

Iva-Schnaps gegen Blödigkeit und Blähungen

In den warmen Monaten schießen sie aus dem Boden und blühen im Wald und auf Wiesen: Wildpflanzen. Gesammelt werden sie nur noch selten. Früher haben die Alpenbewohner die Pflanzen genutzt, um böse Geister zu vertreiben, als Hausmittelchen gegen zahlreiche Gebrechen oder als Zutat für Getränke.



Die Moschus-Schafgarbe wächst in der Nähe von Gletschern, auf aperem, sonnigem Felsschutt. Foto: REDA & CO srl / Alamy Stock Foto

Text: Stephanie Schnydrig
Illustrationen: Simone Zaugg

Früher nannte man sie Kräuterhexen: Frauen, die verschiedenste Wildpflanzen sammelten, um sie als Heilmittel oder zur Vertreibung von bösen Gestalten einzusetzen.

So glaubte man, das Alpenleinkraut mache Kobolden und Dämonen den Garaus. Hahnenfussgewächse sollten Geisteskrankheiten heilen, und das Nagelkraut gegen Blasenentzündung helfen.

Doch alpine Kräuter ergänzten im Alltag auch die Familienkost der

Bergbevölkerung. Ein Beispiel ist das «Chörblihuut», ein Kerbelkraut. Dieses gedeiht besonders gut in den Voralpen und kommt im Gebirge bis auf 1900 Meter über Meer vor. Am sankt-gallischen Grabserberg zwischen Alviergebiet und Churfürsten produzieren Familien daraus seit vielen Jahren das nach Anis schmeckende «Chörbliwasser». Das ist eine destillierte, alkoholfreie, milchig-trübe Flüssigkeit, die man trinkt oder äusserlich als Allerweltsheilmittel

anwendet. Auch aus Alpenpflanzen hergestellte alkoholische Getränke sind verbreitet – zum Beispiel der Iva-Schnaps im Engadin.

Geheimrezept für Iva-Schnaps

Iva ist der rätoromanische Name für die Moschus-Schafgarbe, die Hauptzutat des Kräuterlikörs. Sie wächst vor allem auf Felsschutt in der Nähe von Gletschern zwischen 1700 und 3200 Metern. Sogar der Berner Naturgelehrte Albrecht von Haller

1. Schafgarben pflücken, von Insekten befreien und waschen.



2. Die Pflanzen grob zerkleinern und in ein Glas geben. Anschliessend mit dem Alkohol übergiessen und für vier Wochen stehen lassen.



3. Nach vier Wochen das Zuckerwasser herstellen. Dazu mischt man Zucker und Wasser im Verhältnis 1:1.



4. Die Schafgarben absieben und den aromatisierten Alkohol mit so viel Zuckersirup verdünnen, bis der Likör dem eigenen Geschmack entspricht.

5. Den Iva-Schnaps in Flaschen abfüllen. Luftdicht verschlossen ist er sehr lange haltbar.



Zutaten:
1 Liter reiner Alkohol (98%)
4 Handvoll Schafgarbenblätter und
-blüten
Zuckersirup (1:1 Wasser und
Zucker)

berichtete im 18. Jahrhundert über die medizinische Wirkung der Iva-Pflanze: Die Bergbewohner würden die Essenz gegen Blödigkeit, Unverdaulichkeit, Blähungen und Bauchschmerzen nutzen. Doch auch als alkoholisches Getränk ist der Schnaps seit spätestens 1782 bekannt. Damals berichtete ein Bündner Pfarrer, dass «im Engadin seit vielen Jahren ein geistiger, angenehmer Likör aus dieser Pflanze zubereitet wird».

Heute, erzählt ein Einheimischer aus dem Oberengadin, gönnten sich vor allem Jäger während der Jagd ein Gläschen Iva-Schnaps. Er weiss auch zu berichten, dass Iva-Schnaps am feinsten wird, wenn die Schafgarben zwischen vier und fünf Uhr nachmittags entlang von Steinblöcken verlesen werden. «Dann sind sie am süssesten», sagt er. Viel mehr möchte er jedoch nicht verraten, denn im Oberengadin besitzt jede Familie noch immer ihr eigenes Geheimrezept.

Der Geschmack der Alpen

Kurze Vegetationszeiten, spärliches Land für den Ackerbau und verstreute Siedlungen prägten früher den Speiseplan der Menschen in den Alpen. Dieses kulinarische Erbe ist heute wegen der Entvölkerung der Alpen und wegen der Globalisierung gefährdet. Es zeichnet sich durch eine Mischung aus regional vorhandenen Rohstoffen, spezifischen Zubereitungsarten, Haltbarmachungsmethoden und rituellen Bräuchen aus. In dieser Serie machen wir Lust auf inzwischen fast vergessene Speisen.