



Genussreise Allgäu

Region für

Laib & Seele

Milch und Käse fallen den meisten ein, wenn sie ans Allgäu denken. Das ist nicht falsch, aber es gibt noch viel mehr zu entdecken. **Katerina Wolf** hat sich auf die Suche begeben – und ist nicht nur dem Arche-Passagier »Original Braunvieh« begegnet.



In Günz an der Günz ist die Landschaft so flach wie ein Pfannkuchen. Von den Alpen ist in hier im Unterallgäu noch nichts zu sehen. Stattdessen prägt die Günz, ein rechter Nebenfluss der Donau, mit ihren Mäandern das Land und seine Landwirtschaft. Schon im Jahr 2000 wurde die Stiftung KulturLandschaft Günztal gegründet, um die Vielfalt der Pflanzen- und Tierwelt der Auwiesen zu erhalten. Das kommt auch einem Slow-Food-Arche-Passagier zugute, dem »Original Braunvieh«.

»Günztal Weiderind« heißt eines von mehreren Projekten der Stiftung, an dem sich auch Dieter und Johanna Bär vom Schochenhof bei Ottobeuren beteiligen. Die Bärs kamen als Quereinsteiger in die Landwirtschaft: Lange führten sie einen mittelständischen Betrieb, waren Zulieferer von Daimler Chrysler und namhaften Modellbaufirmen. Als der inzwischen 64-jährigen Johanna Bär dies gesundheitlich zu viel wurde, entschloss sich das Paar, alles zu verkaufen und noch einmal ganz neu anzufangen. »Unsere Wiesen mit all ihren Kräutern sind wie gemacht für die Aufzucht von Weiderindern. In das Original Braunvieh habe ich mich regelrecht verliebt, so brav und genügsam ist es«, sagt Johanna Bär. Wie groß diese Liebe bis heute geblieben ist, wird schnell bei einem Besuch der Weide deutlich: Hier ist der fünfjährige Bulle Aramis, Vater etlicher Original Allgäuer Rinder, zu Hause. Rund 900 Kilo dürfte er schwer sein und auf freiem Feld möchte man



Mit Kümmel und grobem Salz bestreut, dazu eine rösche Kruste und eine saftige Krume: Die Allgäuer-Oberschwäbische Seele schmeckt am besten nur mit Butter. Früher wurden die länglichen Gebäckstücke zu Allerseelen gebacken – daher der Name.



DIE KÄSEVIELFALT DES ALLGÄUS

Das Allgäu gilt als die Käseregion in Deutschland – was viel damit zu tun hat, dass in der feuchten, hügeligen Voralpenregion die Bedingungen für den Getreideanbau notorisch schlecht waren. Als im 19. Jahrhundert die Flachsverarbeitung durch die Konkurrenz billiger Baumwolle unter Druck geriet, drohte das Allgäu zu verarmen. Abhilfe versprach die Käseherstellung, wie sie die Agrarreformer Josef Aurel Stadler und Carl Hirnbein initiierten: Sie brachten das Know-how zur Herstellung von Emmentaler bzw. Limburger und Romadur in die Region. Bald wurde Käse aus dem Allgäu erfolgreich exportiert, und statt auf eiszeitlichen Schottern mühsam Ackerbau zu betreiben, wurde die Landschaft grasgrün – und ist es bis heute.

Für guten Käse braucht es gute Milch, die beste ist natürlich die Heumilch, für die nur Gras, Heu und Getreideschrot gefüttert werden dürfen – keinesfalls aber Silage. Heumilch ist die Basis des Allgäuer Emmentalers g.U., des wohl bekanntesten Allgäuer Käses. Er

ist ein Rohmilchkäse, wie auch der würzigere Allgäuer Bergkäse und der Sennalpkäse, dessen Milch nur von Betrieben über 800 Metern stammen darf.

Der klassische Allgäuer Weichkäse ist der Romadur, ein Rotschmierkäse, der gerne mit Zwiebeln in einer essigsaurigen Marinade serviert wird. Neben dem kräftigen Limburger und Backsteinkäse gibt es nicht zuletzt dank der engagierten Bio-Käserei Zurwies inzwischen auch eine beachtliche französisch inspirierte Weichkäsevielfalt vom Brie über Munster bis zum Vacherin.

Der gute Allgäuer Käse ist auch das Geheimnis des Allgäuer »Nationalgerichts«: der Kässpätzlen. Welche Käse dafür verwendet wird, ist letztlich Geschmackssache – Emmentaler zieht beeindruckende Fäden, Bergkäse gibt kräftigen Geschmack, und der finale Würzekick kommt vom Weißlack – einem sagenumwobenen Käse, der 1874 von den Brüdern Kramer in Wertach »erfunden« wurde und heute ein Passagier der Slow Food Arche des Geschmacks ist. **Katrin Schießl**

ihm lieber nicht begegnen. Doch Johanna Bär frisst er aus der Hand.

