

artifex

03
25

DAS MAGAZIN
für Händwerker, Genießer
und Entdecker

SEHN
SUCHTS
ORTE

**Wow
Bacalhau!**
Die Top Ten der
besten Stockfisch-
gerichte

Seite 40

suu:m CARAVAN-SALON **im Fokus**

In unserer
DIGITHEK
KOSTENLOS:
[digithek.de/
caravan](http://digithek.de/caravan)



Auf Mercedes Sprinter und Renault: Yucor
Die Yucor-Modelle rollen überwiegend auf dem Mercedes Sprinter. Das sechs Meter lange Edutis Yucor v-city soll mit einem attraktiven Grundpreis speziell Einsteiger locken. Der Leistungsbereich liegt bei 100-120 PS. Der Yucor v-city ist dabei mit einem 100-Ampere-Ladegerät, einer 120-Ampere-Batterie und Wc 1000 120-Liter-Frischtrinkwasser, 4x Senkkupplung, 80-Liter-Kühltank und Tresor Combi 4. Serienmäßig kommt er mit dem 250 PS starken Motor und Heckantrieb. Grundriss steht zur Wahl.



Herangezoomt für präzise Einblicke und Expertenwissen! Mit einem Special über FKK-Camping in Frankreich.



Geballtes Know-how zum Nulltarif:
Das neue **digitale Spezialformat** vom
Deutschen Handwerksblatt. JETZT suu:men!



4 MEIN FERNWEH, MEIN GLÜCK

Sehnsucht nach Abenteuern

6 VASCO DA GAMA

Eine Kreuzfahrt mit nicko cruises

14 25 HOURS PARIS

Ein Hotelerlebnis

18 HEILKRAFT DES WASSERS

Nancy Thermal

20 PORTUGALS WILDE KÜSTE

Eine Radtour von Porto nach Lissabon

28 SAUDADE

Sehnsucht nach Lissabon

36 GAUMENFREUDEN

Genussvoll durch Lissabon

50



Foto: © iStock.com/Elenathewise

40 BACALHAU – WOW!

Die Top Ten der Stockfischgerichte

44 ARDÈCHE

Die sanfte Lebensart einer Region

50 TOULOUSE

Die schönsten Erlebnisse
in der rosa Stadt

56 CANAL DES DEUX MERS

Zwischen Mittelmeer und Atlantik

2
3

58 DIE LEERE KASTILIENS

Handkes Jukebox trifft
auf Dr. Schiwago

64 TSCHECHIEN-ROADTRIPS

Der neue Motorrad-Tour-Guide ist da

28



Foto: © iStock.com/savannah

18



Foto: © Jelivet-Métropole du Grand Nancy

artifex

Impressum

Das Magazin für Handwerker,
Genießer und Entdecker

Verlagsanstalt Handwerk GmbH
Auf'm Tetelberg 7, 40221 Düsseldorf

Verkauf
Dr. Rüdiger Gottschalk
Brigitte Klefisch

Redaktionelle Betreuung

Rüdiger Gottschalk, Brigitte Klefisch
Telefon: 0211 390 98-55

klefisch@verlagsanstalt-handwerk.de

Gestaltung

Gestaltungskonzept
und Layout:
Bärbel Bereth

MEIN FERNWEH, *mein Glück*

**Ein Duft, ein Lied oder
ein lauer Abend in der
Sommernacht. Plötzlich ist
sie da, die Erinnerung an
eine Reise, einen Ort, eine
Begegnung. Einhergehend
mit einem Gefühl, das wir
unter dem Namen Fernweh
kennen.**

Schon seit ich fünf Jahre alt war ... sehnte ich mich danach, das Gartentor zu durchqueren, der Straße zu folgen und mich ins Unbekannte aufzumachen.« Das schrieb Alexandra David-Néel in ihrem Buch »My journey to Lhasa« im Jahr 1927. Die Reiseschriftstellerin (1868-1969) war eine bemerkenswerte Frau. Als erste westliche Frau reiste die gebürtige Französin im Jahr 1924, verkleidet als Bettlerin, in das für Ausländer verbotene Lhasa (Tibet). Getrieben von einer unglaublichen Abenteuerlust und einem immerwährenden Fernweh nahm sie bei ihrer Reise aus heutiger Sicht unvorstellbare Strapazen auf sich. Kälte, Hunger, Angst vor der Entdeckung prägten ihre Reise. Nach wie vor gilt sie als Ikone der Abenteuerlust. Noch mit knapp einhundert Jahren beantragte die Asien- und Buddhismus-Expertin einen Reisepass. Ihre Worte: »Nur für den Fall.«

— Von Fernweh getrieben waren auch Peter Fleming, Bruder von James-Bond-Autor Ian Fleming, James Cook, Johann Wolfgang Goethe oder Ernest Hemingway es in die Ferne zog. Die Liste der von Fernweh getriebenen Weltenbummler ist lang. Doch auch weniger populäre Menschen zieht es immer wieder in fremde Länder. Sei es aus Neugier, einer Flucht aus dem Alltag oder einer Suche nach Inspiration und dem Sinn des Lebens. Aber was genau ist dieses Fernweh? »Fernweh beschreibt die menschliche Sehnsucht, vertraute Verhältnisse zu verlassen und sich die weite Welt zu erschließen. Das Wort ‚Fernweh‘ steht im wörtlichen Gegensatz zu Heimweh, der Sehnsucht nach der Heimat.« So definiert Wikipedia den Begriff.

Schon immer sind Menschen gereist. Genau betrachtet liegen erste nachzuweisende Wanderungen ungefähr 100.000 Jahre zurück. Zahlreiche archäologische Funde belegen die Auswanderung des Homo sapiens aus Afrika. Ebenso in der Antike und dem Mittelalter haben sich Menschen auf den Weg zu neuen Zielen gemacht. Die Motivation war zunächst meist religiöser Natur. Die Zeiten vieler Entdeckungen wie neue Seewege oder gar Amerika erfolgte von Europa ausgehend zwischen dem 15. und 16. Jahrhundert. Ab dem 18. Jahrhundert unternahmen Menschen Reisen mehr und mehr aus purer Lust und zur Erholung.

