

Zurück in den Alltag

Käse aus der Schweiz: Frischer Wind für Pausenbrote und Bento-Boxen

Wer nach den großen Ferien clever in den Schul- und Arbeitsalltag starten möchte, setzt auf schnelle und gesunde Mahlzeiten für unterwegs. Schweizer Käse bringt echte Abwechslung und puren Genuss auf das Pausenbrot sowie in die Bento-Box. Ganz ohne Kompromisse bei der Qualität. Dank seiner unverwechselbaren Aromenvielfalt und natürlichen Herstellung ist er der ideale Begleiter für Schüler, Studierende und Berufstätige. Er sorgt nicht nur für eine ausgewogene Ernährung unterwegs, sondern garantiert auch hundert Prozent Geschmack in jedem Bissen.

Der Sommer verabschiedet sich und die letzten Ferientage verfliegen im Nu. Der Alltag klopft mit Nachdruck an die Tür. Bald stellen sich wieder die Fragen: Was kommt auf das Pausenbrot? Wie wird die Lunchbox gefüllt? Jetzt heißt es aufpassen. Anstelle der üblichen trockenen Brotzeiten sorgt Schweizer Käse für frischen Wind. Mit seinem ausgeprägten Geschmack und seiner natürlichen Art ist er in jeder Situation ein Genuss. Ob als würziger Snack oder als praktischer Bestandteil im Bento-Format – der vielseitige Käse bringt Abwechslung und Genuss in den hektischen Alltag. Mit seiner hohen Qualität und seinem vollen Aroma ist Schweizer Käse die perfekte Lösung für köstliche und schnelle Mahlzeiten. Und ein Statement für authentisches, bewusstes Essen, das den Moment bereichert, uns mit der Natur verbindet – und seinen Ursprung in der Schweiz hat: in kleinen Dorfkäsereien und traditionellen Familienbetrieben, wo mit Hingabe und Handwerkskunst gearbeitet wird. Die Käsermeister:innen folgen dem „Schweizer Reinheitsgebot“ – einer freiwilligen Selbstverpflichtung, die strenger ist als jede gesetzliche Vorgabe. Künstliche Zusatzstoffe oder Konservierungsmittel? Fehlanzeige! Verarbeitet werden ausschließlich natürliche Zutaten – und das mit größter Sorgfalt. So entsteht Käse, der nicht nur geschmacklich überzeugt, sondern auch für Qualität, Regionalität und echtes Handwerk steht.

Kreative Pausenbrote – mehr als nur ein Snack

Die Pausenbrote von heute sind weit entfernt von langweiligen Brotzeiten. Mit Schweizer Käse sind sie eine Einladung zu kreativem Genuss und jedes Sandwich wird zum Höhepunkt der Mittagspause. Der Käse bleibt charakterstark verleiht jedem Brot geschmackliche Tiefe. Was diese Pausenbrote besonders macht, ist die Philosophie hinter dem Schweizer Käse: Das Gute Leben im Einklang mit der Natur. Worauf also warten? Statt auf altbekannte Zutaten zurückzugreifen,



Pressemitteilung

lässt sich mit wenig Aufwand ein wahres Meisterwerk zaubern: Ein frisches Käsebrot mit Schweizer Emmentaler AOP, ergänzt mit Radieschen und Gurken, sorgt für eine Geschmacksexplosion. Ein Laugen-Sandwich mit Appenzeller® Mild-Würzig, verfeinert mit einem Schnittlauch-Dip, wird zur Delikatesse. Für ein intensiveres Erlebnis sorgt der Schweizer SWIZZROCKER®, kombiniert mit Meerrettichfrischkäse und zartem Rinderschinken. Ein Glücklichermacher, der die Routine sprengt.

Bento-Boxen – Raffinesse für den Alltag

Wer glaubt, Bento-Boxen seien nur etwas für aufwändige Rezepte à la japanischer Kunstfertigkeit, der irrt sich. Mit Schweizer Käse wird jede Brotzeitdose zur geschmacklichen Entdeckung, die nicht nur sättigt, sondern auch richtig Spaß macht. Schweizer Käse steht für ehrliche, natürliche Lebensmittel und einen respektvollen Umgang mit den besten Zutaten. Mit ihm lassen sich im Handumdrehen kreative und leckere Gerichte zaubern, die für Abwechslung und Freude am Essen sorgen. Die Möglichkeiten sind vielfältig: Von würzigem Le Gruyère AOP mit Rosmarin-honig und knusprigen Brothips über Appenzeller-Birnen-Spieße mit Rucola bis hin zu Pfannkuchen mit Frischkäse-Emmentaler-AOP-Füllung. Mit Schweizer Käse wird jede Box zu einer kulinarischen Überraschung. Kleine Köstlichkeiten, wie Walnüsse oder Mini-Tartelettes, runden das Erlebnis ab und machen die Mittagspause zu einem Moment des Genusses und der Verbundenheit.

