

AUSGABE 4

METTMEN-POST



KENNEN SIE ALL SEINE GESICHTER?

DER METTMENSEE

Liebe Leserin, lieber Leser – manchmal ist er ein Spiegel, der Mettmensee. Wenn es windstill und klar ist, spiegelt sich die Schönheit des vis-à-vis gelegenen, imposanten Glärnisch-Massivs auf der Oberfläche des Sees. Dies passiert vor allem im Sommer und im Herbst, wenn der See randvoll ist. Das ist eines seiner Gesichter ...

Im Winter ist er dann von dicken Eisschichten und Schnee bedeckt. Jeden Winter. Manchmal, nur selten, wenn es zwar kalt ist, aber nicht schneit, ist er sogar schwarz gefroren und man kann darauf eislaufen. Letztmals im Dezember 2025 für wenige Tage. Dieser eisige Deckel kann Geräusche erzeugen und beginnt «zu singen». Mysteriös tönen diese Klänge durchs Tal.

**Anstatt voller Leben zu erwachen,
zeigt er sein anderes Gesicht,
seine raue, ehrliche Seite.**

Und dann kommt der Frühling und der See ist leer. Die alten, fast schon versteinert erscheinenden Strünke der Föhren, die sich mit ihren Wurzeln an den Boden krallen, stehen in herbem Gegensatz zu den Krokussen, die überall auf den Bergwiesen spriessen. Bereit, sich mit dem Wasser der Schneeschmelze und aus Sommergewittern wieder randvoll zu füllen. Dann ist Sommer und der See ist voller Leben.

Das erfrischende Wasser lädt zu einer Abkühlung nach dem Wandern oder Spazieren ein. Rundherum sind Blumen und Wildtiere und die Berggipfel und Gletscher spiegeln sich im glasklaren Wasser. So prägt sich der Mettmensee gerne in die Köpfe der Besucher ein.

Er ist ein wunderbarer Spielplatz für Kinder und die zahlreichen Grillstellen rund herum könnten keine idyllischere Kulisse für Erlebnisse in der Natur sein.

**Er wird zur Kulisse für
romantische Begegnungen
oder zum Schauplatz
für Naturabenteuer.**

Er ist dann so, als wäre er immer schon da gewesen, Teil der Mettmien-Alp. Losgelöst vom Jahresrhythmus, hat er weitere Gesichter: Er heisst Garichtesee, nur kennt ihn fast niemand mehr unter diesem Namen. Ein See auf Zeit und erschaffen durch den Menschen.

Auf seinem Grund liegt die Vergangenheit, eingeschlossen in einer Kapsel aus Wasser. Die Vergangenheit, die von Alpwirtschaft geprägt war und die Geschichte von früheren Zivilisationen erzählt. So verdankt der See seinen Namen der Jagd, die dort ausgeführt wurde. Die Jagd mit Netzen, mit Garnen, die über das Tal gespannt wurden. Man sagte dem «Garn richten» und daher der Name «Garichte». Die Geschichte zum Bau der Staumauern (und der Entstehung des Sees) können Sie auf Seite 3 lesen.

Und dann sind da natürlich noch die Aktivitäten wie Fischen, Eisbaden, Eistauchen oder Ruderboot-Fahren, die dem See ein Gesicht geben. Lesen Sie dazu die Perspektive eines Fischers auf Seite 2.

So haben wir in der diesjährigen Ausgabe der Mettmien-Post unseren See ins Zentrum gerückt, weil wir überzeugt sind, dass er ein wesentlicher Bestandteil dieses wunderbaren und magischen Ortes ist und seine besondere Atmosphäre massgeblich prägt. Lassen auch Sie sich verzaubern und geniessen Sie den Aufenthalt. ■ Romano Frei

FISCH STATT FEIERABENDBIER

«Küchenchef Pius bestellt immer die grossen Fische fürs Berghotel Mettmen», sagt Hermann Ure und strahlt dabei mit seinen Goldforellen um die Wette. Auf seiner Fischzucht in Hätzingen hat der gelernte Schreiner alles: von den Fischeiern bis zu den rund 80 Zentimeter grossen Muttertieren. Und vor allem hat er eines gefunden – seinen Traumberuf als Fischzüchter.



Eisfischen auf dem Mettmensee – für Hermann Ure etwas ganz Spezielles.

Rückblickend hat er diesen Beruf seinen Kollegen zu verdanken, die den damals 18-Jährigen zu einem Angelausflug auf den Walensee mitgenommen hatten. Der Angelnuling war der Einzige, der an jenem Tag einen Fang nach Hause brachte: «Die Fische kommen halt zu mir, das ist noch heute so», lacht Hermann. Seither sind Fische in seinem Leben omnipräsent – auch in der Liebe, denn seine Frau Trix ist Sternzeichen Fisch.