Bis in die 1960er Jahre war das Braunvieh, das gut an seinem weißen Maul zu erkennen ist, die vorherrschende Rinderrasse der Region. Da es nicht allzu groß wird, konnte es auf den steilen Wiesen einer Allgäuer Alpe, wie die Almen hier heißen, weiden. Das Problem jedoch war: Der Milchertrag von »nur« 5 000 bis 6 000 Litern im Jahr war zu wenig im Vergleich mit den 10 000 Litern der jetzt im Allgäu angesiedelten »Brown Swiss«. Anfang der 1990er Jahre war der Bestand des Original Braunviehs auf lediglich 80 Kühe zurückgegangen. Zwar ist die Zahl inzwischen wieder auf rund 700 gestiegen – doch was ist das schon im Vergleich mit 370 000 Kühen, die heute im Allgäu stehen.

Fleisch vom Braunvieh als Spezialität

Die Bären erzeugen weder Milch noch Käse, sondern mästen ihre Rinder. Denn das Original Braunvieh war seit jeher ein Zweinutzungsgrind, und das Ochsenfleisch mit seinen kurzen Fasern und einer feinen Fettmarmorierung eine besondere Spezialität. »Gut Ding will Weile haben«, sagt Johanna Bär, und so werden ihre Ochsen durchschnittlich 28 Monate alt. Getötet werden die Tiere mit rund 350 Kilogramm Schlachtgewicht direkt auf dem Hof. Bis ins Detail genau kann Bär, die mehr als 30 Jahre streng vegetarisch lebte, beschreiben, wie diese »Schlachtung mit Achtung« abläuft. Kaufen kann man Fleisch und Wurst des Schochenhofs auf den Märkten der Umgebung. Die gerade überall spürbare Preissteigerung gab es bei den Bären bisher nicht – aus einem ebenso überraschenden wie einleuchtenden Grund: »Unsere Tiere leben vom Gras der Wiesen und das wächst unabhängig von jeder Inflation.«

Ganz in der Nähe des Schochenhofs liegt das 8 600 Einwohner zählende Ottobeuren. Hier wurde Sebastian Kneipp, Priester und Erfinder der Kaltwassertherapien, geboren und so gibt es nun einen »Kneipp-Aktiv-Park« mit Meditationsgarten. In Ottobeuren steht zudem eine der berühmtesten Benediktinerabteien Deutschlands, durch die hügelige Voralpenlandschaft führt der Crescentia-Pilgerweg.

Verlässt man Ottobeuren Richtung Süden, sind sie plötzlich da: die Allgäuer Alpen, eine etwa 75 Kilometer lange Bergkette mit steil auslaufenden Gipfeln wie etwa die 2 649 Meter hohe Hochfrottspitze bei Oberstdorf. Sie sind schon leicht mit Schnee bedeckt, die besten Bedingungen für den alpinen Skisport gibt es dann im Februar und März. Als »Wächter des Allgäus« gilt der 1738 Meter hohe Grünten, der wegen seines Sendemastes auch für Allgäu-Unkundige leicht auszumachen ist. Seit einiger Zeit zieht der Berg Skitourenbegeisterte fast schon magisch an – obwohl beim Aufstieg über 800 Höhenmeter bewältigt werden müssen.



Öko-Landwirtschaft im Kommen

Ein besonders eindrucksvoller Blick auf die Berge bietet sich vom Arche-Hof von Barbara und Wolfgang Birk in Weitnau. Erstmals erwähnt wurde dieser bereits 1738, die Familie führt ihn nun in vierter Generation. Die 42-jährige Barbara, die auch Führungen zur Geschichte der Landwirtschaft anbietet, findet, dass sich in den letzten 15 Jahren viel im Allgäu verändert hat: »Die Allgäuer machen nicht jeden Trend gleich mit. Sie warten erst mal ab und prüfen. Doch dann steigen sie voll ein.« So liegt der Anteil der Biohöfe nun bei 20 Prozent, im Oberallgäu wird sogar jeder vierte ökologisch bewirtschaftet.

Auch die Birks haben 2007 ihren traditionellen Bauernhof zunächst in einen Biobetrieb und dann 2011 in einen Arche-Hof umgewandelt. Mindestens drei Nutztierassen, die auf der »Roten Liste« der Gesellschaft zur Erhaltung alter und gefährdeter Haustierrassen e.V. stehen, müssen auf einem Arche-Hof leben. In Weitnau sind es das Braune Bergschaf, das Augsburgische Huhn und natürlich das Original Braunvieh. Ihre Hörner dürfen die Rinder behalten, was auch in der Biolandwirtschaft nicht durchgängig

üblich ist. Barbara Birk hat hierzu eine klare Haltung: »Hörner sind ein Sinnesorgan der Kühe, damit nehmen sie Kontakt zu anderen Kühen auf.«

Herrgöttli und Schmorbraten

Milch von behörnten Kühen, am besten gemolken in den nur 100 Tagen des Alpsommers, verarbeitet mit echtem Kälberlab und einer hofeigenen Kultur an Milchsäurebakterien – darauf und auf vieles mehr legen auch Thomas Breckle und Martin Rößle von »jamei Laibspeis« großen Wert. Der Käseladen im Kempten, direkt gegenüber der fürstbischöflichen Residenz, gilt vielen als einer der besten Deutschlands. »Ja, mei, ist dieser Käse gut«, hätten viele Kund*innen gesagt, so sei der ungewöhnliche Name entstanden. Auf Mountainbikes fahren Breckle und Rößle auch zu den abgelegensten Alpen, um dort die besten Käse zu suchen. Zur Reifung, die bis zu fünf Jahren dauern kann, kommen die Laibe dann in den ehemaligen Eiskeller eines Klosters. 100 Prozent Luftfeuchtigkeit, 10 Grad Celsius und eine regelmäßige Pflege mit einem Elixier aus Riesling, Luisenhaller Salz und einigen geheimen

Auf Birks Archehof in Weitnau dürfen auch die Braunen Bergschafe auf die Weide.





