



# Unterwegs im Zentralmassiv

*Das grüne  
Herz  
Frankreichs  
entdecken*



# KÄSE UND WEIN AUS AUVERGNE UND ZENTRALMASSIV



In der Mitte des französischen Sechsecks erheben sich die Gipfel des Zentralmassivs, einer Ansammlung sehr unterschiedlicher Gebirgszüge: Von den grünen Vulkankegeln der Auvergne (Asterix-Kenner holen sich bitte mal eben „Asterix und der Avernerschild“ – eine nette Beschreibung der Eigenheiten dieses Landstriches!) über die provençalisch anmutenden Berge der südlichen Ardèche bis zu den kargen Hochebenen der Cévennen reicht die landschaftliche Vielfalt.

Für den Käseliebhaber ist vor allem die Auvergne eine Gegend voller Genüsse. Diese von viel Weideland geprägte Landschaft, Heimat der Salers- und Aubrac-Rinder, ist der Käsekeller Frankreichs. Immerhin etwa ein Viertel der gesamten Käseproduktion stammt von hier; mit fünf AOC-Käsen weist die Auvergne die höchste Dichte geschützter Käse auf und insgesamt werden hier mehr als 30 Sorten Käse produziert.

Auch der Weinanbau war hier einst weit verbreitet. Weine aus der Auvergne waren beliebt – am Königshof in Paris genauso wie im päpstlichen Palast in Avignon. Mit der Klimaabkühlung in Mitteleuropa im 18. Jahrhundert, vor allem jedoch mit der Reblauskatastrophe im 19. Jahrhundert, kam er nahezu zum Erliegen. Heute werden in der

Auvergne, deren AOC zum Weinbaugebiet der Loire gezählt wird, wieder vermehrt hochwertige Weine angebaut. Das raue Klima macht es den Winzern nicht unbedingt leicht – die Weine sind nicht so opulent wie z.B. die der sonnenverwöhnten Südardèche, haben jedoch ihre eigene Komplexität und Finesse. Der Versuch, sie in Deutschland zu bekommen, ist allerdings nahezu aussichtslos. Alternativ empfehle ich Weine aus der Haut Loire...



## CANTAL, LAGIOLE UND SALERS



Der Cantal ist der älteste und bekannteste der geschützten Käse der Auvergne. Schon Plinius d. Ä. hat ihn vor beinahe 2000 Jahren als von den Römern sehr geschätztes gallisches Nahrungsmittel erwähnt.

Seine Besonderheit ist die Verarbeitung: Der Käseteig (aus der rohen unbehandelten Milch!) wird, wie beim Cheddar, nach der ersten Pressung geschreddert, nochmals gesalzen und dann in die übliche ca. 45 Kg schwere Form gepresst. Ca. 33 Stunden Zeit und etwa 400 l Milch stecken in jedem Käselaub – plus die Liebe und Erfahrung der Bauern und Käsemeister. In drei Reifestufen angeboten – jung (1 Monat gereift), „entre deux“ (also mittel, 2-6 Monate gereift) und alt (mehr als 6 Monate gereift) – ist er einer der meistverkauften Käse Frankreichs. Bedingt durch seine Herstellung hat der Cantal eine brüchige Struktur, die im Mund jedoch sofort cremig wird. Jung dominieren Aromen von Butter und Blüten, bei längerer Reifung treten Kräuter und Nüsse bis hin zu Anklängen an Fleischbrühe in den Vordergrund.



Zwei weitere Käse der Region haben ähnliche Merkmale:

Der Lagiole AOC wird ausschließlich in der Gegend um die gleichnamige Stadt herum (auf der Hochebene des Aubrac) produziert. Die Milch muss von Kühen der Rassen Aubrac (das sind die mit den ausladenden Hörnern!) oder Simmental stammen. Er ist der (nach produzierter Menge) seltenste Käse dieser Familie.

Der Salers AOC wird ausschließlich aus der Weidemilch des Sommers produziert, mit dem Zusatz *Salers Tradition* auch ausschließlich aus Milch der Rasse Salers. Diese alte Rasse mit ihren lyraförmigen Hörnern gibt nur 7-9 l Milch pro Tag – und das auch nur, wenn ihr Kalb in der Nähe ist. Entsprechend aufwändig ist die Käseherstellung, nur wenige Betriebe sind hier tätig. Der Salers ist auch der einzige AOC-Käse Frankreichs, der ausschließlich auf Bauernhöfen hergestellt wird. Seine Aromen sind so vielfältig, wie die Bedingungen unter denen er reift. Wer einen Salers oder gar einen Salers Tradition bekommen kann, sollte ihn unbedingt probieren.

