

Wasser tropft
auf Gestein im
Quellgebiet bei
Adelboden.

AN DER QUELLE

Unsere Mineralwasser sind schmackhaft und gesund. Denn sie fließen über Jahre durch uraltes Gestein und reichern sich mit Spurenelementen und Salzen an. Eine Wassersommelière hat die beliebtesten getestet.

Text Michael Lütcher Fotos Dominic Steinmann

Mineralwasser
versorgt den Körper
mit Salzen und
Spurenelementen.

«Unser Mineralwasser fließt zehn Jahre durchs Gestein der Berge.»

Patrick Marti, Geschäftsführer
Mineralquellen Adelboden



In den Mineralquellen Adelboden (r.) werden die Flaschen übers Fließband (u.) zum Versand befördert.



Die kleinen Plastikgefäße werden erhitzt und zu PET-Flaschen aufgeblasen.



Patrick Marti leitet die Mineralquellen Adelboden.

Die Flaschen laufen durch die PET-Abfüllanlage.



Ganz leicht salzig schmeckt es, Blöterli prickeln auf der Zunge und wecken die Lebensgeister. Was gibt es Besseres, wenn die Hitze drückt und der Mensch schwitzt? Dann ist ein Mineralwasser einfach köstlich. Viel besser als Hahnenwasser.

Das ist mein subjektiver Eindruck, beispielsweise bei einem Glas Adelbodner.

ART UND HERKUNFT

Ein natürliches Mineralwasser ist Wasser, das sich u. a. durch «besondere geologische Herkunft, Art und Menge der mineralischen Bestandteile» auszeichnet. So steht es in der Verordnung 817.022.102 des Bundes. Was als Mineralwasser verkauft werden darf, muss in einem wissenschaftlichen Verfahren geprüft und einer kantonalen Behörde vorgelegt werden. Künstliches Mineralwasser hingegen wird durch Zugabe etwa von Salzen gewonnen. Quellwasser wird wie natürliches Mineralwasser an einer Quelle gefasst, ohne aber spezielle geologische und mineralische Eigenschaften zu haben. Trinkwasser kann aus Quell-, Grund-, Fluss- und Seewasser bestehen.

Die Wassersommelière Anke Scherer plädiert für Mineralwasser und sagt: «Wer das richtige Wasser wählt, trinkt mit mehr Genuss» (siehe Interview Seite 46).

Hahnen- oder Mineralwasser? Das ist eine kontroverse Frage, die bisweilen zu hitzigen Diskussionen führt. In der Schweiz hätten wir einwandfreies Trinkwasser. Es sei darum schlicht nicht nötig, Mineralwasser zu trinken, sagen die einen und empören sich über die angebliche Geschäftemacherei von Getränkeproduzenten und Wirten. Vor allem aber sei es ökologisch unverantwortlich, Wasser in Flaschen abzufüllen und Hunderte von Kilometern weit mit Lastwagen herumzuarbeiten, wo es doch Hahnenburger regionalen Ursprungs frisch ab Leitung gebe.

Umweltbelastung

Tatsächlich belastet der Konsum eines Liters Schweizer Mineralwassers die Umwelt etwa 1000-mal mehr als jener der gleichen Menge Hahnenwassers. Das haben Berechnungen des Umweltingenieurs Niels Jungbluth und seiner Firma ESU-services in Schaffhausen 2014 ergeben. Die Gründe für den enormen Unterschied sind die Verpackung und der Transport des Mineralwassers. Allerdings macht das

Mineralwasser nur einen Bruchteil der Umweltbelastungen aus, die wir durch unseren Konsum im Alltag insgesamt produzieren – weniger als ein halbes Prozent, wie ESU-services berechnet hat. Anders ausgedrückt: Mit dem Verzicht auf Mineralwasser lässt sich der Klimawandel nicht stoppen.

Im Büro trinke ich Hahnenwasser – weil meine Arbeitgeberin den Spar- und Umweltargumenten gefolgt ist. Umso mehr freue ich mich auf das Mineralwasser unterwegs oder zu Hause. Sein Geschmack hat einfach mehr Tiefe als der des Hahnenburgers.

Warum das so ist, sagt Patrick Marti, Geschäftsführer der Mineralquellen Adelboden: «Unser Mineralwasser fließt zehn Jahre lang durchs Gestein der Berge.» →

EINE WASSERSOMMELIÈRE GIBT AUSKUNFT DIE MINERALIEN SCHMECKEN

Anke Scherer degustiert Mineralwasser. Sie sagt, warum ein kohlenstoffhaltiges Produkt zu Weisswein passt und die stille Version zu hellem Fleisch.