DER URSPRUNG ALLER REISE IST DAS FERNWEH

Wie Weltschmerz, Zeitgeist oder Schnapsidee ist auch das Wort Fernweh so nur im deutschsprachigen Raum zu finden. Das Besondere: Ein einziges Wort versammelt viele Emotionen gleichzeitig. Dazu zählt die Sehnsucht nach fernen Orten, die Lust nach Abwechslung oder schlicht und einfach dem Anderswo sein.

— Warum die einen mehr, die anderen weniger von Fernweh heimgesucht werden, auch dafür gibt es Erklärungen. Klar ist, dass Menschen mit einer guten Portion Neugierde und Abenteuerlust ein stärkeres Verlangen nach anderen Welten haben. Tatsächlich belegen verschiedene Studien aber auch einen Zusammenhang zu einem Gen mit dem Namen »DRD4-7R«. Ein Gen, das mit der Ausschüttung des Glückshormons Dopamin in Verbindung gebracht wird und demzufolge Fernweh auslösen kann. Einflüsse entstehen etwa durch Medienberichte oder Reiseberichte in den sozialen Medien.



Foto: © iStock.com/dorian2013

Auch die Psychologie hat sich mit dem Phänomen Fernweh auseinandergesetzt. Ein Aspekt kann die Sehnsucht nach Veränderung sein. Das Bedürfnis, fremde Orte zu besuchen, wird oft mit dem Wunsch nach Freiheit und Selbstbestimmung gesehen. In manchen Fällen wird die Flucht vor Problemen als Auslöser des Fernwehs betrachtet. Ebenso weiß die Psychologie, Fernweh wie einen Lichtschalter ein- und wieder auszustellen, ergibt keinen Sinn. Da die meisten von uns aber nicht dem ständigen Verlangen nach Reisen auch folgen können, empfehlen sie, bis zur nächsten Reise mithilfe von Reisebüchern, Reisedokumentationen

oder mit dem Erlernen einer Fremdsprache die Zeit ohne Reise zu überbrücken.

— Fernweh beinhaltet aber einen weiteren, wichtigen Aspekt. Fernweh, das ist gleichzeitig eine besondere Form des Glücks. Unterwegs zu sein und die eigene Komfortzone verlassen zu können. Bei einem Sonnenuntergang am Strand in den unendlichen Sternenhimmel zu schauen und dabei alle Sorgen zu vergessen. Oder auf Menschen zu treffen, die in uns selbst neue Denkweisen und Perspektiven eröffnen und dabei helfen, Respekt und Toleranz gegenüber anderen Lebensformen zu entwickeln.

VASCO DA GAMA



1



2

Der Lotse zieht und zieht, assistiert von einem dicken Stahlseil. Ursus, das kleine Beiboot, betrachtet das Anlegen der Vasco da Gama aus etwa 30 Meter Entfernung. Der Kapitän vollbringt bei ordentlichem Wind im Hafen von Rønne eine Glanzleistung. Die Kreuzfahrtleitung bedankt sich später über Lautsprecher ausdrücklich. Das Kreuzfahrtschiff liegt mit 1.008 Passagieren und 503 Mann und Frau Besatzung nun sicher im Hafen von Bornholm.



3

Fotos: © fb



4



5

»DOCH BEI UNSERER
FAHRT GLEITET DIE
VASCO DA GAMA MEISTENS
SANFT ÜBER DIE OSTSEE,
VORBEI AN DER KÜSTE
MECKLENBURG-
VORPOMMERNS.«

1 Die Einschiffung in Kiel ist perfekt organisiert. Die Vasco da Gama ist das größte Schiff von nicko cruises.

2 Indische Tracht zu indischem Mahl
3 Relaxen in The Dome steuerbord
4 Das Sonnendeck ist geöffnet.

5 Executive Chef Sripakash Rawat erläutert die Abläufe in der Küche.

6
7

— Beim Rundgang über die Brücke des größten Schiffes der nicko-cruises-Flotte erläutert Kapitän Adrian Firsov, dass er schon überlegt hatte, ob sie wirklich in den Hafen fahren sollten. Der Wind war stark, die Wellen aufgebäumt. Es war der einzige etwas wackelige Moment der Kreuzfahrt von Kiel, Kopenhagen, Bornholm, Stockholm und zurück nach Kiel. Wir sind auf der Ostsee, das kann schon mal stürmisch zugehen.



Die Schären in Schweden sind ein einzigartiges Erlebnis.

Foto: © iStock.com/Andreas Rose

— Doch bei unserer Fahrt gleitet die Vasco da Gama, die so »lovely« ist, wie die Dame von der Kreuzfahrtleitung, Norma Sieweke, immer wieder über Mikro haucht, meistens sanft über die Ostsee, vorbei an der Küste Mecklenburg-Vorpommerns. Die Sonne scheint, nur selten schieben sich auf der Tour Wolken davor. Die Backbord-Decks bieten Sonnenschein, wer es weniger zugig mag, legt sich aufs Deck 11 vor die Lido-Bar, wo wie auf dem Außendeck Backbord auch ein Pool zum Schwimmen einlädt. Bier und Wein werden gereicht. Das überaus freundliche Personal, zumeist von den Philippinen, bringt Drinks jeder Art, genauso frisch gebrühten Kaffee und Cappuccino. Die ach so verführerische Eisbar wäre angesichts der Körperfülle besser geschlossen geblieben, wie auch das Kuchen- und Nachtischbuffet auf Deck 11 im Selbstbedienungsbereich, dem Club Bistro.

— Welch Glück, dass die nächste Waage versteckt im Fitnessstudio steht. Übrigens gut ausgestattet für Yoga, Kraft- und Ausdauersport. Wer den Sportbereich Steuerbords nicht nutzt, für den kommt das böse Erwachen dann eben zuhause, daheim in den vielen Regionen Deutschlands. Die Kreuzfahrer kommen aus Dresden, Rostock, Berlin, Bielefeld, bayrischen Dörfern, einige aus Stuttgart und natürlich aus dem Ruhrpott. Ein BVB-Fan ist auch dabei, auch das Kind muss ein Trikot tra-

Høstet – die Sanddorn-Farm

Høstet, die Sanddorn-Farm wird von Mads und Camilla Meisner geleitet, 2010 haben sie die ersten Sanddorn-Stichlinge gepflanzt. Seitdem haben sowohl die Plantage als auch das Sortiment an eigenen Produkten erheblich zugenommen. Aber sie erleben auch heftige Zeiten, nach Jahren der gelungenen Produktion haben die Anbauer mit einem zerstörerischen Pilz zu kämpfen, der Teile der Produktion und viele Büsche zerfressen hat. Mads hofft auf deutsche Forscher, denn die Feinde der Sanddorn-Produktion sind auch in Norddeutschland bekannt. Derzeit bezieht er seine Früchte aus Schweden. Die Produktion geht also unvermindert weiter.