Der Schreinerberuf ist mittlerweile fast zu seinem Nebenjob geworden.

Drei Tage arbeitet der zweifache Familienvater noch in der Schreinerkluft. Wann immer möglich, schlüpft er lieber in seine Gummistiefel und kümmert sich um die Fische. Zwölf Jahre war er für den Kanton Glarus als freiwilliger Fischereiaufseher unterwegs, zehn Jahre Instruktor für die Anglerausbildung. Die Genehmigung zum Fischzüchter erhielt er dank seines selbst erlernten, umfangreichen Wissens – fast ohne eine Stunde die Schulbank zu drücken.

Vor gut fünf Jahren übernahm Hermi gemeinsam mit seinem ehemaligen Praktikanten und dem Koch Thomas Kamm die Fryberghof-Fischzucht in Hätzingen. Als eine der wenigen Fischzuchten halten sie Muttertiere und streifen deren Eier einmal jährlich ab. Zwei bis drei Jahre später sind die Tiere schlachtreif. Saiblinge, Regenbogenforellen und Goldforellen tummeln sich in den unscheinbaren Betonbecken, die zweimal pro Woche gereinigt werden müssen. Hermi macht jede Aufgabe Spass: «Und zwischendurch gerne mal ein Schwatz mit den Spaziergän-

gern, die wissen, dass ich immer Schokolade im Büro habe.» Für das Berghotel Mettmen filetiert er Gold-, Regenbogen- oder Lachsforellen – in der Küche bekommen die Fische dann ihr letztes Bad in einer saisonalen Panade.

Mit Ausnahme seines Sohnes, der ab und an ebenfalls zur Angelrute greift, konnte Hermi niemanden aus seiner Familie fürs Fischen begeistern. Wenn Hermann im Frühling und Herbst seine Felchen aus dem Zürichsee zieht, sitzt er draussen, während seine Frau in der warmen Bootskabine ihrem Hobby frönt: Häkeln und Stricken. In Ures Küche gibt es mehr Fleisch als Fisch, denn der Charmeur führt seine Trix nach getaner Arbeit gerne in eines der beliebten Restaurants aus. Trix hilft oft beim Einpacken und Ausliefern der Ware. Er sei immer gespannt, wie sein Fisch zubereitet wird.

«Im Berghotel Mettmen mochte ich die Filets im Curry-Backteig bis jetzt am liebsten», so der Molliser.

Im Sommer meidet Hermann die Menschenmassen und fährt ins Engadin, wo auch der tüchtigste Fischzüchter zwei Wochen Urlaub macht – und zwar zum Angeln. Jeden Tag rudert er entweder auf den St. Moritzer- oder den Silvaplanersee hinaus. «Es erinnert mich an Kanada – die Bergwelt und diese Ruhe, wenn du morgens nur das Plätschern des Paddels hörst», schwelgt Hermann in Gedanken. Ob allein oder in Gesellschaft, ob etwas am Haken ist oder nicht: Angeln ist Erholung pur. «Andere gehen ins Feierabendbier, ich eben zum Fischen», vergleicht er sein Hobby.



HERMANN URE

- ALTER: 55
- AUFGEWACHSEN IN: Mollis
- FAMILIE: zwei erwachsene Kinder
- BERUF: Schreiner, Fischzüchter FBA*
- GEZÜCHTETE FISCHE: Saibling, Gold-, Regenbogen- und Lachsforelle
- HOBBY: Fisch und Fischen
- LIEBSTER FISCH AUF DEM TELLER: (geflammter) Saibling – da er feiner im Geschmack ist als die Forelle und wegen des Aussehens!
- SCHÖNSTER ORT ZUM FISCHEN: Engadin und British Columbia
- ERSTER GEFANGENER FISCH: Egli
- BESTE (ANGEL-)ZEIT AUF METTMEN: Winter zum Eisfischen und mit den Gästen des Berghotels Mettmen

* Fachspezifische berufsunabhängige Ausbildung

Auch im Winter ist für den passionierten Fischer nicht Schluss – im Gegenteil: Er gibt seine Leidenschaft den Gästen des Berghotels Mettmen gerne weiter. Das winterliche Angelvergnügen sei etwas sehr Spezielles. «Es ist einfach nur geil, wenn ich mit den Gästen nach einem Tag beim Eisfischen mit einem breiten Grinsen ins Hotel zurückkehre», schwärmt Hermann von seinen Touren.