Kässpätzlen werden traditionell mit in Butter gebräunten Zwiebeln serviert.

Braten...«, schwärmt er und man wünscht sich, genau in diesem Moment einen solchen in seiner Weinstube serviert zu bekommen. Geißler glaubt an einen Wandel in der Gastronomie: »Die Zeit, in der Familien nur an Feiertagen zum Essen ausgingen, geht zu Ende. Die jungen Leute heute wollen gut essen, egal welcher Tag ist. Essen muss zum Alltagserlebnis werden, so wie es in Italien schon immer war.«

Auf halbem Weg zwischen Kempten und Oberstdorf liegt Immenstadt, Teil des deutsch-österreichischen Naturparks Nagelfluhkette. Wanderungen auf seinem Kammweg und rund um den Großen Alpsee gehören zu den beliebtesten im Allgäu. Inmitten der vielfältigen Natur begegnet man aber auch einer weiteren kulinarischen Besonderheit des Allgäus: Auf dem Kalvarienberg suchen sich unter 200jährigen Eichen ein gutes Dutzend Eichelschweine ihre Hauptnahrung, zugefüttert wird nur wenig. Initiiert hat das Projekt der 63-jährige Reinhard Adelgoss, dem sowohl die artgerechte Tierhaltung als auch das besondere Aroma des Eichelschinkens am Herzen lagen und liegen. Zwei Jahre lang leben die Duroc-, Iberico- und Mangalitzza-Schweine im Wald, bevor sie geschlachtet werden. Davon haben nicht nur die Schweine etwas, sondern auch der Immenstädter Kalvarienberg: Denn Eichen mögen es licht und frei – und die wühlenden Tiere lassen eine Verbuschung gar nicht erst aufkommen.

Bier von der »Grünen Brauerei«

Auf dem Rückweg ins Voralpenland empfiehlt sich ein Stopp bei der Brauerei Clemens Härle in Leutkirch. Mit seinem sanft gehopften, wunderbar süffigen »LandZüngle«, gebraut aus ökologischen Zutaten, ist er seit vielen Jahren auf der Slow Food Messe in Stuttgart vertreten. Der inzwischen 125 Jahre alte Familienbetrieb nennt sich auch »Grüne Brauerei«. Als erste deutsche Brauerei arbeitet man dank Holzhackschnitzelfeuerung, Ökostrom aus erneuerbaren Energien und CO₂-Kompensationsabgabe klimaneutral. Kurze Transportwege sind Härle wichtig: So stammt die Braugerste ausschließlich aus Oberschwaben, der Hopfen vom nahen Bodensee und auch die verschiedenen Bierspezialitäten werden vor allem in der Region vertrieben.

Hier, im württembergischen Allgäu, ist zudem ein weiterer Passagier der Slow-Food-Arche zu Hause: die Allgäuer-Oberschwäbische Seele. Das Brauchtumsgebäck aus Weizen und Dinkel wurde traditionell zu Allerseelen als Gabe für die Armen gebacken – daher der Name. Heute sind längliche Kleinbrote mit dem Namen »Seele« zwar in ganz Deutschland erhältlich, doch es gibt nur wenige Bäcker, die den Teig bis zu 24 Stunden gehen lassen und ihn dann mit einem »Seelenschießer« in den Ofen schieben. Eine solche Seele hat eine knusprige, »rösche« Kruste und ist innen saftig. Sie ist unverwechselbar im Geschmack und mit den industriell hergestellten Namensvettern nicht vergleichbar: Die mit Kümmel und grobem Salz bestreute Seele wird vorzugsweise frisch gegessen und nur mit Butter bestrichen. Am besten natürlich mit Butter von einer Alpe aus dem Allgäu. ●

Zutaten sorgen für die Qualität der Käsesorten, die so klangvolle Bezeichnungen wie beispielsweise »Herrgöttli« tragen. Beim Verkosten des 17 Monate alte Bergkäses knistern erst feinste Milchkristalle, dann schmeckt man eine Quarkspeise mit Fruchtnoten und schließlich bleibt noch lange ein feinwürziger Geschmack im Mund.

Einst war die fürstliche Residenz das Zentrum der sogenannten Stiftsstadt von Kempten. Das bürgerliche Viertel der heute mit 70 000 Einwohner*innen größten Stadt des Allgäus entwickelte sich dagegen etwas südlicher am Fluss Iller. Nur wenige Schritte vom mittelalterlichen Rathaus entfernt liegt die Weinstube Hensler, die mit ihrem gotischen Gewölbe aus dem 15. Jahrhundert so ganz in diese Zeit passt. Ganz in unsere heutige Zeit passt dagegen die Küche, die Peter Geißler hier seit 2018 anbietet. Einfach und bodenständig soll sie sein, so das Motto des 44-jährigen.

