



Bündner Rohschinken

Schambun criv dal Grischun, Dschambun crüj, Schambun criu

Kulinarische Schätze



graubünden VIVA

Das Wichtigste in Kürze

Bündner Rohschinken ist ein gepökelter und an der Bündner Bergluft gereifter Hinterschinken vom Schwein. Er zählt zu den klassischen Fleischspezialitäten des Kantons und steht für handwerkliche Sorgfalt, Geduld und das besondere Klima der inneralpinen Täler.

Bündner Rohschinken wird aus dem Schweinstotzen – dem Hinterschinken – hergestellt. Das Fleisch wird mit Salz und Gewürzen gepökelt, anschliessend gepresst und während mehrerer Monate an der trockenen, kühlen Bergluft getrocknet. Traditionell erfolgt die Reifung in höher gelegenen Trocknungsorten um rund 1'500 m ü. M., wo Wind und Klima eine langsame Aromabildung begünstigen.

Typisch für Bündner Rohschinken ist seine eher magere Struktur mit einem sichtbaren weissen Fettstreifen. Dieses Fett trägt wesentlich zum Geschmack bei und gilt als wichtiger Bestandteil der Qualität. Durch die lange Trocknung entsteht ein zarter Rohschinken mit feinem Salzgehalt und deutlich ausgeprägtem Fleisch-

geschmack. Je nach Rezeptur kann das Aroma durch unterschiedliche Gewürzmischungen leicht variieren.

Historisch diente das Lufttrocknen der Haltbarmachung von Fleisch in alpinen Regionen. In Graubünden entwickelte sich daraus eine eigenständige Tradition von Trockenfleischspezialitäten, zu denen auch der Rohschinken gehört. Seine Herstellung ist bis heute eng mit der handwerklichen Verarbeitung und den natürlichen Reifebedingungen der Bündner Bergtäler verbunden. Der Name «Bündner Rohschinken» ist nicht als AOP geschützt, wird jedoch faktisch für Schinken verwendet, die in Graubünden hergestellt und gereift werden.

Kultur und Geschichte

In den inneralpinen Regionen ist das Lufttrocknen von Fleisch seit dem Hochmittelalter als Konservierungsmethode belegt. Mit der zunehmenden Viehzucht entwickelte sich daraus in Graubünden eine eigenständige Tradition von Trockenfleischspezialitäten. Frühe schriftliche Hinweise auf luftgetrocknetes Schweinefleisch aus dem Bündnerland stammen aus dem 18. Jahrhundert. Im Unterschied zu stärker exportierten Produkten wie dem Bündnerfleisch blieb der Rohschinken historisch vorwiegend ein Erzeugnis für den regionalen und nationalen Konsum.

Im Kanton gilt er bis heute als typische Spezialität für Festtage, Apéros und die Bewirtung von Gästen. Im romanischen Sprachraum ist er als «Schambun criv dal Grischun» bekannt und im «Kulinarischen Erbe der Schweiz» dokumentiert. Eine klare Abgrenzung besteht zum Bündnerfleisch: Während Rohschinken aus dem Schweinsstotzen gewonnen wird, entsteht Bündnerfleisch aus dem Stotzen des Rinds und weist eine deutlich festere, magere Struktur auf.



Dünn aufgeschnitten entfaltet Bündner Rohschinken seinen Geschmack am besten.

Rohschinken

Verwendung in der Küche

Traditionell wird Bündner Rohschinken sehr dünn aufgeschnitten und bei Zimmertemperatur serviert. Empfehlenswert ist, die Tranchen etwa 15 Minuten vor dem Genuss ruhen zu lassen, damit sich das Aroma entfalten kann. In der kalten Küche wird er häufig auf Apéroplatten, in Sandwiches oder als Vorspeise etwa mit

Melonen oder Spargeln serviert. Auch in warmen Gerichten kann er verwendet werden, etwa zum Umwickeln von Fleisch, Fisch oder Gemüse oder als würzige Zutat in Suppen, Gratins oder Kartoffelgerichten. Dabei sollte die Hitze moderat bleiben, damit der Schinken nicht austrocknet.

Kulinarische Schätze

Verwendet wird das «beste Stück» des Schweinsstotzens, teilweise bleibt auch die Schwarte erhalten. In moderner Produktion wird sie jedoch mitunter entfernt, um das Produkt magerer zu machen und die Trocknungszeit zu verkürzen. Als besonders geeignet gilt Fleisch von rund 12 Monate alten Alpschweinen, die mit Gerste, Schotte, Gras und Heublumen gefüttert wurden.

Die Herstellung erfolgt in mehreren Schritten:

- Pökeln: Der Schinken wird mit Kochsalz und etwas Salpeter eingerieben, Gewürze werden sparsam eingesetzt.
- Pressen: Formgebung und Verdichtung des Stücks.
- Lufttrocknung: Reifung während etwa 5–7 Monaten. Dabei verliert der Schinken rund 45–55 % seines ursprünglichen Gewichts.

Durch die lange Reifezeit entsteht ein zarter, saftiger Rohschinken mit ausgeprägtem Fleischgeschmack; der feine Fettstreifen wirkt dabei als wichtiger Aromaträger. Die Qualität wird vor allem durch Herkunft und Haltung der Tiere, die Pökel- und Trocknungstechnik sowie das Klima während der Reifung beeinflusst. Industrielle Produkte können zusätzlich Ascorbate und Kaliumnitrat (E 252) enthalten.

In handwerklichen Betrieben wird ein Schinken während der Produktion rund 70-mal in die Hand genommen, was den hohen manuellen Aufwand verdeutlicht. Heute ermöglichen klimatisierte Reiferäume eine ganzjährige Herstellung; mengenmässig macht Rohschinken in vielen Betrieben etwa ein Drittel der Produktion aus, während rund zwei Drittel auf Bündnerfleisch entfallen.



Rohschinken

Verein graubündenVIVA
Alexanderstrasse 2
7000 Chur

www.graubuendenviva.ch
info@graubuendenviva.ch

Mit dem Projekt «Kulinarische Schätze» bietet graubündenVIVA den einzigartigen Lebensmitteln des Kantons Graubünden eine neue Bühne. Die «Kulinarischen Schätze» sind eine Einladung an alle, die Vielfalt und den Reichtum der Bündner Küche zu entdecken und zu geniessen.

Für weitere Inhalte besuchen Sie die Seite graubuendenviva.ch/schaetze und folgen Sie graubündenVIVA auf Social Media.

Kulinarische Schätze