

# KÄSEGENUSS

Von mild-aromatisch bis säuerlich-pikant schmeckt der einzigartige Sura Kees. Meist wird er einfach mit Essig, Öl und Zwiebeln, pur auf Schwarzbrot genossen oder in traditionellen Speisen verwendet. Auch als Wundermittel gegen Kater wird der Magerkäse geschätzt.

Seit dem 12. Jahrhundert stellen die Montafoner die regionale Spezialität Sura Kees her. Damit kann das Tal auf eine der ältesten Traditionen bei der Käseherstellung im Alpenraum verweisen. Rund 800 Montafoner Kühe liefern jährlich 2,5 Millionen Kilogramm Milch, aus denen 250.000 Kilogramm Sura Kees hergestellt werden. Entweder traditionell in Handarbeit auf den Sennalpen (ca. 10.000 Kilogramm) oder nach neuer Methode in den Molkereien im Tal.

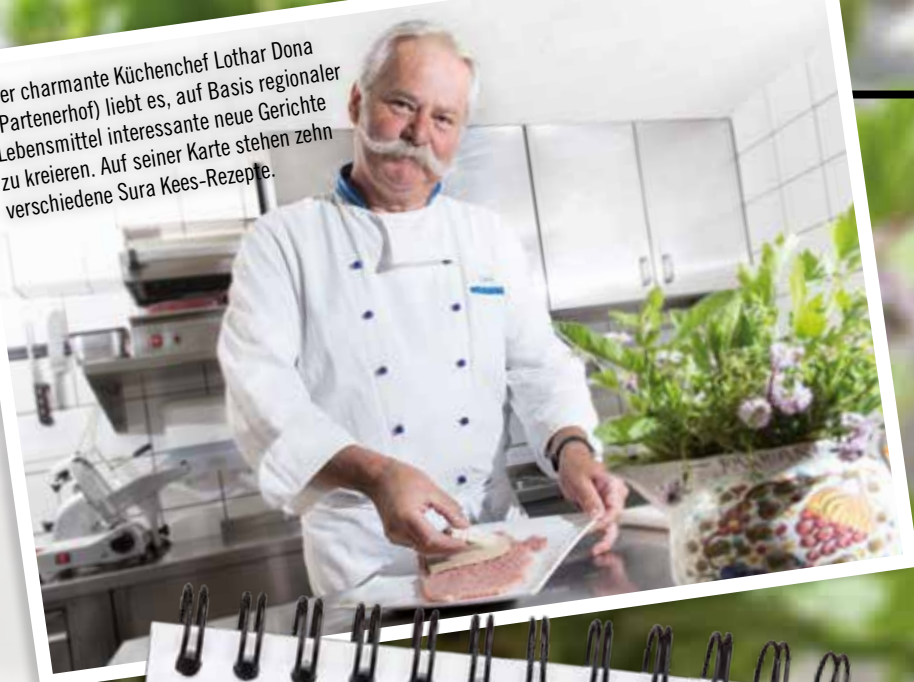
Beim jährlichen Buratag am Kirchplatz Schruns wird der beste Sura Kees des Jahres von einer Fachjury prämiert. Einfach am 3. Oktober vorbeikommen und selbst verkosten! Ganz neu in der Feinkostabteilung ist übrigens eine Wurst gefüllt mit Sura Kees, ähnlich einer Käse-Krainer.



Für alle Sura Kees-Liebhaber gibt es hier leckere Rezepte. Guten Appetit!  
[www.genuss-region.at](http://www.genuss-region.at)



Der charmante Küchenchef Lothar Dona (Partnerhof) liebt es, auf Basis regionaler Lebensmittel interessante neue Gerichte zu kreieren. Auf seiner Karte stehen zehn verschiedene Sura Kees-Rezepte.



## Cordon bleu "Montafon"

Zutaten für 1 Person

Dauer: ca. 20 bis 30 Minuten

20 dag Schweinsschnitzel

Je 1 Scheibe Schinken, Sura

Kees, Bergkäse, Alpschwein-Speck

1-2 Eier (zum Panieren)

Mehl (zum Panieren)

Semmelbrösel (zum Panieren)

Pflanzenöl (zum Herausbacken)

Je 1 Prise Salz und Pfeffer

1. Das Schnitzel dünn ausklopfen. Auf beiden Seiten salzen und pfeffern.
2. Die Hälfte des Schnitzels mit einer Scheibe Schinken, einer Scheibe Bergkäse, einer Scheibe Sura Kees, einer Scheibe Speck für die Würze und zum Schluss wieder einer Scheibe Bergkäse belegen.
3. Das Fleisch zusammenklappen und die Ränder fest zusammendrücken.
4. Das Schnitzel zum Panieren zuerst in Mehl wenden, dann durch das zerschlagene Ei ziehen und abschließend in Bröseln wälzen.
5. In einer großen Pfanne reichlich Öl bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Fleisch auf beiden Seiten goldbraun herausbacken.
6. Das Cordon Bleu mit Petersilkartoffeln servieren.

### Mein Tipp:

Entscheidend ist die richtige Temperatur des Fettes: Bei fettarmem Käse wie dem Sura Kees darauf achten, dass das Fett in der Pfanne nicht zu heiß ist.