Besonders liebt Peter Geißler zwei Dinge: zum einen Kartoffelsalat, der für ihn viel mehr als nur eine Beilage ist. Und zum anderen die Rinderschulter vom Original Braunvieh: »Daraus lässt sich so vieles machen: ein Siedfleisch oder ein Gulasch, ein Sauerbraten oder Bœuf bourguignon. Überhaupt geschmorte



ADRESSEN

Empfehlungen des Conviviums Allgäu sind mit einem Sternchen * gekennzeichnet, Slow Food Unterstützer erkennen Sie an der Ergänzung (SFU), Empfehlungen aus dem Genussführer am +. Aktuelle Öffnungszeiten auf den Webseiten der Betriebe oder einfach anrufen.

ESSEN & TRINKEN

1 Gasthaus Obere Mühle +

In dem 500 Jahre alten Bauernhaus wird bayerische, schwäbische und österreichische Küche von Kalbskopf und Wildpastete bis hin zu Kässpätzle und Käsknödel serviert. Die Kälber kommen von einem benachbarten Bauern aus dem Ostrachtal. Eigene Käseerei. Ostrachstr. 40, 87541 Bad Hindelang, Tel 08324. 28 57
www.obere-muehle.de

2 Rieger's Restaurant +

Spezialitäten sind die einheimische Lachsforelle auf Alb-Linsen oder die Gesottene Schulter vom Allgäuer Weiderind. Auch der Flammkuchen wird mit Hackfleisch von einheimischen Rindern belegt. Weine vom Staatsweingut Meersburg am Bodensee. Rankgasse 7, 87561 Oberstdorf, Tel 08322. 38 31
www.riegers-restaurant.de

3 Weinstube Hensler +

Viele offene Weine mit Schwerpunkt Deutschland und Österreich. Biere u.a. aus dem Mariahilfer Sudhaus Eisenberg im Ostallgäu. Jamei-Käse fehlen eigentlich nie auf der Speisekarte. Vogtstr. 8, 87435 Kempten, Tel 0831. 59 09 45 65
www.hensler-kempten.de

4 Brauerei-Gasthof Laupheimer

Familienbetrieb in der fünften Generation. Schwäbische Küche wie Fleischpflanzler und Maultaschen mit Kartoffelsalat oder Zwiebelrostbraten. Im Herbst viele Wildgerichte. Einige Gastzimmer. Dorfstr. 19, 87784 Günz/Westerheim, Tel 08336. 76 63
www.laupheimer.de

5 Bergfischzucht Gunzesried

See- und Elsässer Saiblinge wachsen mindestens zwei Jahre in eiskaltem

Quellwasser heran. Brotzeitstube und Verkaufstheke mit hausgemachten Delikatessen wie Fischklößchen und Saibling nach Matjes-Art. Säge 2A, 87544 Blaichach-Gunzesried, Tel 0160. 526 04 57
www.bergfischzucht.de

6 Coffee friends Shop (SFU)

Erster Bio-Coffee-Shop Deutschlands, wobei der Name etwas trügerisch ist, denn eigentlich ist es ein Café. Mittagstisch, eigene Bio-Backwaren. Auch in Kempten. Steinbühl 1, 87463 Dietmannsried, Tel 08374. 589 45 18
www.coffeefriends.de

7 Demeter-Alpe Sonnhalde +

In einer einstündigen Wanderung vom Hündlegipfel aus zu erreichen. Milch und Käse von der Ziege, Alpkäse. Biobier aus Simmerberg. Von 1. April bis 31. Okt. 87534 Oberstaufen, Tel. 08386. 96 241 8
www.alpesonnhalde.org

8 Brauerei Clemens Härle (SFU)

Bio-Biere vom Öko-Pionier im Westallgäu; Brauereibesichtigungen nach Voranmeldung über die Webseite. Am Hopfengarten 5, 88299 Leutkirch im Allgäu, Tel. 07561 98 28-0
www.haerle.de

ESSEN & ÜBERNACHTEN

9 Alpzitt Chalets

Chalet-Dorf mit Spa und Restaurant »Genusswerk«. Chef-Alliance Mitglied Alex Schareina kocht Zunge und Sülze vom Alp-Rind, Bäckchen vom Iberico-Eichelschwein oder Krautkrapfen, aber auch Wiener Schnitzel und Rostbraten. An der Sägemühle, 87545 Burgberg im Allgäu, Tel 08321. 2 20 99-0
www.alpzitt-chalets.de

10 Bio Berghotel Ifenblick (SFU)

Auf über 1 000 Meter Höhe im äußersten Süden des Oberallgäus. Es kocht Chef Alliance- und Bio-Spitzenköchin Nina Meyer – siehe Slow Food Magazin 2/2022. Gschwend 49, 87538 Balderschwang im Allgäu, Tel 08328. 9 24 70
www.ifenblick.de