Im Hofladen finden Besucher Produkte, die in der eigenen Produktionsküche auf Fløjlegård hergestellt werden, wie beispielsweise Havtornmarmelade, Havtornsaft und Havtornsirup. Zudem werden Produkte in Zusammenarbeit mit anderen Herstellern auf Bornholm und im restlichen Dänemark hergestellt, darunter Schnaps, Gin, Bier und Seife. Die Gärtnerei und die Plantage öffnen zu Ostern. Die Öffnungszeiten sind auf der Webseite zu finden.

Gruppen ab 15 Personen haben die Möglichkeit, Führungen und Verkostungen zu buchen. Das Paar informiert über die Gründung von Dänemarks erster Havtornplantage und die Lebensmittelproduktion. Sie erklären, dass der Havtorn botanisch gesehen eine Nuss mit einem Fruchtansatz ist und dass sowohl männliche als auch weibliche Sträucher benötigt werden. Außerdem teilen sie ihre Erfahrungen mit dieser spannenden Rohware. Bei den Verkostungen stehen **Havtornmarmelade** zu Käse und Crackern, **Havtorn-slushice** sowie eine kleine Kostprobe von **Havtorn-Gin** und Likör auf dem Programm.

Havtornblatt-Tee wird wieder in die Regale kommen, und es wird sogar eine kleine Teeserie mit den wunderbaren Havtornblättern geben. Darüber hinaus gibt es eine angenehme Sonnencreme mit SF30, die mit **Havtornkernöl** und **Havtornsaft** entwickelt wurde. Sie ist ideal für das Gesicht, da sie sowohl schützt als auch pflegt, ohne ein fettiges Gefühl zu hinterlassen.

Das Ehepaar arbeitet mit Gin-Macher Henrik Nerst zusammen, auch er ist ein dänischer Import auf Bornholm.

Sanddornmarmelade: gesund und lecker



Foto: høstet.dk



Etwas für Gin-Freunde – der Sanddorn-Gin



Mads Meisner stellt eines seiner Produkte bei einer Verkostigung vor.

Foto: rg

gen. Ab Mitte 50 bis Ende 80 sind die meisten Gäste gehobenen Alters, mit Rollatoren nur ein paar Gäste dabei.

— Vielleicht ist es dieses Image, das Kreuzfahrten anhängt. Daheim rümpft der ein oder andere die Nase, das sei alles ganz schön dekadent und umweltschädlich. Da fährt man lieber Tausende Kilometer mit dem ältlichen Mobilhome durch Europa und übersieht, dass zumindest die Vasco da Gama auch mit grüner Energie fahren kann. Sie wurde extra dafür umgerüstet. Eine Alternative zum Dieselmotor, der natürlich auch genutzt wird.

VON KÖNIGSBERGER KLOPSE BIS VEGAN

Diese Reisen sind doch in, und manch einer erzählt, er sei vom Kreuzfahrtvirus infiziert – die vierte Reise sei dies schon. Der Mann kennt sich aus und hat die Menüzusammenstellung der drei Restaurants Waterfront, Fusion und Waterfront Mediterranean vollständig kapiert, während andere noch zwischen Deck 7 und 8 pendeln, um dann festzustellen, dass sich das Küchenangebot tatsächlich ähnelt. Die Restaurants sind faszinierend, was die Qualität betrifft. Der Küchenchef aus Indien erklärt, dass er in seinem Speiseplan immer die regionale Küche würdigen will. So differieren die Speisen schon zwischen Wild, Fisch, Königsberger Klopsen und natürlich veganer Küche.

— Die Küchenleistung ist auch deshalb faszinierend, weil wirklich alles in Handarbeit gefertigt wird, Brote der unterschiedlichsten Art, Vielfalt an Kuchen, gegarte, frittierte und gedünste Speisen. Im The Grill bietet der Küchenchef aus Indien feinste Grillhausspezialitäten, gegen Aufpreis.

— Ansonsten ist das Entgelt für die Verpflegung einfach: Man kann wählen zwischen Direktzahlung, einem Getränkepaket Classic und dem Premium-Angebot, was alles enthält, das etwas schärfer an Alkohol ist. Die Verpflegung, also die Menüs und Speisen, sind im Gesamtpreis inkludiert, es sei denn, der Gast bucht besondere Menüs wie ein indisches oder asiatisches mehrgängiges Mahl. Das Personal ist freundlicher, als jeder sich das vorstellen kann. Falsch bestellt – kein Problem, Madame! – der neue Nachtisch kommt direkt. Das Lächeln ist obligatorisch und meistens wohl auch echt.

— Jeder Zielort bietet verschiedene Ausflugsoptionen, Stadtrundfahrten oder Landgänge, Hafentouren übers Wasser oder auch Tastingbesuche bei regionalen Herstellern. Bei den Meisnern zum Beispiel, dem Sanddornbauern-Ehepaar von Bornholm. Oder bei der Wild Distillery Bornholm.

Links und Instagram

#havtornbornholm

#wilddistillerybornholm

wilddistillery.dk

hoestet.dk

nicko-cruises.de



Henrik Nerst erklärt selbstbewusst, wie er seine Gin-Sorten vermarktet.

Die Destillation

Alle Produkte werden in hand-schmiedeten Kupferkesseln destilliert. Jeden Morgen um 6:30 Uhr beginnt der erste Destillationsprozess. Die sorg-fältig ausgewählten Zutaten werden zusammen mit biologischem Rohalkohol in den Kessel gegeben und erhitzt.