Anke Scherer, was zeichnet ein gutes Mineralwasser aus?

Mir persönlich schmecken alle Mineralwasser. Es kommt nur auf den Anlass an. Und jeder muss sein persönliches Mineralwasser finden. Weil jeder andere Bedürfnisse hat. Für jene, die viel Sport treiben, ist ein Wasser, das hoch mineralisiert ist, das beste.

Weil es Mineralien ersetzt, die man rausgeschwitzt hat?

Ja. Mineralwasser hilft, den Mineralgehalt wieder aufzufüllen. Für Menschen mit Magenproblemen ist Wasser mit Kohlensäure nicht gut verträglich. Meistens gibt es dasselbe Wasser auch in der stillen Version. Die ist genauso gut.

Worauf muss achten, wer Mineralwasser zum Essen trinkt?

Es gibt eine Faustregel, die besagt: Mineralwasser mit Kohlensäure zu Weisswein, Mineralwasser ohne Kohlensäure zu Rotwein. Natürlich kommt es auch auf den eigenen Geschmack an. Zu kräftigeren Weinen passen Mineralwasser, die höher mineralisiert sind. Ebenso zu kräftigeren Gerichten. Zu leichten Weinen und Gerichten trinkt man niedrig mineralisiertes Wasser.

Wie trinken Sie Wasser?

Bewusster als vor meiner Ausbildung zur Wassersommelière. Ich versuche die Mineralien zu schmecken, was und wie viel drin ist, womit ich es kombinieren könnte. Gibt es mal



Anke Scherer, 44, arbeitet als Food & Beverage Manager im Fünfsternehotel Grand Resort Bad Ragaz.

kein Mineralwasser, das zum Rot- oder Weisswein passt, ziehe ich Leitungswasser vor.

Sie arbeiten im Grand Resort Bad Ragaz. Worin besteht da Ihre Tätigkeit?

Viele Leute sind sich nicht bewusst, dass der Geschmack des Wassers einen Einfluss auf das Essen und den Wein hat. «Wasser ist gleich Wasser», höre ich immer wieder. Das ist es einfach nicht. Man muss es bewusst schmecken, bewusst kombinieren. Wir bieten unseren Gästen Wasserdegustationen an. Wer das richtige Wasser wählt, trinkt mit mehr Genuss. Ich berate auf Wunsch auch Gäste in unseren Restaurants.

Zu Wein sollte man immer Wasser trinken?

Auf jeden Fall. Das gilt für alle alkoholhaltigen Getränke. Wenn Sie dazu Wasser trinken, wird es Ihnen anderntags besser gehen. Alkohol entzieht dem Körper Mineralien, und diese können Sie mit

Mineralwasser wieder zuführen.

