

SILVIA LUTZ 49 Jahre, Trogen, Landwirtin und Landfrau

Landfrauen aus Appenzell Ausserrhoden offenbaren in der Serie «gloschtig ond gmögig» Geheimnisse aus ihren Rezeptbüchern. Sie kochen regional und saisonal, bevorzugt mit Produkten, die vom eigenen Feld, Hof und Garten kommen. Freuen Sie sich auf Traditionelles, Kreatives, Überraschendes. Viel Spass beim Nachkochen.

Sie hat es gern gesellig. Wenn auf dem Bauernhof im Lindenbüel östlich des Dorfs Trogen Menschen zusammenkommen, ist Silvia Lutz in ihrem Element. Dann zaubert sie mit Produkten vom Hof und aus ihrem grossen Bauerngarten Gloschtiges auf den Teller. Sie koche leidenschaftlich gern, sagt die Bäckerin-Konditorin und Landwirtin. Ein Rezeptbuch nehme sie aber selten zur Hand. Lieber improvisiere sie und mische die Zutaten ganz unkompliziert «Handglenk mol pi» zusammen. So sind auch die Alpkäsekugeln entstanden. Im Bierteig Ausgebackenes kommt bei ihrem Mann und den vier Kindern immer gut an. Neben Käse verpackt sie darin auch Kalbskopf oder Leberli. Silvia Lutz ist auf einem Bauernhof im Toggen-

Silvia Lutz ist auf einem Bauernhof im Toggenburg aufgewachsen. Die Arbeit mit den Tieren draussen in der Natur hat ihr schon als Kind gefallen. Als junge Frau ging sie z,Alp. Zuerst hütete sie die Kinder der Älpler, dann lernte sie

in einem Kurs das Einmaleins der Käseherstellung und arbeitete als Zusennin und Sennin. Dreizehn Sommer verbrachte sie auf Berner und Bündner Alpen. «Ich habe es geliebt.» Heute gehört ihre Liebe der Familie – und dem Bauernhof, den sie mit ihrem Mann führt. 40 Kühe und 25 Jungtiere stehen im Stall, dazu Geissen, Schafe, Wollschweine und Hasen.

Silvia und David Lutz bewirtschaften den Hof seit drei Jahren nach Demeter-Richtlinien. «Die biologisch-dynamische Philosophie passt zu uns, die Umsetzung ist zwar herausfordernd, aber sehr spannend», sagt Silvia Lutz. Im Sommer geben Lutz' ihre Kühe auf die Alpen Tambo in Splügen und Malbun oberhalb von Buchs. 300 Käselaibe à fünf Kilogramm kommen im Spätsommer als Ausbeute zurück. Im Lindenbüel reifen sie im Keller zu würzigem Käse und werden später in Läden der Umgebung verkauft – auch als Alpkäsefondue.

Text: jsp / Bilder: caw