## UND WELCHER WEIN PASST DAZU?

---



Einen Salers genießt man *immer* mit einem leichten Wein – schwere Weine würden die Vielfalt der Aromen zu stark unterdrücken.

---

### 2015 SAINT POURCAIN AOC ROSÉ

---

Ein fruchtiger Rosé mit leichten und gut eingebundenen Tanninen. Das Anbaugebiet nördlich der Côtes d’Auvergne produziert leichte, junge Weine, die ganz gut zu den drei Hartkäsen passen. Der Rosé sollte nicht zu kalt (ca. 10° C) getrunken werden.

---

### 2016 DOMAINE MOUSSET BLANC, ENTRAYGUES – LE FEL AOC

---

Dieses wirklich kleine Weinbaugebiet (insgesamt nicht mehr als 30 ha) liegt an den Steilhängen zweier Flüsse im Südwesten des Zentralmassivs. Die terrassierten Hänge zählen für viele Frankreichkenner zu den spektakulärsten Weinbergen des Landes. Der Weißwein hat eine interessante strohgelbe Farbe, Aromen von Blüten und Früchten und einen langen Abgang. Wirklich ein guter Käsebegleiter!

Für einen kräftigen Cantal darf es auch mal ein kräftiger Rotwein sein. Mein Vorschlag kommt von den südwestlichen Hängen des Zentralmassivs – aus der in die Provence hineinreichenden Südarkèche.

---

### 2015 SYRAH - TERRE DE FRIGOULE, ARDECHE IGP

---

Ein granatroter Wein mit kraftvollen Gewürz – und Fruchtaromen, Anklänge an schwarze Oliven und dunkle Früchte. Der perfekte Wein für kühle Tage oder die späte Stunde – oder eben für einen alten Cantal...



## PICODON AOC

---



Wenn wir jetzt schon für den Wein einmal quer über das Zentralmassiv „geflogen“ sind, bleiben wir gleich hier – in der Heimat des Picodon. Die schmackhaften und wandelbaren kleinen Ziegenfrischkäse gehören zur Grundausrüstung jeder Käsetheke, ich muss sie also nicht groß vorstellen. Leider ist in Deutschland bei den meisten nur die junge Variante bekannt. Es gibt den Picodon in den unterschiedlichsten Reifegraden – bis hin zu hartkäseartigen, mehr als drei Monate alten Varianten, die sich hervorragend über Salate, Pasta oder andere Gerichte reiben lassen.

Natürlich passt hier ein Rosé aus der Region, z. B. ein

---

### 2015 ROSE DOMAINE DE BRECHON, COTES DU VIVARAIS AOC

---

Ein frischer Rosé, typisch für die südliche Ardèche von einem sympathischen unabhängigen Winzer. Die frische Säure korrespondiert mit den Aromen des jungen Picodon und macht jeden Bissen, jeden Schluck zu einem Genuss.



## SAINT NECTAIRE AOC UND TOMME DE MONTAGNE



Saint Nectaire ist (nachdem er Anfang des 20. Jahrhunderts schon am Aussterben war) einer der meistverkauften AOC-Käse Frankreichs. Er wird entweder aus Rohmilch auf Bauernhöfen hergestellt (fermier) oder aus pasteurisierter Milch in Molkereien (laitier). Die Reifung erfolgt heute wie z.B. beim Comté meist zentral bei Affineuren. Für die Viehhaltung ist eine bestimmte Anzahl Weidetage vorgeschrieben, ebenso natürlich ein Verbot von gentechnisch verändertem Futter. Dass der Käse nur aus Milch von Salers-Kühen hergestellt wird, ist wohl leider ein sich hartnäckig haltendes Gerücht...

Die Aromen reichen von Sauerteig über Sahne und Sauermilch bis hin zu erdigen und Pilzaromen. Die Rinde wird mit zunehmendem Alter fest – in ihrer Nähe überwiegen die erdigen Unterholzaromen.