11 Hotel Traube +

Fachwerkhaus mit Bergpanorama. Hausgemachte Kräuterknödel. Bergglamm vom Hausberg »Hündle«, Rinderherz in Spätburgunder, auf Vorbestellung Kalbshaxe. Kirchdorfer Str. 12, 87534 Oberstaufen, Tel 08325. 92 00
www.traube-thalkirchdorf.de

12 Landhotel Hirsch +

Das kleine Landhotel liegt am südöstlichen Rand von Kempten nahe dem Golfplatz Lenzfried. Im Restaurant »Lenz« kommt der Käse von jamei (siehe Nr. 23). Lenzfrieder Str. 55, 87437 Kempten, Tel 09831. 57 40 00
www.hirsch-kempten.de

13 Hubertus Mountain Refugio (SFU)

»Mountain Spring Spa« mit 4 500 Quadratmetern, Naturbadensee im Sommer. In der Küche Allgäuer Traditionen, veredelt mit Kochrichtungen aus der ganzen Welt. Dorf 5, 87538 Balderschwang, Tel 08328. 92 00
www.hotel-hubertus.de

14 Hanusel Hof Golf & Wellness Hotel (SFU)

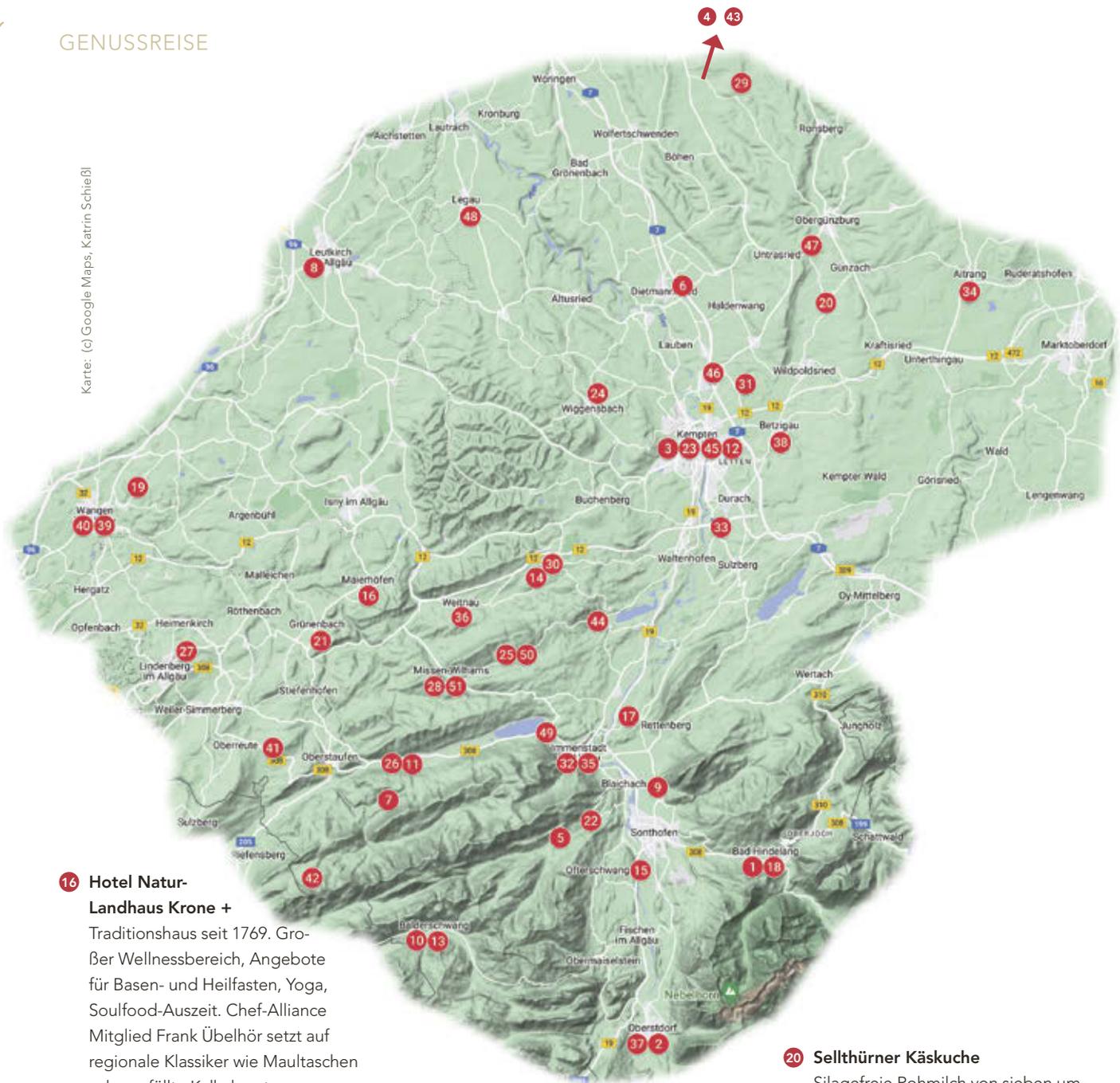
Großes Haus auf 1 000 Meter Höhe, Bergblick, Pool und Wellnessbereich. Im Restaurant ordentliche Portionen Allgäuer Küche, Wild, hausgemachte Pasta. Weinkeller mit 350 Positionen. Helingerstr. 5, 87480 Weitnau-Hellengerst, Tel 08378. 92 00-11
www.hanusel-hof.de