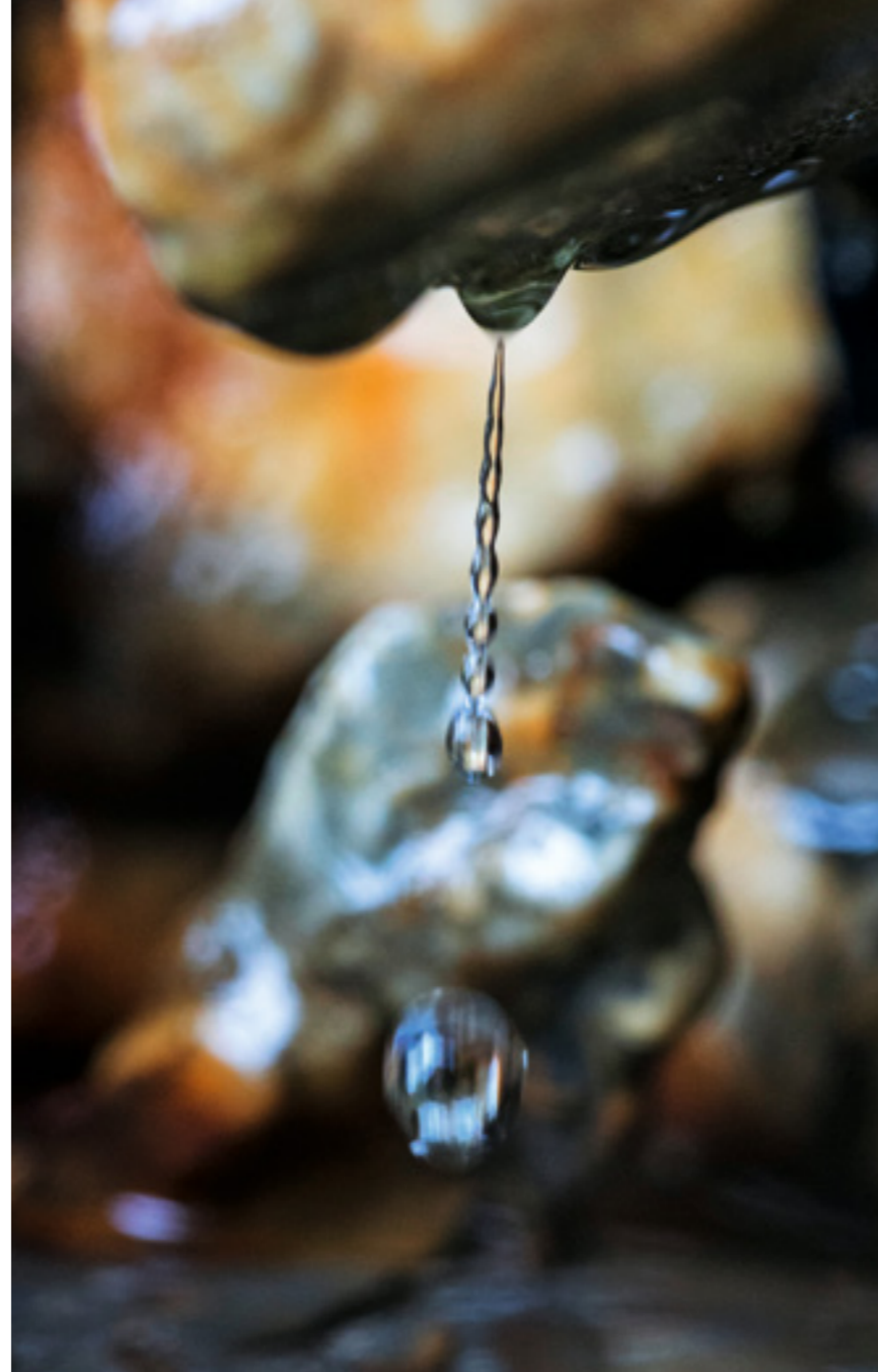
Wie sind Sie Wassersommelière geworden?

Ich arbeitete in Restaurants und stellte fest, wie wichtig es ist, das richtige Wasser zu nehmen. Die meisten Getränke bestehen ja zu einem sehr grossen Teil aus Wasser, denken Sie etwa an Kaffee und Tee. An der Genussakademie Doemens bei München habe ich dann die Wassersommelier-Ausbildung gemacht.

Wie degustiert man Wasser?

Der Vorgang ist gleich wie beim Degustieren von Wein und Spirituosen. Zuerst betrachtet man die Flüssigkeit im Glas. Ob sie sauber ist, ob sie Schlieren hat. Dann riecht man daran. Anschliessend lässt man das Wasser durch den Mund rollen und schmeckt es im Gaumen und im Abgang.

Die Wasserbar der «36.5° Lounge» des Grand Resort Bad Ragaz bietet 20 verschiedene Mineralwasser an. www.resortragaz.ch



Das Wasser dringt durch die Gesteinsschichten und nimmt dabei Mineralien auf.

Marti zeigt auf die steilen Hänge oberhalb des Ortes im Berner Oberland. Das Regen- und Schmelzwasser versickert im Gebiet des Schwandfeldspitzes, dringt durch verschiedene Gesteinsschichten, wird dabei gereinigt und filtriert und nimmt Spuren der Gesteine auf, die Mineralien eben, bevor es am Dorfrand wieder an die Oberfläche kommt.

Natürlichkeit

Adelbodner ist eines der am meisten mineralisierten Mineralwasser der Schweiz. Total 2185 mg Mineralstoffe enthält ein Liter, darunter Sulfat, Magnesium und Calcium. Letzteres in der höchsten Konzentration aller Schweizer Mineralwasser.

Wie das Adelbodner werden auch die Wasser der übrigen Mineralwasserquellen

der Schweiz durch jahrelanges Durchdringen von Gesteinsschichten zu Mineralwasser, ehe sie wieder an die Oberfläche kommen. Der Unterschied zu Quellwasser (siehe Box Seite 45) liegt in der Mineralisation. Leitungswasser wird oft aus Grund-, Fluss- und Seewasser unter Einsatz von chemischen Zusätzen zu Trinkwasser aufbereitet.