Alkohol verdampft bei 78,3 Grad, Wasser bei 100 Grad. Diese Temperaturkontrolle stellt sicher, dass nur die besten alkoholischen Dämpfe durch die Anlage geleitet werden.



Vorbild aus Deutschland – Blick in die Produktion

Wild Distillery

Die Idee zur Wild Distillery kam erstmals 2010 von Master Distiller Henrik Nerst, als er die Müller Brennereianlagen in Oberkirch, Deutschland, besuchte. Als damaliger Inhaber und Sommelier eines Gourmetrestaurants auf Bornholm, hatte er immer ein großes Interesse an solchen Produktionen. Im Jahr 2013, als Henrik zum »Sommelier des Jahres« in Dänemark nominiert wurde, reiste er erneut nach Deutschland, um mehr über die Destillationsprozesse zu erfahren. Doch es war erst 2016, nach ausgedehnten Winterwanderungen, bei denen er die bornholmschen Wacholdersträucher bemerkte, dass die ersten Kupferkessel für die eigene Gin-Produktion bestellt wurden. Am 19. Dezember 2018 kam die Destillationsanlage aus Deutschland an, und die ersten Rezepte wurden getestet. Nach zahlreichen Tests und

Verkostungen wurde die erste Charge des Gins am 28. August 2019 auf dem Fever Tree Festival vorgestellt. Obwohl Henrik Nerst und seine Frau nicht auf Bornholm geboren wurden, ist die Insel für sie ein ganz besonderer Ort. Henriks Vater war Bornholmer, und viele Sommer verbrachte er dort. Daher fiel es ihnen nicht schwer, das Stadtleben hinter sich zu lassen und 2004 nach Bornholm zu ziehen, wo sie gemeinsam ein Restaurant in Snogebaek kauften.

Die Inspiration für die Wild Distillery und deren Namen stammt aus der Wertschätzung der bornholmschen Natur. Die salzigen Klippen und die fruchtbare Erde der Insel verleihen den angebauten Rohstoffen einen einzigartigen Geschmack. Die wild gesammelten Wacholderbeeren ändern ihre Charakteristik je nach jahreszeitlichen

Bedingungen, weshalb es niemals zwei Jahrgänge der Wild-Botanicals-Serie mit identischem Geschmack geben wird. Die Produkte der Wild Distillery werden handgefertigt, wobei die jahrhundertelange Tradition der Destillation mit einem modernen, nordischen Ansatz vereint wird, der ein neues Kapitel in der nordischen Spirituosenproduktion definiert. Alle Zutaten sind sorgfältig ausgewählt, wobei vornehmlich biologische Rohstoffe verwendet werden. Soweit möglich, bezieht die Distillery auch bornholmsche Zutaten, wie Havtorn aus Svaneke und Hanf von Bornholms Hamp in Østermarie. Zudem erhielt sie eine einzigartige Erlaubnis von der Naturbehörde, wild gewachsene, bornholmsche Wacholder- und Schlehenbeeren zu ernten, die für die Herstellung des WILD Gins verwendet werden.



»JEDER ZIELORT
BIETET VERSCHIEDENE
AUSFLUGSOPTIONEN,
STADTRUNDFAHRTEN ODER
LANDGÄNGE, HAFENTOUREN
ÜBERS WASSER ODER AUCH
TASTINGBESUCHE.«



Foto: © iStock.com/KavalenkovVolha

Die Gamla Stan in Stockholm –
die Stadt ist zu Wasser und zu
Land ein Erlebnis.



Fotos: © rg

Das Neni spiegelt die Kulturvielfalt rund um den Gare du Nord in Paris. Ein Mosaik der Geschmackskulturen: Persisch, Arabisch, Marokkanisch, Israelisch, Spanisch, sogar deutsche und österreichische Einflüsse haben Haya Molcho Pate gestanden. Nenis gibt es in vielen Hotels der internationalen Hotelkette: Haya Molcho ist übrigens gebürtige Israeliin, die in Österreich lebt und vor allem Köchin ist. So wie das Hauptrestaurant im 25hrs Terminus Nord von dieser Vielfalt lebt, so hip vielfältig ist auch das Haus. Es ist einfach anders. Anders als andere Hotels. Ob in den Zimmern, in der Bar, in der Eingangshalle, im Restaurant am Tisch oder im Restaurant an der Wand – die Kunst der Küche und der Innenausstatter zeigt die Kreativität der Welt.

Hinein ins
25hours Hotel
am Gare du Nord
in Paris.

25 HOURS – EIN HOTEL- ERLEBNIS

Schwerpunkt
ist Kunst aus
Afrika.



Eine aus weg-
geworfenen
Kanistern hand-
gemachte Maske.



— In Zimmer 426 mit grandiosem Blick auf einen der Pariser Hauptbahnhöfe prangt ein Plakat mit dem Titel »the 25 hours express to kottywood«, eine Nachempfindung der berühmten Blockbuster-Werbung durch den tamilischen Künstler Sushant Sandal. Eine Hommage an die vielen Tamilen, die im Bahnhofsviertel wohnen. Auf dem Regal stehen bunte Figuren, die Clonette aus Ghana. Irgendwo hängt eine afrikanische Maske aus weggeworfenen Kanistern – handgemacht. In der Sape-Bar steht ein DJ-Pult, bereit für die kleinen, aber feinen Live-Events. Dieses Mal spielt ein afrikanischer Zupfinstrumenten-Spieler. Hinter ihm stehen jede Menge LPs von den großen Sängern des Souls, des südafrikanischen Jazz oder der Disco-Rhythmen. Interpreten wie Miriam Makeba, Kool and the Gang, Village People sind auf den Covern zu sehen. Mittags kann man im unmittelbar daneben gelegenen Restaurant Neni essen, die Sape-Bar lädt nachmittags zum Co-Working ein – mit einzigartigem Blick auf den 1846 eröffneten Gare du Nord. Der Nordbahnhof ist der größte Bahnhof Europas, mit über 600.000 Reisenden am Tag. Umschaltstelle für den Eurostar, der Köln mit Brüssel, Paris und London verbindet. Ein Zug, der zuverlässig fährt und in Rekordzeit die Metropolen Westeuropas verbindet. Dies sei aus deutscher Sicht erwähnt.