Seit bald 40 Jahren hält seine Begeisterung für Fische an. Hermann träumt davon, seinen Schreinerberuf ganz an den Nagel zu hängen und nur noch auf seiner Fischzucht tätig zu sein. An Elan und Ideen fehlt es Hermi keineswegs: Drei bis vier zusätzliche Fischbecken wären eines seiner Ziele – ebenso ein grosser Räucherofen. So könnte er geräucherte Fischfilets verkaufen, die auch Küchenchef Pius auf Mettmen besonders gerne verarbeitet. ■



WARUM EINE METTMEN-POST?

Bereits Kinder lieben sie, die Geschichten. Und auch im Kontakt mit unseren Gästen stellen wir fest, dass es die gleichen «Geschichten» sind, die unsere Gäste interessieren.

Darum geht es in der Mettmen-Post: Geschichten aus unserem Alltag, dem Hintergrund, Tiefgründiges und Oberflächliches. Möchten Sie uns ein Feedback zu einem Thema in der Zeitung geben?

Gerne nehmen wir dieses entgegen unter: sara.frei@berghotel-mettmen.ch oder romano.frei@berghotel-mettmen.ch

Wir freuen uns auf Ihre Mitteilungen. ■

ZUGVERKEHR INMITTEN DES WILDSCHUTZGEBIETS

Wer heute am Garichtisee entlang schlendert, geniesst die Ruhe, den Anblick des kristallklaren Wassers und hofft, ein paar Wildtiere zu erblicken. Anders vor rund 100 Jahren: Auf Mettmen wurde der Stausee Garichti in dreijähriger Rekordbauzeit errichtet. Hunderte von Arbeitern wuselten umher sowie mehrere schmalspurige Güterzüge schlängelten sich durch das Wildschutzgebiet und transportierten Material von einem Ort zum anderen.



Zug-Verkehr auf Mettmen – beim Bau der Staumauer von 1929 bis 1931.

Tal statt See – so präsentierte sich Mettmen vor 1929: bewachsen mit knorrigen Fichten und Bergföhren. Um erneuerbare Energie zu nutzen und somit eine nachhaltige Stromversorgung zu gewährleisten, gründeten die Stadt St. Gallen und die Ortsgemeinde Schwanden 1928 – während der Weltwirtschaftskrise – die Sernf-Niderenbach AG, heute SN Energie genannt. Besonders für die Gewinnung von Winterstrom sollte das Speicherkraftwerk Garichti genutzt werden: Dank des Stausees konnte im Winter gezielt Wasser abgelassen und damit Strom erzeugt werden. Die ehemalige Textilfabrik im Herrenareal in Schwanden wurde zum Zentralgebäude umgebaut.

Der Bau des Stausees Garichti erfolgte in den Jahren 1929 bis 1931.

Der Weg zur Baustelle hoch auf Mettmen wurde in drei Etappen zurückgelegt: Eine Standseilbahn führte von Schwanden bis zum Gandberg, danach ging es weiter mit einer Horizontalbahn bis zur heutigen Talstation im Kies und schliesslich mit der ersten Luftseilbahn Kies-Mettmen in 5,5 Minuten (heute 3,5 Minuten) auf 1600 m ü. M. Dieser Transport war hauptsächlich für die Arbeiter, Lebensmittel und Werkzeuge bestimmt; die Materialien für den Bau der Gewichtsstaumauern wurden auf Mettmen gewonnen. So wurden die Mauern, die gleichzeitig als Schalung dienten, aus Glarner Verrucano-Gestein errichtet.

Für den Beton musste zunächst Kies auf der Matt (einer offenen Wiesenfläche in Richtung Leglerhütte) abgetragen werden. Auf den Güterzügen, deren

Gleise gerade einmal eine Spurweite von etwa 60 cm aufwiesen, wurde das Kies weitertransportiert. Im Niderenbach gewaschen, gelangte es anschliessend zur Betonfabrik nahe der heutigen Bootsanlegestelle. Der fertige Beton wurde dann zwischen die Mauern gefüllt. Zeitgleich entstand die Kantine mit Unterkunft für die meist italienischen Arbeiter.

Es wird vermutet,
dass die Grundmauern der Kantine
aus Steinen des Aushubs für
die Staumauer errichtet wurden.

