

Inhalt

- 11 Vorwort Erica Bänziger
- 12 Vorwort Christiane Kostka
- 17 Vorwort Andreas Thumm

- 19 **Einführung**
- 20 Die Ziege – eines der ältesten Haustiere
- 22 Die Ziege – eine Landschaftspflegerin
- 22 Die Ziegenhaltung in der Schweiz und im Ausland
- 24 Was macht die Ziege einzigartig?
- 26 Die Ziegenmilch
- 31 Käsequalität
- 32 Weshalb «böckelt» nicht jeder Geissenkäse gleich stark?
- 34 Milch, Milchprodukte, Käsesorten
- 37 Käse richtig geniessen
- 37 Molke
- 38 Geissen- und Zickleinflisch
- 44 Ziegenrassen – einige Porträts
- 50 ProSpecieRara – Gegen das Verschwinden der Rassen

- 54 **Antipasti und Salate**
- 56 Ziegenfrischkäse nach Tessiner Art mit Balsamico und Olivenöl
- 56 Marokkanischer Gurkensalat mit Ziegenfeta
- 58 Ziegenfrischkäsekugeln
- 58 Sommersalat mit Ziegenfrischkäsekugeln

- 60 Spinatsalat mit gegrilltem Ziegenkäse
- 61 Lauchsalat mit Oliven
- 61 Salat mit Dörrbirnen und Äpfeln
- 62 Ziegenkäse-Kastanien-Creme
- 62 Ziegenkäsemousse
- 64 Avocado-Ziegenfrischkäse-Paste
- 64 Tomaten mit Ziegenformagella und Basilikum
- 66 Rucoladip mit Meerrettich
- 66 Ziegenkäse-Lachs-Mousse
- 68 Ziegentrockenfleisch
- 68 Zicklein-Carpaccio
- 70 Zucchini Blüten mit Ziegenfrischkäse
- 70 Frischkäsekugeln im Bündnerfleisch
- 72 Zucchini-Ziegenkäse-Röllchen
- 74 Ziegenfrischkäsekugeln im Olivenöl
- 74 Randencarpaccio mit Mohn-Ziegenfrischkäse
- 76 Gefüllte Wiesensalbeiblätter im Kichererbsenteig
- 76 Brunnenkresse mit Tomaten und Ziegenfrischkäse
- 78 Biskuittürmchen mit Ziegenfrischkäse
- 79 Bruschetta mit Ziegenfrischkäse-Basilikum-Creme
- 79 Überbackener Grünspargel

80 Vegetarische Mahlzeiten	
82 Ziegenkäse mit Kräuter-Nuss-Kruste	110 Fleischgerichte
84 Risotto mit Tomaten und Ziegenfrischkäse	112 Gitzi Innerschweizer Art
86 Spargel-Risotto mit Ziegenfrischkäse	112 Schwarze Linsen mit Luganighe
87 Polentagratin mit Ziegenfrischkäse	114 Gitzi alla Nonna mit Marsala
88 Nudeln mit Ziegenkäsepesto und Spargel	114 Cicitt vom Grill
88 Penne mit Zucchini-Ziegenkäse-Sauce	116 Gebratene Gitzi-Innereien mit Spinatsalat
90 Äpler Chässchnitte mit Salbei	116 Leber und Herz mit Salbei
90 Chässchnitte mit Bärlauch	118 Ziegenfleischschenkel aus dem Ofen
91 Quiche mit Ziegenkäse und Ziegenquark	119 Ziegenfleisch alla Baloi
92 Kartoffelsalat mit Ziegenkäse in Sesamkruste	120 Frischkäse-Pizza mit Ziegentrockenfleisch
92 Kartoffelsalat mit grünen Bohnen und Ziegenkäse	122 Ossibucchi mit Kastanien und Dörrpflaumen
94 Penne mit Faves und Rucola	122 Gefülltes Ostergitzi Puschlaver Art
95 Farfalle mit Haselnüssen und Lauch	124 Capretto Tessiner Art
96 Äplerburger mit Brennesseln	126 Südfranzösische Ziegenkäse-Zwiebel-Quiche
98 Bärlauchquiches	127 Junge Ziegenkoteletts alla provenzale
100 Tomatentatin mit Caprino	127 Grüne Sauce
101 Radicchio-Roquefort-Quiches	128 Dessert
102 Spaghetti mit Barba di frate und Pilzen	130 Ziegenfrischkäse-Honig-Torte
104 Französischer Ziegenkäsegratin nach Landfrauen Art	132 Quarkgratin mit Beeren
104 Pasta griechische Art mit Ziegenkäse und Zitrone	132 Frischkäsekuchen mit Zitrone und Verveine
106 Gefüllte Zucchini mit Salbei	134 Frischkäsekuchen Capra contenta
108 Erbsenwähe mit Ziegenkäse und Minze	136 Limetten-Ziegenjoghurt
109 Wirzpäckchen mit Kastanien-Ziegenkäse-Füllung	136 Wellnessdrink Capra
	138 Register
	141 Adressen und Literatur