— Vom Gare du Nord fahren alle möglichen Verkehrsmittel: Taxis, U-Bahnen, Busse, Züge natürlich. Eine etwas längere Fahrt bringt den Paris-Besucher zur Louis Vuitton Stiftung. Die Fondation hat die Ausstellung »Pop Forever. Tom Wesselmann &« gezeigt – ein Erlebnis der Ästhetik des großen Popart-Künstlers, der in einer Liga mit Andy Warhol und Roy Lichtenstein spielte. Zuletzt wurde eine Hommage an David Hockney präsentiert.

— Paris lässt einen gar nicht zu Atem kommen. Der großartige Louvre mit der Mona Lisa, Musée d'Orsay mit den impressionistischen Werken, das coole Viertel Le Marais mit den schönen Läden und Restaurants, die besondere Rue des Abbesses, unterhalb des Montmartre und in der Nähe des Bahnhofes Saint Lazare, den schon Claude Monet mit Leidenschaft malte – ein Besuch ist einfach zu wenig, um die bevölkerungsreichste Stadt Europas zu erkunden. Hier leben die Armen von der Porte de Clignancourt nicht weit entfernt von den Reichen aus Neuilly. An der Porte de Clignancourt ist übrigens der größte Floh- und Antikmarkt weit und breit: Marché aux Puces de Saint-Quen. Kleine Läden, fliegende Händler stehen nur durch ein paar Häuser getrennt und bieten ihre Ware feil. Die gefakten Modeaccessoires gehen hier genauso über die Verkaufstische wie in den kleinen Geschäftsstraßen mehrere tausend Euro teure Ölgemälde. Paris – eine Stadt der Vielfalt und Gegensätze. Spannend wie immer!



Links

- 25hours-hotels.com
- nenifood.com
- parisjetaime.com
- nortredamedeparis.fr
- fondationlouisvuitton.fr
- eurostar.com

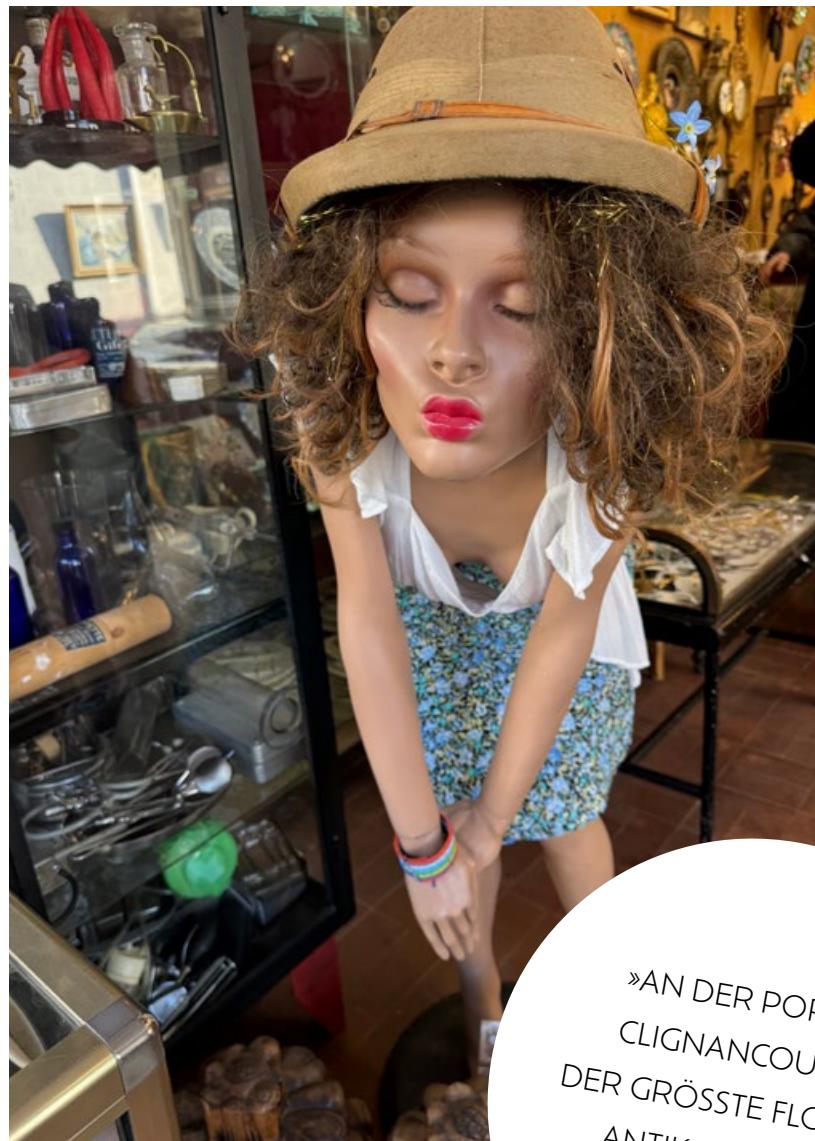


Fotos: © 18

Die Ausstellung »Pop Forever. Tom Wesselmann & ...« bei der Louis Vuitton Stiftung



In seiner letzten Schaffensphase wählte Tom Wesselmann auch erotische Motive.



Einfallsreich präsentieren sich die Händler auf dem Marché aux Puces – dem Markt der »Flöhe«.

»AN DER PORTE DE CLIGNANCOURT IST DER GRÖSSTE FLOH- UND ANTIKMARKT WEIT UND BREIT.«

Wellness in Nancy:



**ENTSPANNUNG UND
GESUNDHEIT IM FOKUS**



Nancy hat ein ähnliches Schicksal wie Lyon – die nach Süden Reisenden rasen einfach vorbei. Vielleicht noch ein Erinnerungsbild von einer der zahlreichen Blitzautomaten, und schon geht die Reise weiter nach Dijon oder Richtung Lyon. All dies ist ein Riesenfehler! Nicht nur das Überschreiten des Tempolimits, sondern auch die Missachtung einer der schönsten Städte des Art Deco. Aus dieser Zeit Anfang des vorvergangenen Jahrhunderts stammt auch Nancy Thermal, das 2023 als neue Attraktion wiedereröffnet wurde. Der Osten Frankreichs ist damit um eine attraktive Wellnessdestination reicher.