Patrick Marti legt Wert auf die Natürlichkeit von Mineralwasser. «Man darf und muss damit nicht viel machen», sagt der 46-jährige Manager. «Das Wasser fassen, herleiten, abfüllen.»

Das Adelbodner Wasser wird 800 Meter vom Betriebsgebäude entfernt gefasst und über eine Leitung zu den Abfüllanlagen für Glas- und PET-Flaschen

transportiert. Dort wird es in einem industriellen Prozess trinkfertig abgefüllt. Plastikfläschchen in der Form von Reagenzgläsern werden in Serie erhitzt und zu PET-Flaschen aufgeblasen, in die dann das Mineralwasser gefüllt wird. Danach werden diese vollautomatisch verschraubt, etikettiert und weiter zur versandfertigen Verpackung zu Sixpacks und ins Lager spedit, wo sie auf Paletten gestapelt werden. Ein Mitarbeiter entnimmt regelmässig Proben, um das Wasser auf seine Reinheit zu prüfen.

«Im Sommer ist die Nachfrage 30 bis 40 Prozent höher als im Winter», sagt Patrick Marti. Die Abfüllanlagen laufen von Montag bis Freitag ohne Unterbruch. Mineralwasser gibt der Berg mehr als genug her; was nicht gebraucht wird, geht wortwörtlich den Bach runter.

Unmittelbar nach dem Abfüllen erhält ein Teil der Flaschen eine einzige Beigabe: Kohlensäure. Bevor die Flaschen verschlossen werden, wird Kohlendioxid eingespritzt, das in Verbindung mit Wasser zu Kohlensäure wird. Einzelne Mineralwasser enthalten natürlicherweise

Jetzt geniessen: Bunte Beeren- Vielfalt

Sommer ist Beerenzeit in der Migros: Erdbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren, Johannisbeeren, Brombeeren und Stachelbeeren präsentieren sich in allen Farben und Grössen.



EXTRA

Extra Himbeeren

bekommen diesen Namen nur, wenn sie besonders schön und gross gewachsen sind.

Bio-Heidelbeeren

stammen von zertifizierten Bio-Bauernhöfen. Mit ihrem leicht herben Aroma harmonisieren sie perfekt mit Himbeeren und Erdbeeren.



MIGROS SÉLECTION

Sélection Erdbeeren Mara des bois

ist eine exzellente französische Erdbeersorte. Ihre Früchte sind zwar kleiner und dunkler als normale Erdbeeren, dafür haben sie aber ein intensives und sehr ausgeprägtes Aroma.



Weitere Infos auf migros.ch/fruechte-gemuese

MIGROS
Ein M frischer.

MINERALWASSER IM TEST

Wassersommelière Anke Scherer hat für die SF sieben der beliebtesten Schweizer Mineralwasser blind degustiert:

ADELBODNER MINERAL MIT KOHLENSÄURE

«Ein leicht zitroniger Geruch. Angenehme Kohlensäure. Regt den Appetit an. Angenehm sauer im Abgang.»
2185 mg/l*



APPENZELL LAUT

«Vollmundig und erfrischend. Angenehme Kohlensäure. Als Wasser zwischendurch oder als Begleitung zu Essen von leicht kräftiger und cremiger Konsistenz.»
550 mg/l*



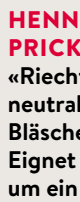
APROZ CLASSIC

«Riecht frisch. Wirkt kräftig am Gaumen. Enthält recht viel Calcium. Prägnante Kohlensäure. Leicht bitterer Abgang. Eignet sich durch prägnante Kohlensäure vor allem zur Erfrischung.»
1650 mg/l*



EPTINGER PRICKELND

«Voll, rund und leicht säuerlich. Die Kohlensäure wirkt sehr mild, fast feinerartig. Reich an Mineralien, wirkt durch Kohlensäure ausgewogen. Passt zu Salaten und Antipasti.»
2391 mg/l*



HENNIEZ PRICKELND

«Riecht sehr neutral. Feine Bläschen. Eignet sich, um ein Menü



VALSER CLASSIC

«Riecht leicht säuerlich. Feine Perlen. Ist mineralreich und wirkt hart am Gaumen. Säuerlicher Abgang. Passt zu kräftigen Gerichten, zum Beispiel Wild.»
1826 mg/l*