Der Tomme de Montagne wird in etlichen Gegenden Frankreichs hergestellt – auch in der Auvergne. Er ist die etwas robustere Variante des Saint Nectaire – im Teig etwas härter, in den Aromen eher den deutlich ausgeprägten Erd- und Pilzaromen sowie der Sauermilch zugetan. Beide Käse sind ein guter Abschluss eines schönen, nicht zu feierlichen Essens oder gut geeignet für ein gemütliches Abendessen unter Freunden. Ein guter Begleiter wäre ein nicht zu kräftiger Rotwein.

---

### 2016 SAINT VERNY, CÔTES D'AUVERGNE – BOUDES

---

Boudes ist die südlichste Region der Côtes d'Auvergne - gerade mal 45 ha Weinberge gehören zu dem kleinen Dorf. Der Wein wird aus Gamay und Pinot Noir gekeltert, hat eine schöne Farbe und Aromen von Waldfrüchten und Pfeffer. Ein angenehmer und nicht zu aufdringlicher Begleiter für ein gutes Essen.



## GAPERON, L'ECIR EN AUBRAC, LE CHAUSSENACOIS



Die hier vorgestellten Käse sollen die Vielfalt der Auvergne als Käselandschaft verdeutlichen. Die beiden letztgenannten sind Weichkäse mit Naturrinde, einmal aus Kuh- und einmal aus Ziegenmilch. Beide finde ich persönlich mittelreif am schönsten. Sie haben einen wirklich zartschmelzenden Teig mit deutlich ausgeprägten Aromen von Sauermilch, animalischen Anklängen und erdigen Nuancen.



Der Gaperon ist etwas ganz Besonderes. Er wird zum Teil aus Buttermilch hergestellt und wird mit Pfeffer und Knoblauch gewürzt. Seine typische Form kommt daher, dass man ihn früher in der Küche zu Reifung aufhängte – umgekehrt in einem Tuch. Er ist der Hochzeitsvermittler unter den Käsen. An der Anzahl der Käse konnte man die Menge der produzierten Milch und damit den Reichtum (oder die Armut) des potentiellen Ehepartners ablesen. Was für Zeiten – als man den Wert des Lebenspartners in Käse maß...

Sein Teig ist säuerlich und geschmeidig, die verwendeten Gewürze sind ziemlich präsent. Der Wein sollte also nicht zu zurückhaltend sein, gut gereift und mit einer zurückhaltenden Säure. Ich habe mal wieder einen Tropfen aus der Ardèche herausgesucht:

---

### 2014 VIOGNIER, DOMAINE DE LA BOISSERELLE, ARDECHE IGP

---

Viognier – eine Rebsorte, die entlang der Rhône angebaut wird – transportiert ein wahres Feuerwerk an Aromen. Helle Früchte, Blüten, kräftiger Honig – all das, kombiniert mit einem langen Nachhall, lässt sich hier im Glas finden. Da die Käse, die ich auf dem Teller hatte, schon ziemlich reif waren, passte das perfekt, zu den sehr ausgeprägten Aromen des Gaperon sowieso.



## BLAUSCHIMMELKÄSE



Die Auvergne, ja das ganze Zentralmassiv, ist Blauschimmel-Land. Zwei der fünf AOC-Käse sind Blauschimmel und darüber hinaus gibt es noch etliche andere. Der Saint Augur dürfte der bekannteste sein. Ein weiterer, eher industriell hergestellter Blauschimmel, ist der Carré d'Aurillac. Ein milder und weicher Blauschimmel, der eine gute Zutat für die warme Küche ist – oder eben der leichte Einstieg in die Welt des Blauschimmels.

Von ganz anderem Kaliber ist da der Fourme d'Ambert, einer der ältesten Käse Frankreichs. Der Überlieferung nach wurde er schon von gallischen Druiden für kultische Zwecke verwendet, im 18. Jahrhundert war er Zahlungsmittel für die Pacht der Almhütten der Sommerweide. Wegen seines Aussehens oft „Birke“ genannt, ist er für mich der ausdrucksstärkste und schönste Blauschimmel Frankreichs. Er ist mild – deutlich milder als z.B. ein Roquefort. Aber genau das macht auch seinen Genuss aus. Die typischen Pilz- und Unterholzaromen sind prägnant, die typischen Bitterstoffe halten sich zurück, in der Konsistenz ist er cremig und weich. Ein Gaumenschmeichler im besten Sinne des Wortes.