Die Geschichte dieser Thermalanlage reicht bis zum frühen 20. Jahrhundert zurück, als Architekt Louis Lanternier bei einer Bohrung im Parc Saint-Marie auf eine heiße Quelle stieß. Nach einer positiven Stellungnahme der Nationalen Medizinischen Akademie zur Nutzung des Thermalwassers für therapeutische Zwecke im Jahr 1911 wurde Nancy Thermal in den folgenden Jahren weiterentwickelt, jedoch während des Ersten Weltkriegs unterbrochen. Schließlich gab es Thermalangebote der Stadt. Einen umfassenden Umbau der thermalen Angebote hat die Stadt 2019 begonnen.

Das Wellnessangebot in Nancy Thermal umfasst verschiedene Bereiche, die auf die Heilkräfte des natürlichen Thermalmineralwassers ausgerichtet sind und jedem offenstehen. Dazu gehören:

1. Espace Aqualudique et Sportif

Dieser Wasser- und Sportbereich bietet Innen- und Außenbereiche mit Wasserspielen sowie ein großes Schwimmbecken und Fitnessmöglichkeiten.

2. Spa Thermal

Ein Bereich ausschließlich mit dem natürlichem Thermalwasser aus 800 Meter Tiefe. Die Besucher können in den Innen- und Außenbecken entspannen, Hydromassagedüsen nutzen und in den Ruhezonen relaxen.

3. Wellnessbereich

Hier können Besucher in Whirlpools entspannen, die unterschiedlichen Saunen nutzen oder sich im Dampfbad erholen.

4. Gesundheitsbereich

Therapeutische Anwendungen zur Behandlung von rheumatologischen Beschwerden werden angeboten, sowohl in klassischer Form als auch als Premium-Option mit Zusatzprogrammen.

Das besondere Rahmenkonzept von Nancy Thermal fördert eine Kombination aus Erholung und gesundheitlicher Behandlung, insbesondere für Menschen mit rheumatischen Beschwerden. Zusätzlich wird auf Nachhaltigkeit geachtet, mit Heizungs-, Wasserfiltrations- und Wärmeabdeckungssystemen, die den Energieverbrauch minimieren.

nancythermalresort.fr.

PORTUGALS WILDE KÜSTE

Eine Radtour von Porto nach Lissabon

TEXT

ROLAND MOTZ

Wir steigen durch ein Gewirr von Höfen, Treppen, winzigen Plätzen und Arkaden, die sich bis zur Kathedrale hinziehen, und bewundern den prachtvollen Jugendstilbahnhof mit seinen 20.000 blau-weißen Kachelfliesen, bevor wir über die Eisenbrücke die Flussseite wechseln, um im Viertel Vila Nova de Gaia zu Abend zu essen.

— Es dämmert. Ein letztes Mal wird die doppelstöckige Ponte Dom Luis I. von der untergehenden Abendsonne angestrahlt. Noch immer flanieren auf der grazilen Brücke hoch oben über dem Fluss Hunderte von Spaziergängern, die sich das Schauspiel nicht entgehen lassen wollen. Unmittelbar darunter warten wir im Lokal Barris beim ersten Vinho Verde auf den Fisch, während der Douro erst in ein helles, dann dunkler werdendes Rot taucht.

Vor unseren Tischen dümpeln fest vertäut hölzerne Boote als schwimmende Denkmäler im Wasser. Mit den flachen Barcos Rabelos wurden einst die frischgefüllten Weinfässer vom oberen Dourotal flussabwärts zu den berühmten Portweinkellereien geschifft. Letzte Ausflugsboote kehren im Dunkeln zurück. Bis weit nach Mitternacht herrscht auf beiden Uferseiten buntes Leben.

AM ATLANTIK SÜDWÄRTS

Schon früh am nächsten Morgen stehen die zwölf E-Bikes des Veranstalters Belvelo etwas außerhalb der Stadt für unsere Radfahrergruppe bereit. Nach einer kurzen Einweisung geht es los. Von der Douro-Mündung südwärts von einem Stadtstrand zum nächsten. Es dauert eine ganze Weile, bis wir den gut ausgebauten Radweg nicht mehr mit Joggern und Spaziergängern teilen müssen.



Mit diesen flachen Booten wurde der Wein nach Porto verschifft.

Immerhin ist Porto nach Lissabon die mit Abstand größte Stadt Portugals. Irgendwann haben wir den Atlantik eine Zeitlang für uns alleine.

— Espinho ist ein lebhafter Küstenort mit phantastischen Sandstränden, ideal für eine Kaffeepause und ein kurzes Bad im recht kühlen Meer. Auf dem Weg nach Ovar entfernen wir uns ein Stück von der Küste. Unser erstes Etappenziel am Rande des Naturschutzgebietes São Jacinto entpuppt sich als wenig attraktiver Übernachtungsort. Entschädigt werden wir allerdings durch eine schöne Unterkunft und das hervorragende Fischnationalgericht Bacalhau zum Abendessen.

— »Der Weg ist das Ziel«, sagt Raul Giglio, als wir uns anderntags im unübersichtlichen Wegenetz um die Lagune von Aveiro verfahren. Er muss es wissen. Immerhin ist unser perfekt deutsch sprechender Guide bereits 47-mal auf

Schöner als zu Fuß kann eine Radtour nicht beginnen, jedenfalls nicht in Porto. Den ganzen Tag sind wir bei herrlichem Wetter unterwegs, um eine der schönsten Städte Europas zu erkunden. Eine Reisegruppe von sechs Frauen und ebenso vielen Männern, die sich hin und wieder in den engen Gassen mit ihren vielgeschossigen, an den Hang gewürfelten Häusern aus grauem Granit verliert.



1

- 1 Fischerboot an der Praia de Mira
2 Erfrischendes Bad am Strand hinter Espinho

Fotos: © Roland Motz



2

dem Jakobsweg nach Santiago de Compostela gepilgert. Das erste Mal in jungen Jahren von Madrid aus nach dem tragischen Motorradunfalltod seines besten Freundes; das letzte Mal 2023 mit einer Belvelo-Radgruppe von Porto aus, als seine Mutter im Sterben lag.