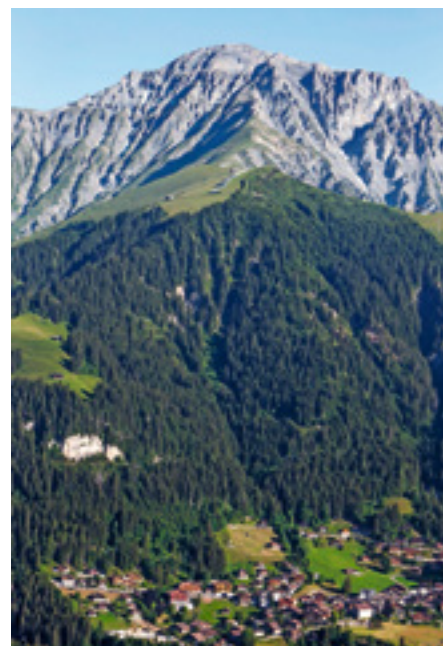
zu begleiten. Lässt sich gut mit leichteren Weinen kombinieren.»
571 mg/l*

SWISS ALPINA MIT KOHLENSÄURE

«Riecht neutral. Perlt mild am Gaumen. Schmeckt zunächst neutral, wird dann bitter und leicht säuerlich im Abgang. Ein guter Appetitanreger. Passt zu leichten Gerichten und hellem Fleisch.»
986 mg/l*



* Gesamtmineralisation



Blick auf Schwandfeldspitz und Tschentenalp oberhalb Adelsbodens.

man in der Schweiz 2 Liter Mineralwasser pro Kopf und Jahr. 1990 waren es 69 Liter, 2017 115 Liter. In den letzten Jahren wurde immer mehr davon importiert, 2017 rund 42 Prozent.

Flüssigkeitslieferant

«Mineralwasser zu produzieren, ist ein Massen- und Rappengeschäft», sagt Patrick Marti. Die Adelsbodner Mineralquellen, die heute der lokalen Strom- und Wasserversorgung gehören, behaupten sich darin gut und bauen demnächst aus. 30 000 Flaschen kann das Unternehmen pro Stunde abfüllen. Fünf Quellen hat es angezapft, um mit ebenso vielen Marken den Markt zu bedienen: Neben der Urmarke Adelsbodner und dem günstigeren Adello auch Cristal Suisse für Aldi, Farmer für Landi und Vives für die Vives-Stiftung, die sich weltweit für den Zugang zu sauberem Wasser engagiert.

Weshalb soll man Mineralwasser trinken? «In erster Linie als Flüssigkeitslieferant», sagt Stéphanie Bieler von der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung. Wasser mit viel Calcium wie das Adelsbodner könnten zur Versorgung des Körpers beitragen.

Oder man trinkt es einfach zum Genuss. ■

KAUFINFORMATION

Wo das Adelsbodner Mineralwasser erhältlich ist, verrät die Website. www.adelsbodner.ch

Kohlensäure, etwa Perrier aus Frankreich, aber keines aus der Schweiz.

Bereits Mitte des 19. Jahrhunderts wurde Kohlendioxid dem Mineralwasser beigegeben. Seither erfreuen sich die Bläschen grosser Beliebtheit, auch wenn stilles Mineralwasser eigentlich mehr Geschmack hat (siehe Interview).

Die Kohlensäure entweicht aus den heute so beliebten PET-Flaschen stets ein wenig, weil der Kunststoff nicht ganz dicht ist. Diese Tatsache markiert das Ablaufdatum von einem Jahr, das die Adelsbodner Mineralquellen auf die Deckel der Flaschen drucken. Glasflaschen dagegen sind absolut dicht. «Kühl und im Schatten gelagert, bleibt Mineralwasser in Glasflaschen ewig trinkbar», sagt Patrick Marti.

Die Adelsbodner nutzen ihr Mineralwasser seit langem. Ab dem 16. Jahrhundert gab es im Berner Oberländer Dorf ein Heilbad. Dafür wurde das acht Grad kalt aus dem Berg quellende Wasser auf-

«Mineralwasser zu produzieren, ist ein Massen- und Rappengeschäft.»

Patrick Marti, Geschäftsführer Mineralquellen Adelsboden

geheizt. Doch Adelsboden konnte sich nicht als Badeort etablieren. Zu abgechieden lag es im Vergleich zu anderen Bädern mit mineralischen Wassern. Trotzdem nennen die Einheimischen die Mineralquellen bis heute «Bedli».

Dessen Nutzung als Trinkwasserquelle begann erst in jüngerer Zeit. 1948 gründeten Einheimische die Mineralquellen Adelsboden. Es war der Beginn der Hochkonjunktur der Nachkriegszeit, die den Mineralwasserkonsum massiv ansteigen liess. Anfang des 20. Jahrhunderts trank