Pressekontakt für Käse aus der Schweiz:
Hansmann PR – Brunthaler & Geisler GmbH
Carole Friedrich
c.friedrich@hansmannpr.de
+49 89 360 54 99 18

Weitere Informationen finden Sie auf www.schweizerkaese.de

Besuchen Sie uns auch in den Sozialen Medien:



<https://www.facebook.com/Schweizer.Kaese>



https://www.instagram.com/schweizerkaese_de/



Der Schweizer Käse macht's!

In einer Welt, die von Hektik und schnellen Lösungen geprägt ist, steht der Schweizer Käse für Qualität, Nachhaltigkeit und echten Genuss. Ob im klassischen Pausenbrot oder der modernen Bento-Box, er bringt nicht nur Geschmack, sondern auch eine Verbindung zur Natur in die Mittagspause. Für alle, die ihre Mittagspause mit kreativem Genuss bereichern möchten, gibt es zahlreiche leckere Rezeptideen, die Schweizer Käse in den Mittelpunkt stellen. Hier ein paar geschmackvolle Inspirationen für Pausenbrote und Bento-Boxen:

REZEPIDEEN SANDWICHES

KÄSEBROT MIT LE GRUYÈRE AOP (KALT ODER WARM)

Rezept für 2 Personen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten:

- 1 rote Zwiebel
- 3 EL Butter, etwas mehr zum Braten
- 2 EL brauner Zucker
- 2 EL Apfelessig
- Salz, Pfeffer
- 1 reife Birne
- 20 - 30 g Walnüsse
- 4 Scheiben dunkles Brot, Bauernbrot
- 100 g Le Gruyère AOP, gerieben oder in Scheiben

Zubereitung:

1. Zwiebel in Ringe schneiden. In einer Pfanne 1 EL Butter erhitzen, die Zwiebeln glasig dünsten.
2. Zucker hinzugeben und leicht karamellisieren lassen (ca. 3–4 Minuten).
3. Mit Apfelessig ablöschen, auf mittlerer Hitze einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken, beiseite stellen.
4. Birne entkernen, in dünne Scheiben schneiden.
5. Walnüsse grob hacken
6. Brotscheiben mit etwas Butter bestreichen (außen)



7. Schichtung: Brotscheibe mit der gebutterten Seite nach Außen, eine Schicht Le Gruyère AOP, dann Birnenscheiben, dann karamellierte Zwiebeln, dann Walnüsse, nochmal etwas Le Gruyère AOP, zweite Brotscheibe mit der Butterseite nach außen drauflegen.
8. In einer heißen Pfanne die Sandwiches bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten, bis der Käse schmilzt (je Seite ca. 3–5 Min.).

KÄSEBROT MIT RACLETTE SUISSE (WARM)

Rezept für 2 Personen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten:

- 200g Austernpilze und Kräuterseitlinge
- 3 EL Olivenöl
- 2 Stängel Thymian
- 50 g rote Trauben, halbiert
- Salz, Pfeffer
- 4 Scheiben Brioche
- Raclette Suisse

Zubereitung:

1. Pilze in mundgerechte Stücke zupfen oder schneiden.
2. In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen. Pilze kräftig anbraten, bis sie goldbraun sind
3. Thymianblättchen abzupfen und mit den halbierten Trauben zugeben, kurz mitbraten, dann mit Salz & Pfeffer würzen.
4. Die Brioche-Scheiben toasten.
5. Schichtung: Brioche, eine Schicht Raclette Suisse, dann die warme Pilz-Trauben-Mischung darübergerben, eine Scheibe Raclette Suisse darauflegen, mit der zweiten Scheibe Brioche zudecken.
6. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen.
7. Sandwiches bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten, bis der Käse schmilzt (ca. 3–4 Min. pro Seite).