— Wir kommen an kleinen, vergessenen Fischerorten vorbei, deren helle Strände erneut zum Baden einladen. Wacklige Holzstege führen über Dünen hinunter zum Meer, wo buntbemalte Fischerboote wie gestrandete Delfine im Sand liegen. Die Pirogen täuschen darüber hinweg, dass nur noch wenige den Beruf des Fischers ausüben können. Die meisten Orte haben sich dem Tourismus verschrieben. Halb verfallene öffentliche Bäder und Kasernen erinnern noch immer an die jahrzehntelange Diktatur unter Salazar, die erst durch die sogenannte Nelkenrevolution ein friedliches Ende fand. Vor der Praia de São Pedro de Maceda lassen wir die Räder ein weiteres Mal in den Sanddünen stehen und springen ins Meer.

ÜBER FIGUEIRA DA FOZ NACH NAZARÉ

Eine gute Entscheidung, denn über Nacht hat Regen eingesetzt. Noch sind es zwanzig Kilometer bis Figueira da Foz.

Belvelo

Der Reiseveranstalter Belvelo bietet die 8-tägige geführte E-Bike-Tour inklusive Flüge und Räder ab 2.850,- Euro pro Person zu mehreren Terminen zwischen Ende April und Anfang Oktober an. Sowohl in Porto als auch in Lissabon sind Stadtführungen inkludiert. Der Gepäcktransport erfolgt mit dem Begleitfahrzeug.
belvelo.de



3 Am Leuchtturm von Nazaré hat man eine gute Sicht auf die bewegte See.

4 Letzter Anstieg vor Figueira da Foz

Foto: © iStock.com/mzabavsky

3



Foto: © Roland Motz

4

Doch der stärker werdende Niederschlag zwingt unsere Gruppe zu einem unfreiwilligen Stop in Tocha. Der winzige Weiler erweist sich als idealer Ort für eine Pause. In einem eigenartigen Rundbau vor dem Marktplatz, der gerade frisch renoviert wird, befindet sich alles unter einem Dach: Gemeindeverwaltung, Café, Bürgeramt und auch das Bestattungsinstitut. Es sei das »beste in ganz Portugal«, scherzt Raul unbeeindruckt vom schlechten Wetter. Den aktuellen Todesanzeigen zufolge werden die Menschen hier offenbar recht alt. Wir belassen es bei einer Bica, wie die Portugiesen den Espresso nennen, bevor wir halbwegs getrocknet weiterradeln. Trotz E-Bike verlangt uns die Weiterfahrt nach Figueira da Foz nun wetterbedingt einiges ab. Nach einem quälenden Anstieg sind wir erleichtert, von der Passhöhe die breiten, kilometerlangen Sandstrände des bekannten Badeortes unter uns zu sehen. Eine Mole führt weit hinaus zu den Felsen am Leuchtturm, die sich Möwen und Angler friedlich miteinander teilen.

— Auch am nächsten Tag will der Regen nicht weichen. Doch Raul hat alles im Griff. Zunächst führt er uns auf schlammigen Wegen durch lichte Eukalyptus- und Kiefernwälder, danach auf einer unbefahrenen Landstraße endlos geradeaus durch steppenartige Buschlandschaften, von Waldbränden vergangener Jahre verwüstet. Seine vom Buddhismus geprägte ruhige Lebensart überträgt sich auf uns. Mit einer gewissen Gelassenheit und der ent-

Reisekosten

Termine	Preis mit Flügen	Preis ohne Flüge
26.04. – 03.05.2026	ab 2.910 €	ab 2.410 €
03.05. – 10.05.2026	ab 3.040 €	ab 2.540 €
10.05. – 17.05.2026	ab 3.040 €	ab 2.540 €
06.09. – 13.09.2026	ab 3.040 €	ab 2.540 €
13.09. – 20.09.2026	ab 3.040 €	ab 2.540 €

Alle Preisangaben ohne Gewähr

sprechenden Hightech-Ausrüstung ertragen auch wir die ständigen Regenschauer, bevor wir erneut dem Meer entgegenradeln. Spektakulär windet sich die Straße an der Steilküste entlang zur Marinha Grande. Unter dem Leuchtturm tobt der Atlantik. Die Gischt spritzt meterhoch, aber der Regen lässt nach. Dafür wird die Sicht schlechter. Wie Caspar David Friedrichs »Wanderer über dem Nebelmeer« trotzt ein einsamer Angler auf einem Felsen den Gewalten. Mit letzten Akkureserven kämpfen wir uns bei nunmehr leichtem Regen, aber starkem Wind zum Hotel.

— Ausgerechnet im schönen Urlaubsort Nazaré, wo sich in der gerade beginnenden Saison die weltweit höchsten Wellen aufbauen und sich todesmutige Big-Wave-Surfer von Jetboats in die Monsterwellen ziehen lassen, verlässt uns gänzlich das Glück. Frühmorgens fahren wir mit unseren Rädern hinauf zum berühmten Mirador, von wo aus man den besten Blick auf Portugals wildesten Küstenabschnitt haben könnte, und sehen: nichts. Einfach nichts. Eine dichte Nebeldecke liegt über dem Atlantik. »Jede Reise ist anders«, stellt der tiefenentspannte Raul lapidar fest, während wir enttäuscht in die graue Wand blicken, durch die wir das nahe Meer brüllen hören.