Wesentlich kräftiger ist der Bleu d'Auvergne. Schon äußerlich an seinen Bruder, den Roquefort, erinnernd, ist er ein wahres Kraftpaket. Intensive Aromen von Pilzen, Unterholz und Sauermilch prägen den Geschmack. Er lässt sich gut kombinieren – mit Birnen oder Lebkuchen genauso wie mit Honig oder luftgetrocknetem Schinken.

Zu Blauschimmelkäsen gehören natürlich süße Weine – je kräftiger der Käse umso süßer darf der Wein sein. Und da der Bleu d'Auvergne wirklich kräftig ist, schlage ich sogar noch einen Likör vor. Aber der Reihe nach:

---

### 2014 NINON MUSCAT VENDANGE PASSERILLEE, ARDECHE IGP

---

Die Technik, vor der Maischung die Trauben zu trocken und so den Zuckergehalt zu erhöhen, bringt ja immer wieder überraschende Ergebnisse. Hier entstand ein Wein, der bei aller Süße immer noch ein angenehmes Trinkgefühl vermittelt. Die typischen Aromen der Muskattraube werden verstärkt von einer angenehmen Apfelnote. Nicht zu warm getrunken kann er einem schon den Abend verschönern.

---

### 2015 VIOGNIER, VENDANGE D'OCTOBRE, ARDÈCHE IGP

---

Die bewusst überreif gelesenen Trauben ergeben einen Wein, der mit Aromen von Fruchtmarmeladen und Aprikosen, reifen Südfrüchten und Gewürzen überrascht.

---

### CREME DE CHÂTAIGNES

---

Kastanien sind das Brot der Ardèche. Egal ob Creme, Konfitüre oder Mehl – viele Spezialitäten entstehen daraus. Als Likör ein schöner Kontrapunkt zu Blauschimmelkäse. Probiert es aus!

Ich hoffe, es war die eine oder andere Anregung für Ostern dabei. Ich jedenfalls bin immer wieder gerne kulinarisch in Frankreich dabei.

Euer Jan.



## QUELLENSAMMLUNG:

---

Cantal

<https://www.inao.gouv.fr/produit/3271> 26. 1. 2018

[https://fr.wikipedia.org/wiki/Cantal\\_\(fromage\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Cantal_(fromage)) 26.1.2018

Lagiole:

<https://www.fromage-laguiole.fr/fr/le-laguiole-aoc-aop/index.php> 7.3.2018

Salers

<http://www.aop-salers.com/> 7.3.2018

<http://www.auvergne-tourismus.de/articles/salers-kase-330-4.html> 7.3.2018

Saint Pourçain

[https://de.wikipedia.org/wiki/Saint-Pour%C3%A7ain\\_\(AOC\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Saint-Pour%C3%A7ain_(AOC)) 7.3.2018

Entraygues Le Fel

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Entraygues-et-du-fel> 7.3.2018

Ardeche

<http://www.vignerons-ardechois.com/fr/vins/reserve/terre-de-frigoule-syrah-reserve-rouge-75cl/terre-de-frigoule-syrah-reserve-rouge-75cl.htm> 7.3.2018

Saint Nectaire und Tomme de Montagne

<https://www.aop-saintnectaire.com/>

<https://www.carnetdefromages.com/fr/nos-fromages/tomme-de-montagne>

Cotes d’Auvergne

[https://de.wikipedia.org/wiki/C%C3%B4tes\\_d%E2%80%99Auvergne](https://de.wikipedia.org/wiki/C%C3%B4tes_d%E2%80%99Auvergne)

<https://fr.wikipedia.org/wiki/C%C3%B4tes-d%27auvergne>

Gaperon etc.

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Gaperon>

[http://www.fromages-de-terroirs.com/fromage-detail.php3?id\\_article=835&lang=fr](http://www.fromages-de-terroirs.com/fromage-detail.php3?id_article=835&lang=fr)

Blauschimmel

<http://www.fromagerieaurillac.fr/home/327-carre-d-aurillac.html>

<http://www.fourme-ambert.com/fr/>