Schweiz gegeben haben. So bemerkt zum Beispiel Simone: «Die Milch wird in Tadschikistan von A bis Z verarbeitet, ohne jeglichen Abfall», und hofft, diesen Vorsatz für sich mit nach Hause nehmen zu können.

«Cheese Exchange» war ein Wissensaustausch zwischen zwei Ländern, die 6400 Kilometer voneinander entfernt liegen und deren Wohlstandsschere weit auseinander geht. Eine Erfolgsgeschichte der Emigration des Schweizer Käses und ganz ohne Zweifel ein eindrückliches Erlebnis für alle, die an diesem Austausch beteiligt waren, ob sie ihre Wurzeln in der Schweiz oder in Tadschikistan haben.

Als wir uns verabschieden und nach den Zukunftsplänen fragen, meint Rukhsora: «Sobald wir im Frühling wieder genügend Strom haben, werden wir mit der Produktion der Mutschli starten.» Und Simone, Trix, Jelena und Michela sind überzeugt, dass dieses Jahr in mindestens zwei Molkereien in Tadschikistan Labkäse hergestellt wird. Drei der Schweizerinnen werden diesen Sommer selber wieder Käse herstellen. Alle verkaufen ihre Produkte direkt ab Alp, bzw. Hof. Vielleicht wird die eine oder andere tadschikische Inspiration bei der Käseproduktion eingeflochten werden. Vielleicht. ●

Tina Balmer, Autorin von «Chäs wandern», ist immer wieder beeindruckt, was auf der Welt alles aus Milch entstehen kann. chaeswandern.ch

Giorgio Hösli, Fotograf für «Chäs wandern», isst viel Käse und trotz seit über 50 Jahren dem Cholesterintod. Er macht Grafik, schreibt und fotografiert, am liebsten alles in den Bergen. giorgio-hoesli.ch

Käse erwandern

Eine Chäs wandern auf die Alpen bzw. den Hof, wo drei der vier Schweizer Sennerinnen käsend den Sommer verbringen werden, ist auf jeden Fall einen Ausflug wert: Jelena Moser stellt Käse auf der **Alp Sezner im Val Lumnezia** (GR) her und Simone Burki auf der **Alp Bergalga im Aversstal** (GR). Trix Lehmann wirkt auf ihrem **Hof Grüt in Schwanden** (GL).

Die Wanderung zum Käse von Trix Lehmann ist beispielsweise im Buch «Chäs wandern» beschrieben (2015, AT-Verlag).



Teepause: Es wird geschwatzt, auch mit der weitentfernten Heimat.



Tadschikischer Imbiss: Trockenfrüchte, Brot, Kurut (Kugeln) und Gebäck.