15 freistil Boutiquehotel & Restaurant +

14 Zimmer, Indoor-Schwimmbad und Sauna. Neben Rind, Kalb und Wild widmet sich Chef Constantin Kiehne besonders den Saiblingen, die aus der Bergfischzucht Gunzesried (siehe Nr. 5) kommen. Schweineberg 20, 87527 Ofterschwang, Tel 08321. 3509
www.kiehnes-freistil.de



Karte: (c) Google Maps, Katrin Schießl



16 Hotel Natur-Landhaus Krone +

Traditionshaus seit 1769. Großer Wellnessbereich, Angebote für Basen- und Heilfasten, Yoga, Soulfood-Auszeit. Chef-Alliance Mitglied Frank Übelhör setzt auf regionale Klassiker wie Maultaschen oder gefüllte Kalbsbrust.
Kirchweg 2, 88167 Maierhöfen,
Tel 08383. 254
www.naturlandhaus-krone.de

KÄSEREIEN & SCHAUKÄSEREIEN

17 Sennerei Untermaiselstein *

Genossenschaft mit sieben Milchbauern. Bergkäse, Emmentaler, Uhsteiner Rahmkäse mit Kräutern und Knoblauch, Butter. Reifezeiten bis zu einem Jahr. Käseautomat. Onlineshop.
Freidorfer Str. 1, 87549 Rettenberg,
Tel 08327. 7632
www.bergkaese.de

18 Bio-Schaukäserei Obere Mühle *

Spezialität sind Ziegen- und Schafskäse. Außerdem Berg- und Alpkäse, Emmentaler und im Winter Raclette. Termine für's Schaukäsen auf der Webseite. Onlineshop.
Ostrachstr. 40, 87541 Bad Hindelang,
Tel 08324. 973534
www.obere-muehle.de

19 Käseerei Zurwies

Weichkäse und Frischprodukte (Fruchtjoghurt ohne Zusatzstoffe!) aus Bio-Heumilch. Einige Käsesorten wie »Antons Liebe« sind im Bio-Handel bundesweit erhältlich. Onlineshop.
Zurwies 11, 88239 Wangen im Allgäu,
Tel 07522. 55 81
www.zurwies.com

20 Sellthürner Käskuche

Silagefreie Rohmilch von sieben umliegenden Bio-Betrieben wird von Käser Rudolf Gmeiner zu verschiedenen Käsen verarbeitet. Erhältlich im eigenen Laden, bei Feneberg unter der Marke »Von Hier« oder deutschlandweit im Bio-Handel über die ÖMA, z.B. der gereifte Bergkäse »Achtzehnder«.
Sellthüren 11, 87634 Günzach,
Tel 08372. 2864
www.kaesealp.de/produktion

21 Sennerei Grünenbach

Bio-Käserei, Verkauf im Laden; bundesweit erhältlich z.B. als »ÖMA Grünenbacher Sennkäse«.
Käsbaur GmbH & Co. KG,
Sennereiweg 2, 88167 Grünenbach,
Tel 08383. 612
www.kaes-baur.de

22 Sennerei Gunzesried
Sennereigenossenschaft seit 1892,
älteste durchgehend bewirtschaftete
Sennerei Bayerns.
Talstraße 32,
87544 Blaiach/Gunzesried,
Tel 08321. 841 09
www.gunzesrieder-bergkaese.de

23 jamei Laibspeis' (SFU)
Auf der Homepage finden sich
Restaurants und Geschäfte, in denen
der jamei-Käse angeboten wird.
Öffnungszeiten Kempten: Mi und Sa
Vormittag, Fr Nachmittag
Hildegardplatz 3, 87435 Kempten
www.jamei-laibspeis.de

24 Bio-Schaukäserei Wiggensbach eG
25 Käsesorten. Beim Wettbewerb
»Bayerische Käseschätze« gewannen der
»Wiggensbacher Gute Laune« und der
»Wiggensbacher Roter Casanova« den
ersten Preis. Führungen und Verkaufsorte
auf der Webseite; Online-Shop.
Kempter Str. 9, 87487 Wiggensbach,
Tel 08370. 92 10 10
www.schaukaeserei-wiggensbach.de

25 Bergkäserei Diepolz eG *
Bergkäse bis zu 24 Monate Reifung.
Allgäuer Kräuter. Bergkräuteröl. Essig,
Salz und Senf mit Kräutern. Bergbutter
und Butterschmalz.
Diepolz 1, 87509 Immenstadt im Allgäu,
Tel. 08320. 480
www.bergkaeserei-diepolz.de

26 Käseschule Allgäu, die Erlebniskäserei
Schaukäsen, Lehrgänge »Käse selbst-
gemacht«, Onlineshop.
Kirchdorfer Str. 7, 87534 Oberstaufen,
Tel 08304. 97 38 03
www.kaeseschule.de