Pressemitteilung

KÄSEBROT MIT SCHWEIZER EMMENTALER AOP (KALT)

Rezept für 2 Personen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten:

- 4 Scheiben Bauernbrot
- Butter, zum Bestreichen
- 4-6 Blätter grüner Salat
- 60 g Sprossen oder Erbsensprossen
- 100 – 120 g Schweizer Emmentaler AOP
- 1 Minigurke, in langen Scheiben
- 6 St Radieschen, in Scheiben

Zubereitung:

1. Brotscheiben mit etwas Butter bestreichen.
2. Zuerst grünen Salat auf zwei Brotscheiben legen.
3. Erbsensprossen darüberstreuen.
4. Schweizer Emmentaler AOP großzügig darauf verteilen.
5. Mit Gurken- und Radieschenscheiben belegen.
6. Entweder mit den restlichen Brotscheiben zudecken (als Sandwich) oder offen servieren wie ein klassisches belegtes Brot.

GRILLED CHEESE SANDWICH MIT TÊTE DE MOINE AOP (WARM)

Rezept für 2 Personen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten:

- 50 g Butter, weich
- 2 EL geschnittener Schnittlauch
- Salz, Pfeffer
- 4 Scheiben helles Sauerteigbrot, z.B. Dinkel
- 80–100 g Pastrami
- 2 frische Feigen, in Scheiben
- 100 g Tête de Moine AOP in Scheiben oder geraspelt
- Etwas Butter zum Braten

Zubereitung:



1. Butter mit Schnittlauch vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Brotscheiben mit etwas Kräuterbutter bestreichen (außen).
3. Schichtung: Brotscheibe mit der gebutterten Seite nach außen, etwas Tête de Moine AOP, Pastrami, Feigenscheiben, noch einmal Tête de Moine AOP mit den anderen Brotscheiben zudecken, gebutterte Seite nach außen.
4. Eine Pfanne auf mittlerer Hitze vorheizen.
5. Die Sandwiches darin auf jeder Seite ca. 3–4 Minuten goldbraun und knusprig braten, bis der Käse innen geschmolzen ist.
6. Die fertigen Sandwiches diagonal halbieren und auf einem Teller anrichten.
7. Jeweils mit einer kalten Tête de Moine AOP-Rosette garnieren.

LAUGEN-SANDWICH MIT APPENZELLER® MILD-WÜRZIG (KALT)

Rezept für 2 Personen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten:

- 100 g Sauerrahm
- 1 EL fein geschnittener Schnittlauch
- etwas Zitronenschale
- Salz, Pfeffer
- 2 Laugenstangen oder Laugenzöpfe
- 120 g Appenzeller® Mild-Würzig
- 4 - 6 Radieserl
- 2 – 3 EL Röstzwiebeln

Zubereitung:

1. Sauerrahm mit Schnittlauch, Zitronenschale, Salz und Pfeffer verrühren.
2. Laugenstangen oder den Zopf längs aufschneiden.
3. Schichtung: Die untere Hälfte mit dem Schnittlauch-Dip bestreichen, mit Appenzeller® Mild-Würzig belegen, dann die Radieserl-Scheiben darauf verteilen, mit Röstzwiebeln bestreuen, Deckel draufklappen, leicht andrücken.
4. Mit frischem Schnittlauch oder extra Röstzwiebeln dekorieren.



Pressemitteilung

KÄSEBROT MIT SWIZZROCKER® (KALT)

Rezept für 2 Personen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten:

- 4 Scheiben Roggenbrot (kräftig, rustikal)
- 2 EL Meerrettichfrischkäse
- 100 g SWIZZROCKER® (in dünnen Scheiben)
- ca. 60–80 g luftgetrockneter Rinderschinken (z. B. Bündnerfleisch oder Bresaola)
- 4–6 Cornichons, in langen Scheiben
- etwas Kresse und frischen Meerrettich

Zubereitung:

1. Die Roggenbrotscheiben gleichmäßig mit dem Meerrettichfrischkäse bestreichen.
2. Auf jede Brotscheibe SWIZZROCKER®-Scheiben legen, sodass das Brot gut bedeckt ist.
3. Anschließend Rinderschinken locker darauf drapieren.
4. Die Cornichons als Topping darauflegen, mit etwas Kresse garnieren.
5. Wer mag kann etwas frischen Meerrettich darüber reiben.