Die Kantine wurde in den 1930er-Jahren von der Familie Vordermann aus Schwanden gekauft. Die Tochter sollte das Berggasthaus Mettmen-Alp bewirten. Als sie eines Tages auf der damals neuen Niderentalstrasse unterwegs war, hatte Fräulein Vordermann einen Autounfall mit einem Arbeiter. Dieser Zusammenstoss war der Beginn einer grossen Liebe und die beiden wurden das erste Wirtespaar des Berggasthauses Mettmen-Alp.

Bis 2014 bestand dieses
Berggasthaus, bevor es 2016
von Sara und Romano Frei-Elmer
als Berghotel Mettmen
neu eröffnet wurde.

Das Berghotel Mettmen steht noch heute auf den originalen Grundmauern der ehemaligen Kantine, mit bester Aussicht auf die imposante Staumauer. ■



TECHNISCHE DATEN STAUSEE GARICHTI

Betreiberin des Stausees Garichti ist die SN Energie AG mit Sitz in Schwanden. Sie wurde 1929 unter dem Namen Kraftwerke Sernf-Niderenbach AG (KWSN) gegründet.

- TYP: Speicherkraftwerk
- PRODUKTIONSSTART: 7. September 1931
- HAUPTMAUER: 42 m hoch, 230 m lang
- NEBENMAUER: 18 m hoch, 250 m lang
- DRUCKSTOLLEN: 3900 m
- BRUTTOGEFÄLLE: 1077 m; von 1622 m ü. M. auf 534 m ü. M. zum Kraftwerk in Schwanden
- JAHRESPRODUKTION: 40 GWh (10 000 Haushalte)
- LEISTUNG: 33,5 MW
- MASSE SEE: Länge 500 m, Breite 200 m, Fläche 15,91 ha
- FASSUNGSVERMÖGEN: 3 bis 3,3 Millionen m³
- WEITERE INFOS: «Industriespionage Glarnerland» → Besichtigung der Staumauer



ANREISE INS KIES

Seit dem Erdbeben an der Wagenrunse in Schwanden, welcher die Zufahrtsstrasse zur Talstation der Luftseilbahn Kies-Mettmen verschüttet hat, sind zweieinhalb Jahre vergangen. Die provisorische Anreise mit öV via Haslen – Tannenberg dauert voraussichtlich bis 2028 an.

Der Spatenstich für das neue, rund 950 m lange Strassenstück ist am 4. Mai 2026 erfolgt, die Bauarbeiten sind im Gange. Die Linienführung erfolgt wie vor dem Ereignis ab Schwanden via Herrenstrasse und Sägerei bis kurz vor den Erdbeben. Für die drei neuen Wendeplatten und Stützmauern von bis zu 18 m Höhe braucht es bei den Bauarbeiten durch den «Chatzenrittwald» besondere Sicherheitsvorkehrungen und ein schrittweises Vorgehen. Die Fertigstellung wird für 2028 erwartet.

Wir sind dankbar, dass die Gemeinde Glarus Süd unsere gewohnte Erreichbarkeit wiederherstellt. Schon heute freuen wir uns auf die wiedergewonnene Normalität bei der Anreise. ■

«DIES & DAS» ÜBER UNSERE MITARBEITENDEN

FRANZI EINEN TAG IM GEMÜSEBEET STATT IN DER KÜCHE

Ihre erste Stelle bei uns war eine Saisonstelle im Restaurant, danach eine kombinierte Tätigkeit im Service und als Küchenhilfe. 2025 folgte die Anstellung als Koch – obwohl sie keine klassische Kochausbildung hat. Möglich wurde dies durch Franzis grosses Interesse am Kochen und an Lebensmitteln sowie die Unterstützung und Förderung durch den Küchenchef und seine Stellvertretung. In den Wintersaisons dazwischen war sie als Allrounderin in allen Bereichen, inklusive Housekeeping, im Einsatz. Dank ihrer Flexibilität ist Franzis für uns eine sehr wertvolle Mitarbeiterin. Als sie im letzten Winter den Wunsch äusserte, ihr Pensum auf 80% zu reduzieren, um einen Tag pro Woche beim Verein IGNA im Wiesli in Glarus zu arbeiten, haben wir sofort nach Lösungen gesucht. Der Verein engagiert sich für Biodiversität, nachhaltige Lebensräume und Kreislaufwirtschaft und betreibt mehrere Gärten, in denen Gemüse nach Permakultur angebaut wird. ■