27 Gebrüder Baldauf GmbH & Co. KG
Sennerei und Käsehandel, Onlineshop.
Goßholz 5, 88161 Lindenberg/Allgäu,
Tel 08381. 890 20
www.baldauf-kaese.de

28 Allgäuer Hof-Milch GmbH
Großer Vermarkter von Heumilch
und Heumilchkäse.
Unterwilhams 9,
87547 Missens-Wilhams,
Tel 08320. 925 81 10
www.hof-milch.de

FLEISCH UND METZGEREIEN

29 Schochenhof
Neben Original Braunvieh auch
Iberico- und Mangalitza-Schweine
sowie Kamerun-Schafe. Drei Ferien-
zimmer. Termine der Wochenmärkte,
auf denen das »Bio-Mobil« steht, auf
der Homepage.
Schochenhof 28, 87724 Ottobeuren,
Tel 08332. 280 92 98
www.schochenhof.info

30 Arche Hof Birk
Hofladen jeden Freitag 14.30-17 Uhr.
Landjäger und Pfefferbeißer. Tilsiter
und Bergkäse. Frischmilch und
Joghurt von Hornkühen. Direktver-
marktung von Rind- und Kalbfleisch-
paketen sowie Lammhälften auf
Vorbestellung. Hof-Führungen für
Erwachsene und Kinder. Moorwande-
rungen. Kräuterstündchen.
Helingerstr. 9,
87480 Weitnau-Hellengerst
Tel 08378. 93 26 69
www.bio-birk.de

31 Ziegenhof Egger
Biohof mit rund 100 deutschen
Edelziegen. Ziegenmilch, Frischkäse,
Camembert. Vor Besuch anrufen.
Vogelsang 1, 87437 Kempten,
Tel 0831. 52 62 29 80
www.bio-mit-gesicht.de

32 Allgäuer Eichelschwein GmbH
Information über Termine für den
Direktverkauf des Fleisches in 3 oder
5 Kilo Mischpaketen auf der Home-
page. Außerdem: Luftgetrockneter
Rückenspeck und Cervelatsalami vom
Eichelschwein.
Unter den Eichen 2,
87509 Immenstadt im Allgäu,
Tel 08321. 607 61 12
www.allgaeuer-eichelschwein.de

33 Speisers Seerind
Zweijährige Aufzucht von Kälbern auf
Weiden am Öschlesee. Dry-Aged-Biorind
in verschiedenen Paketen auf Vorbestel-
lung und zur Selbstabholung.
See 9, 87477 Sulzberg,
Tel 0175. 289 43 84
www.seerind.de

Allgäuer
Brauereikunst



Unser Bier braut Clemens Harle

Seit über 125 Jahren brauen wir
unsere Biere nach allen Regeln der
handwerklichen Braukunst. Unsere Gerste
beziehen wir ausschließlich von Bauern
aus Oberschwaben und dem Allgäu.
Unser Hopfen wächst in Tettngang nahe
des Bodensees. Und unser Brauwasser
entstammt dem Quellgebiet der Adelegg.
Gut Ding will Weile haben. Dies gilt vor
allem auch für das Brauen von Bier. Deshalb
gönnen wir unseren Bieren die Zeit, die sie
zum Reifen brauchen: sechs Wochen bei
kalten Temperaturen um den Gefrierpunkt.
Und das Ergebnis: 16 Bierspezialitäten
mit viel Charakter und Geschmack, dunkel
und hell, naturbelassen und unfiltriert,
malzaromatisch und feingehopft.
Und viele davon sogar in Bioqualität.

Besuchen Sie uns doch mal. Auf unserer
„Heimatseite“, besser noch persönlich in
unserem herrlichen Brauereigebäude in
Gründerzeitarchitektur und in unserem
uralten Brauereigasthof.
Wir freuen uns auf Sie.



Esther Straub und Gottfried Harle



34 Metzgerei Göppel
120 Jahre alter Familienbetrieb mit eigener Schlachtereier. Fleischsommelier Markus Göppel verarbeitet Färsen und Ochsen – auch Wagyu und Black-Angus – die den Sommer auf den Alpwiesen weiden. Außerdem Alpenspeck, luftgetrockneter Allgäuer Rinderschinken, Mortadella Magra Allgäuer Art.
Lindenstr. 50, 87648 Aitrang,
Tel 08343. 97 93
www.metzgerei-goepfel.de

35 Metzgerei Rehle *
Familienbetrieb mit eigener Schlachtereier. Rindfleisch ausschließlich von Allgäuer Färsen. Bratenspezialitäten wie Gefüllte Kalbsbrust mit Semmelknödel oder Kalbsnierenbraten. Allgäuer Schüb-linge. Verschiedene Sorten Sülze.
Marienplatz 15, 87509 Immenstadt,
Tel 08323. 63 03
www.metzgerei-rehle.de

36 Metzgerei Bernhard Mayer
Weitnauer Kalb. Eigene Schlachtung. 85 Prozent der Wurstwaren werden selbst hergestellt.
Engelsteig 1, 87480 Weitnau,
Tel 08375. 413