Rezeptideen Bento Boxen

BENTOBX LE GRUYÈRE AOP

Rezept für 1 Bento-Box

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten:

1. Le Gruyère AOP-Streifen mit Rosmarinhonig:
 - ca. 100 g Le Gruyère AOP
 - 2 TL Honig
 - frischer Rosmarin
2. Brotchips:
 - 4–6 dünne Scheiben Baguette oder Bauernbrot
 - Olivenöl
 - Meersalz



Pressemitteilung

3. Walnüsse:

- eine kleine Handvoll (ca. 30 g), natur oder leicht geröstet

4. Gruyère-Thymian Crisps:

- ca. 60 g frisch geriebener Le Gruyère AOP
- frischer Thymian

5. Mini-Tartelettes mit Gruyère & Traube:

- 4 Mini-Tartelettes (fertige Schalen oder selbst gebacken, Ø ca. 4–5 cm)
- 2–3 Weintrauben (hell oder rot, halbiert)
- ca. 40 g Le Gruyère AOP, gerieben
- 2 EL Crème fraîche als Basis

Zubereitung:

1. Le Gruyère AOP-Streifen mit Rosmarinhonig

- Honig leicht erwärmen, Rosmarin einrühren.
- Die Le Gruyère AOP-Streifen in eine kleine Bento-Kammer legen, mit etwas Rosmarinhonig beträufeln.

2. Brotchips

- Brotscheiben dünn mit Olivenöl bepinseln, leicht salzen.
- Im Ofen bei 180 °C ca. 8–10 Minuten knusprig backen, auskühlen lassen.

3. Walnüsse

- In einer trockenen Pfanne kurz anrösten (optional) und abkühlen lassen.

4. Le Gruyère-Thymian Crisps

- Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
- Kleine Häufchen Le Gruyère AOP (ca. 1 EL) auf Backpapier setzen, mit Thymian bestreuen.
- 5–7 Minuten backen, bis sie goldgelb & knusprig sind.
- Auskühlen lassen – sie härten dann schön aus.

5. Mini-Tartelettes mit Le Gruyère AOP & Traube

- Tartelette-Böden mit je einem Klecks Crème fraîche bestreichen.
- Mit etwas Le Gruyère AOP und einer halben Traube belegen.
- Wer mag, kann sie ganz kurz (2–3 Min.) im Ofen erwärmen, aber auch kalt sind sie lecker!

BENTOBX SCHWEIZER EMMENTALER AOP



Pressemitteilung

Rezept für 1 Bento-Box

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten:

1. Emmentalerwürfel:

- ca. 100 g Schweizer Emmentaler AOP

2. Gurkenspaghetti & bunte Tomaten:

- ½ Salatgurke, mit Spiralschneider zu „Spaghetti“ geschnitten
- eine Handvoll bunte Cherrytomaten, halbiert

3. Cracker oder Laugengebäck:

- 1 Handvoll Cracker, Mini-Laugenstangen oder Brezelchips

4. Weintrauben:

- ca. 1 kleine Handvoll kernlose Weintrauben (hell oder rot)

5. Pfannkuchen mit Frischkäse-Emmentaler-AOP-Füllung:

- 75 g Mehl
- 1 Ei
- 45 ml Milch
- Salz
- 2 EL Frischkäse
- ca. 40 g fein geriebener Schweizer Emmentaler AOP
- Frischer Schnittlauch

6. Gurken-Emmentaler-Spieße:

- Gurke, in langen Scheiben
- Schweizer Emmentaler Würfel
- Kleine Holzspieße

7. Käsesalat mit Paprika, Gurke & Tomate:

- 1 rote Spitzpaprika, gewürfelt
- 1 Minigurke, gewürfelt
- 4 Cherrytomaten, geviertelt
- 60 g Schweizer Emmentaler AOP, gewürfelt
- 1 EL Walnussöl, etwas Weißweinessig, Salz, Pfeffer
- 1 TL körniger Senf

Zubereitung:

1. Pfannkuchen mit Frischkäse-Emmentaler-AOP-Füllung.

- Mehl, Ei und Milch zusammen mit einer Prise Salz zu einem Teig verrühren.
- In einer kleinen Pfanne, bei mittlerer Hitze Öl erhitzen und 2 – 3 Pfannkuchen aus dem



Pressemitteilung

- Teig backen.
 - Pfannkuchen mit Frischkäse bestreichen, mit Emmentaler bestreuen und nach Belieben etwas frischen Schnittlauch einrollen.
 - Die Rolle in kleine Scheiben schneiden.
2. Käsesalat
- Alle Zutaten in einer kleinen Schüssel vermengen, mit Walnussöl, Weißweinessig, Salz, Pfeffer und Senf abschmecken.
3. Gurkenspaghetti & Tomaten
- Gurke mit dem Spiralschneider in feine Spaghetti schneiden
 - Cherrytomaten halbieren und beides locker vermengen.
 - Als Rohkost servieren.
4. Gurken-Emmentaler-Spieße
- Abwechselnd Gurkenscheiben und Emmentalerwürfel auf kleine Spieße stecken.