KERSTIN EINEN TAG IN DER KÜCHE STATT BEI DEN KÜHEN

Den einen Tag, den Franzis in der Berghotel-Küche «ausfällt», konnten wir mit Kerstin füllen. Kerstin ist seit dem ersten Winter als Service-Aushilfe bei uns im Restaurant tätig. Mehr im Winter als im Sommer. Denn den Sommer verbringt sie mit ihren beiden Männern (Partner Markus und Sohn Seppi) auf der Alp. Diesen Sommer verlässt sie die Auen-Lachen in Näfels für einen Tag pro Woche und kommt auf die Mettmen-Alp ins Küchenteam – eine Win-Win-Situation für alle Beteiligten. ■

WEITSICHT

NACHHALTIGKEITS-LABEL «IBEX FAIRSTAY»

Wir haben entschieden, unsere Nachhaltigkeit zertifizieren zu lassen. Eigentlich waren wir lange der Auffassung, dass wir lieber nicht über Nachhaltigkeit reden und schreiben wollen, sondern sie einfach leben. Weil wir dies unserem Standort mitten in dieser herrlichen Natur einfach schuldig sind. Wir haben lange diskutiert, recherchiert und überlegt.

Mit «IBEX Fairstay» haben wir das passende Label gefunden. Überzeugt hat uns, dass Nachhaltigkeit nicht nur mit Ökologie gleichgesetzt wird, sondern fünf Dimensionen umfasst:

Management, Ökonomie, Regionalität, Gesellschaft & Soziales sowie Ökologie.

Der Zertifizierungsprozess hat nun begonnen und wir hinterfragen unsere Entscheide, Innovationen und Abläufe immer wieder entlang dieser fünf Dimensionen. Manchmal überwiegt eine davon, doch wir bemühen uns um ein ausgewogenes Gleichgewicht. Über die Mettmen-Post werden wir weiterhin regelmässig darüber berichten. ■

VOM SCHWÄNDI NACH METTMEN

Per 31. März 2026 wurde das Unique in Schwändi geschlossen und die Mitarbeiterin Theres suchte eine neue Anstellung. Sie hat bei uns angeklopft und wir konnten sie erfreulicherweise für die Sommersaison 2026 im Housekeeping anstellen. Herzlich willkommen im Team, liebe Theres.

Auch Lara und Stefanie sind neu dazugestossen. Nach Aufenthalt in Zürich und Australien wird die Mettmen-Alp in diesem Sommer zu ihrem Lebensmittelpunkt. ■

CLAUDIA KEHRT INS TEAM ZURÜCK

Die Schneesportlehrerin mit eidg. Fachausweis kehrt zurück ins Mettmen-Gebiet. Sie war bei Sara und Romano auf der Leglerhütte als Hüttenhilfe schon von 2011 bis 2016 angestellt sowie kürzer und länger in den Anfangsjahren im Berghotel. Nun kehrt sie zurück als stv. Chef de Service. Zurück im Team dürfen wir auch Marian, Zsolt, Simone, Evi, Astrid und Jodok begrüßen. Die grosse Anzahl an «RückkehrerInnen» freut uns enorm und erleichtert den Einstieg in die Saison. ■

HOCHZEITSGLOCKEN

Und dann läuten am 31. Oktober 2026 in Berggün die Hochzeitsglocken, und daran ist (auch) das Berghotel Mettmen «schuld»... denn Priska und Seimn, heute Gastgeber im Ortstockhaus in Braunwald, haben sich bei ihrer Anstellung im Berghotel Mettmen kennengelernt. Dass dies etwas mehr als fünf Jahre später mit einer Hochzeit gekrönt wird, freut uns natürlich sehr. Wir wünschen alles Liebe und Gute. ■



Rezept von
Küchenchef Pius Enz:



Bewährt und geschätzt: Herzliche Gratulation an Pius Enz zu 10 Jahren im Berghotel.

FRITTIERTE FORELLENFILETS IM SCHABZIGER-TEIG

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Für die Forelle

400 g Forellenfilets, ohne Haut und Gräten
Weissmehl zum Wenden
Salz und Pfeffer
etwas Zitronensaft
1 Liter Frittieröl

Für den Ausbackteig

170 g Weissmehl
170 ml saurer Most (alkoholfrei)
2 Eigelb, 2 Eiweiss
50 g Schabziger, fein gerieben
Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG

Forelle vorbereiten:

Forellenfilets in zirka 25 g grosse Stücke schneiden, mit etwas Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

Teig:

Weissmehl, sauren Most und Eigelb zu einem glatten Teig verrühren.
Eiweiss mit einer Prise Salz steif schlagen und vorsichtig unterheben.
Schabziger begeben und würzen.

Frittieren:

Forellenstücke im Weissmehl wenden, durch den Teig ziehen und im 170 bis 180 °C heissen Öl goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Dazu passt
eine Kräuter-Dipsauce.