EINKAUFEN

37 Holzofenbäckerei Schroth (SFU)
Bergbauernbrote aus dem Holzofen. Auf vielen Wochenmärkten der Region. Online-Shop.
Sonthofener Str. 8, 87561 Oberstdorf,
Tel 08322. 37 25
www.holzofenbaeckerei-schroth.de

38 Bäckerei Konditorei Reitberger *
Traditionsbäckerei. Mehrmals täglich frische Brezen, Ruchbrot aus traditionellem Schweizer Weizenmehl. Semmel aus Hartweizengrieß. Mohnstrudel.
Filiaien in Kempten, Durach, Betzigau, Wildpoldsried.
www.reitberger.com

39 Fidelisbäck
Hier gibt's den Archepassagier Seele, außerdem Holzofenwecken und mehrmals täglich frische Laugenhörnle. Das alles gibt es auch in der hauseigenen Gaststube, die meist so voll ist, dass man schnell mit den Tischnachbarn ins Gespräch kommt.

Paradiesstraße 3,
88239 Wangen im Allgäu,
Tel 07522. 79 59-31
www.fidelisbaeck.de

40 Bäckerei Vogel
Allgäuer Seelen in traditioneller Herstellung. Inhaber: Gudrun und Peter Vogel, Lindauer Straße 43,
88239 Wangen im Allgäu,
Tel. 07522. 24 23
www.vogelbaeck.de

41 Artemisia – Allgäuer Kräutergarten (SFU)
Kräutertees, Gewürzsalze, Gemüse und mehr im Hofladen. Gemüse- und Selbstbedienung rund um die Uhr. Onlineshop. Der Garten mit 13 ha kann bei einem Spaziergang besichtigt werden.
Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen,
Tel 08386. 96 05 10
www.artemisia.de

42 Michels Kräuteralp Hörmoos
Bio-Destillate aus Wurzeln, Kräutern und Beeren von der 1 300 Meter hoch gelegenen Alpe Hörmoos.
Hörmoos, 87534 Oberstaufen-Steibis,
Tel 08386. 98 05 51
www.kraeuteralp.de

43 Brennerei Salzgeber (SFU)
Familienbetrieb seit 1576. Spezialität sind die Fugger-Brände, die in kleinen Chargen u.a. aus Quitten und Zwetschgen von alten Obsthainen hergestellt werden.
Aspenstr. 6, 87727 Babenhausen,
Tel 08333. 930 74
www.salzgeber.com

44 Dorfladen Niedersonthofen UG
Weitnauer Kalb. Käse von der Alpe Hochried und der Bergkäserei Diepolz.
Mühlenbergstr. 3, 87448 Waltenhofen,
Tel. 08379. 929 59 70
www.dorfladen-niedersonthofen.de

45 PurNatur – Naturkostladen und Bistro
Berühmt für seinen Ziegenschmortopf, kulinarische Weinproben. Mittagsgerichte.
Kotterner Str. 78-80, 87435 Kempten,
Tel 0831. 52 266 77
www.purnatur-kempten.de

46 Allgäuer Ölmühle e.K.
Rund 30 verschiedene Öle. Ungewöhnliche Spezialitäten sind Granatapfelkern-, Chia- und Borretschöl. Es gibt aber auch Hanf-, Distel, Haselnussöl und

vieles andere mehr. Außerdem Essige, Mehle, Nüsse. Werksverkauf und Onlineshop.
Heisinger Str. 45, 87437 Kempten,
Tel 0831.96 09 86-11
www.allgaeuer-oelmuehle.de

47 tempehmanufaktur Schnappinger GmbH
Hergestellt wird das ursprünglich aus Indonesien stammende Fermentationsprodukt Tempeh in Handarbeit aus Sojabohnen, Lupinen und Schwarzen Bohnen. Verzeichnis der Verkaufsstellen auf der Webseite; Onlineshop.
Immenthal 4, 87634 Günzach
www.tempehmanufaktur.net

48 Rapunzel Naturkost
Das neu eröffnete Rapunzel Museum informiert interaktiv u.a. zu Bio-Anbau und fairem Handel.
Rapunzelstraße 2, 87764 Legau,
Tel: 08330. 529-0
www.rapunzelwelt.de

Feneberg Lebensmittel
Regionale Supermarktkette, die auf regionale Produkte setzt, unter anderem mit der Bio-Eigenmarke »Von Hier«
www.feneberg.de

Bio-Einkaufsführer
Herausgegeben vom Bio-Ring-Allgäu e.V.
www.bioeinkauf-allgaeu.de

SEHENSWERT

49 Naturparkzentrum Nagelfluhkette
Seestr. 10, 87509 Immenstadt,
Tel 08323. 998 87 50
www.nagelfluhkette.info

50 Allgäuer Bergbauernmuseum
Freilichtmuseum mit alten Tierrassen und einer Alpe in Immenstadt auf 1000 Meter Höhe.
Diepolz 44,
87509 Immenstadt/ Diepolz
Tel 08320. 925 92 90
www.bergbauernmuseum.de

51 Carl-Hirnbein-Museum
Hauptstr. 45, 87547 Missens-Wilhams,
Tel 08320. 456 oder 228
Geöffnet Fr 15-17 Uhr

Infos für Allgäu-Besucher
www.allgaeu.de