BENTOBIX MIT TÊTE DE MOINE AOP

Rezept für 1 Bento-Box

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten:

1. Tête de Moine AOP auf Mini-Rösti:
 - 2 Kartoffeln vfk, grob geraspelt
 - Salz, Pfeffer
 - Ei
 - 2 EL Mehl
 - 4 Rosetten Tête de Moine AOP
2. Tête de Moine AOP & Feige am Spieß:
 - 4 frische Feigenviertel oder 2 Feigen in Stücken
 - 4 kleine Rosetten Tête de Moine AOP
 - Kleine Holzspieße
3. Geröstete Briochewürfel:
 - 2 Scheiben Brioche, in Würfel geschnitten
 - 1 TL Butter
4. Aprikosen-Senf-Dip:
 - 2 getrocknete Aprikosen, fein gehackt



Pressemitteilung

- 1 EL grobkörniger Senf
- 1 TL Honig oder Aprikosenkonfitüre

5. Gefüllte Aprikosen:

- 4 getrocknete Aprikosen
- 2–3 Tête de Moine AOP-Rosetten

6. Blätterteigstangen:

- 2–4 knusprige Blätterteigstangen

Zubereitung:

1. Mini-Rösti mit Tête de Moine AOP

- Alle Zutaten bis auf den Tête de Moine AOP vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Öl in einer Pfanne erhitzen, Rösti in der Pfanne goldbraun und knusprig braten, abkühlen lassen.
- Kurz vor dem Anrichten je eine Tête de Moine AOP-Rosette auflegen.

2. Tête de Moine AOP & Feigen-Spieße

- Auf kleine Spieße je ein Stück frische Feige und eine kleine Rosette Tête de Moine AOP stecken.

3. Briochewürfel rösten

- In einer Pfanne mit wenig Butter die Briochewürfel goldgelb rösten, danach abkühlen lassen.

4. Aprikosen-Senf-Dip

- Alle Zutaten miteinander verrühren, evtl. etwas Wasser oder Zitronensaft zugeben für die gewünschte Konsistenz.
- In ein kleines Dip-Schälchen füllen.

5. Gefüllte Aprikosen

- Getrocknete Aprikosen vorsichtig aufklappen oder leicht einschneiden.
- Mit Tête de Moine AOP füllen

6. Blätterteigstangen

- Bei Verwendung von fertigen: in kleine Stücke brechen oder ganz lassen.
- Alternativ selbst backen: Blätterteig in Streifen schneiden, mit Eigelb bepinseln, mit Sesam oder Käse bestreuen und bei 200 °C ca. 10–12 Min. backen.

BENTOBX MIT APPENZELLER® MILD-WÜRZIG



Pressemitteilung

Rezept für 1 Bento-Box

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten:

1. Appenzeller-Birnen-Spieße mit Rucola:
 - ca. 60 g Appenzeller® mild-würzig (gewürfelt)
 - 1 reife, feste Birne
 - einige Blätter Rucola
 - Holzspieße
2. Dunkles, malziges Brot:
 - 2 Scheiben kräftiges Roggen- oder Malzbrot
 - optional etwas Butter
3. Cornichons:
 - 4–6 kleine Cornichons
4. Gefüllte Snackpaprika mit Appenzeller®-Sauerrahm-Creme:
 - 4 kleine rote Snackpaprika (oder halbe Mini-Paprika)
 - 2 EL Sauerrahm
 - ca. 30 g fein geriebener Appenzeller® mild-würzig
 - etwas Schnittlauch, Salz & Pfeffer
5. Apfel-Käse-Sandwich:
 - 1 Apfel, in feinen Scheiben
 - ca. 40 g Appenzeller®, in Scheiben
 - Kresse
6. Röstzwiebel-Stangerl mit Appenzeller®:
 - 1 Rolle Blätterteig
 - ca. 30 g Röstzwiebeln
 - ca. 50 g geriebener Appenzeller® mild-würzig
 - 1 Ei (zum Bestreichen)

