

Genuss 76 - Gitzitage

Geniessen Sie vom 19. August bis 11. September ein feines Gitzi-Menü in einem von sieben ausgewählten Restaurants in den Regionen Bern, Berner Oberland, Uri und Zürcher Oberland.

Sieben Gastwirte haben für Sie anlässlich der Gitzitage köstliche Gerichte mit zartem Gitzifleisch kreiert.

Lassen Sie sich überraschen und geniessen Sie Schweizer Gitzi.

Wir freuen uns auf Sie!



www.schweizer-gitzi.ch

Schweiz. Natürlich.

Alle Anbieter finden Sie
auf diesem Flyer oder unter:

regionalprodukte.ch/genuss

Genuss 76 - Gitzitage

19.8. – 27.8.
12 – 14,
18 – 21.30 Uhr
Restaurant
Bären,
Oberbottigen

Gitzi-Wochen

Gitzi-Voessen Emmentaler Art mit Safran & Gitzi-Koteletten mit Rohschinken und Rosmarin.

Hotel und Restaurant Bären

Matzenriedstrasse 35, 3019 Oberbottigen
Tel. 031 926 14 24
hotel@baeren-oberbottigen.ch
www.baeren-oberbottigen.ch



19.8. – 11.9.
mittags und
abends
Landgasthof
Ruedihus,
Kandersteg

Alles rund ums Gitzi

Geniessen Sie Spezialitäten vom Herbst-Gitzi in einer einmaligen Atmosphäre.

Landgasthof Ruedihus

Hinder de Büele, 3718 Kandersteg
Tel. 033 675 81 82
info@doldenhorn.ch
www.doldenhorn-ruedihus.ch



19.8. – 11.9.
12 – 14,
18 – 22 Uhr
Gasthof zum
Brunnen,
Fraubrunnen

Gitzi von Kopf bis Fuss

Alles vom Gitzi: Züngli, Kutteln, Hacktätschli, Ämmitaler Vorässe, am Knochen, in Butter gebraten, Formaggini, Trockenwurst.

Gasthof zum Brunnen Rufibach AG

Bernstrasse 6, 3312 Fraubrunnen
Tel. 031 767 72 16
info@suuremocke.ch, www.suuremocke.ch



19.8. – 11.9.
11.30 – 21 Uhr
Landgasthof
Hirsernbad,
Ursenbach

Leckere Gerichte vom Gitzi

Bei uns kommen Sie in den Genuss von saisonal zubereiteten Gitzigerichten – zeitlos gut!

Landgasthof Hirsernbad

Hirsern 102, 4937 Ursenbach
Tel. 062 965 32 56
hirsernbad@hirsernbad.ch
www.hirsernbad.ch/www.kulturimzelt.ch



19.8. – 11.9.
Mittwoch
bis Sonntag
11 – 15, 18 –
24 Uhr
Restaurant
First, Ottikon

Preis ab
CHF 38.–
pro Person

Gitzi-Wochen

Während den Gitzi-Wochen im First verwöhnen wir Sie neben unseren Klassikern mit mediterranen Gitzi-Gerichten.

Restaurant First GmbH

Schlossstrasse 2, 8307 Ottikon
Tel. 052 346 12 02, info@restaurant-first.ch
www.restaurant-first.ch



www.schweizer-gitzi.ch

Schweiz. Natürlich.

19.8. – 11.9.
11.30 – 14 /
18 – 22 Uhr
Restaurant
Lehnhof,
Altdorf

Ürner Berggitzi-Tage im Lehnhof

Geniessen Sie ein Ürner Berggitzi mit feinem Safranrisotto und saisonalem Gemüse. Reservierung erwünscht.

Restaurant / Bar Lehnhof

Lehnplatz 18, 6460 Altdorf
Tel. 041 870 32 33
restaurant@lehnhof-aldorf.ch
www.facebook.com/Restaurant.Lehnhof



26.8. – 8.9.
Mittwoch bis
Sonntag
Gasthaus
Bären,
Reichenbach

Berner Gitzitage

Bei uns geniessen Sie Spezialitäten vom Frutiger Herbstgitzi.

Gasthaus Bären

Dorfstrasse 21
3713 Reichenbach
Tel. 033 676 12 51
baeren.reichenbach@bluewin.ch
www.baeren-reichenbach.ch



Schweizer Gitzifleisch - ein Naturprodukt

Das Ostergitzi

Der Brauch, aufgrund seiner Reinheit vor allem an Ostern Gitzifleisch zu essen, entstammt der christlich-abendländischen Tradition. Am stärksten wird dem heute im Tessin nachgelebt. Das Brunstverhalten der Ziegen begünstigt Geburten Anfang Jahr, so dass die Gitzi vor Ostern schlachtreif sind. Was früher häufig als ein «Arme-Leute-Festessen» galt, ist heute längst zu einer raren Spezialität geworden. Das Ostergitzi ist vielerorts bereits ab Februar, spätestens aber ab Palmsonntag und bis Pfingsten erhältlich. Das Fleisch der Ostergitzi ist hell und zart.

Das Herbstgitzi

Beim Herbstgitzi, auch Alp- oder Berggitzi genannt, handelt es sich um das qualitativ beste Ziegenfleisch. Aufgrund des Bedürfnisses, über das ganze Jahr melken und Ziegenkäse anbieten zu können, werden Gitzi vermehrt auch zu anderen Jahreszeiten geboren. Dies ermöglicht vielen Jungtieren, den Sommer auf den Alpweiden der Schweizer Berge zu verbringen, wo sie sich an den saftigsten Kräutern erfreuen. Dadurch wird das Fleisch rötlicher, kräftiger und aromatischer, bleibt aber dennoch sehr feinfaserig und zart.

Nährwert von Ziegenfleisch

Gitzi- und Ziegenfleisch enthält nur wenig Fett, ist cholesterinarm und deshalb gesund. Fleisch vom Gitzi ist äusserst bekömmlich, kalorienarm und schmeckt angenehm mild.

Ziege (Durchschnitt), roh: Nährstoffgehalt pro 100 g essbarem Anteil

Energie kcal / kJ	Kohlenhydrate	Protein (Eiweiss)	Cholesterin
148,9/623	0,0 g	19,5 g	70 mg
Fett total	Gesättigte Fettsäuren	Einfach ungesättigte Fettsäuren	Mehrfach ungesättigte Fettsäuren
7,9 g	3,6 g	3,3 g	0,4 g

Quelle: Schweizer Nährwertdatenbank © ETH Zürich, 2007

Veranstalter:

Schweizerischer Ziegenzuchtverband, www.szzv.ch
in Zusammenarbeit mit den teilnehmenden Gastwirten.