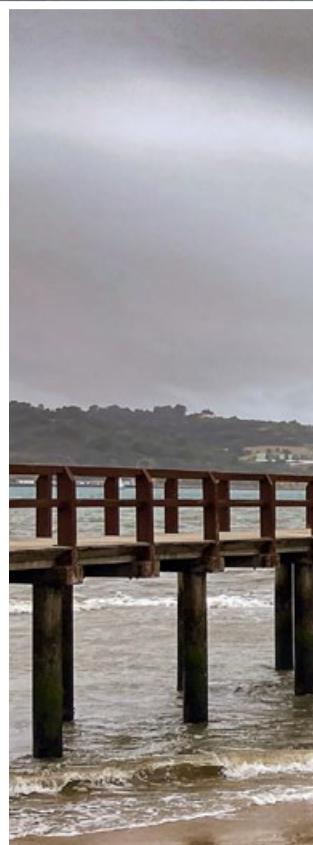
— Im Café zeigt uns Raul Fotos von rußbedeckten Rädern, die er erst vor Kurzem während seiner letzten Tour aufgenommen hat. »Drei Feuerwehrleute aus Aveiro haben ihr Leben bei der Brandbekämpfung verloren«, erzählt er. Die verheerenden Folgen des großen Waldbrandes nach wochenlanger extremer Trockenheit seien überall zu spüren und zu sehen gewesen. Noch in vielen Kilometern Entfernung sei die Asche zentimeterdick niedergegangen. Im Hotel habe es kein Wasser mehr gegeben, stattdessen hätten sich Helikopter zum Löschen aus den Hotelpools bedient. Wir schauen ungläubig in die Nässe. Abends im Restaurant laufen Bilder von wütenden Feuerwehrleuten über den Bildschirm, die in Lissabon gegen mangelnde Ausrüstung, Personalnot und Behördenversagen demonstrieren.

DURCH DAS HINTERLAND NACH ÓBIDOS

Die Regenwolken vom Vortag sind weitergezogen und einem einheitlichen Grau gewichen, die Straßen aber noch immer nass, manchmal sogar schlammig. Der Himmel bleibt bedeckt, aber bei klarer Sicht fahren wir wei-



Hypermoderne Brücke über den Tejo kurz vor Belém



Vom Torre de Belém aus starteten Portugals Seefahrer zu ihren Entdeckungsfahrten.



24
25

»EINE MOLE FÜHRT WEIT
HINAUS ZU DEN FELSEN
AM LEUCHTTURM, DIE SICH
MÖWEN UND ANGLER
FRIEDLICH MITEINANDER
TEILEN.«

ter nach Süden. Schon lange bevor wir Óbidos erreichen, geraten die gewaltigen Festungsanlagen der mittelalterlichen Stadt auf dem Hügel ins Blickfeld. Der steile Anstieg ist trotz Tritthilfe anstrengend. Wie einem Mantel- und Degenfilm entsprungen wartet Portugals romantischster Ort auf uns. Ein kleines architektonisches Juwel auf engem Raum, autofrei in die Neuzeit hinübergerettet. Verwinkelte Gassen, weißgetünchte Häuser, ummantelt von einer gewaltigen Stadtmauer. Zwar ermahnen überall Warnschilder zur Vorsicht beim Besteigen der Mauer, aber man kann auf ihr entlanglaufen. Schmal und feucht, keinen halben Meter breit. Ohne Geländer – in Deutschland undenkbar. Die grandiose Aussicht von den Zinnen über das weite Land verdrängt unser mulmiges Gefühl beim Umrunden. Am Horizont durchbricht ein schimmerndes Weiß kurz die Wolkendecke. Erst als die Lichter in Óbidos den fehlenden Sonnenuntergang ersetzen, suchen wir zum Abstieg eine der glitschigen Treppen, die einst von kundigen Meistern in den Felsen gehauen wurden.

— Spätestens nach der Corona-Epidemie wissen die Bewohner der Iberischen Halbinsel die einmalige Schönheit Óbidos' zu schätzen. So sind auch jetzt in der Nebensaison die zahl-

reichen Restaurants, Bars und Souvenirläden der mittelalterlichen Stadt gut besucht von portugiesischen und spanischen Gästen. Überall wird der lokale Kirschlikör ausgeschenkt. Der originellste Laden ist aber zweifelsohne der Büchertempel Livraria do Mercado in einer ehemaligen Markthalle. Jeder Winkel wird genutzt. Bis an die Decke stapeln sich alte Bananenkisten, in denen nicht nur die portugiesischen Klassiker von Fernando Pessoa bis José Saramago, sondern auch Sardinenbüchsen, Obst, Gemüse, Schokolade und hervorragende Douro-Weine angeboten werden. Das Geschäft mit Büchern sei mittlerweile schwieriger geworden, lässt mich der Eigentümer des außergewöhnlichen Gemischtwarenladens wissen. »Gott ist das Schweigen des Universums und der Mensch der Schrei, der diesem Schweigen einen Sinn verleiht«, liest er mir einen schönen Satz des Atheisten Saramago vor, dessen antiquarische Gesamtausgabe zu meinem Erstaunen auf Deutsch im Regal steht.

ENDSTATION LISSABON

Hinter Óbidos wird es verkehrstechnisch zu schwierig für Radfahrer. So endet die Tour vor den Toren der Stadt, nicht aber die Reise. Ein Van bringt uns nach Lissabon. Die wilden, schroffen, dann wieder weiten Küstenlandschaften vor Augen und noch immer die salzige Atlantikluft in der Nase erkunden wir Portugals Metropole. Zu Fuß, oft auch mit »der Elektrischen«, wie die alttümlichen Straßenbahnen genannt werden, zuckeln wir durch Lissabons verwinkelte Altstadtviertel. Natürlich fahren wir bis zum Torre de Belém an der Mündung des Tejo in den Atlantik, von wo die portugiesischen Seefahrer ihre gewagten Expeditionen über die Grenzen der damals bekannten Welt hinaus begannen und Portugal zur führenden Seemacht machten. Und natürlich steigen wir zu einem Drink an der lauschigen Largo da Graça aus, ebenso zum Sundowner an der Largo



1
Foto: © Roland Motz



2

26
27



Portas do Sol mit dem besten Blick über die verschachtelte Altstadt. Wir genießen frische Meeresfrüchte im Mercado da Ribeira am Fluss, kehren aber immer wieder zum Café a Brasileira in der Rua Garrett zurück, vor dem sich Passanten neben der Bronzestatue Pessoas ablichten lassen. Unser letzter Besuch gilt der ältesten Buchhandlung der Welt. Die Livraria Bertrand ist voll mit Pessoas »Buch der Unruhe« in sämtlichen Sprachen. »Ich habe so wenig vom Leben erbeten, und selbst dieses wenige hat das Leben mir versagt«, heißt es dort gleich zu Beginn. In Bezug auf unsere Radtour müssen wir Portugals berühmtestem Schriftsteller jedoch vehement widersprechen. Trotz gemischten Wetters ist uns wenig versagt geblieben. Im Gegenteil. Wir blicken auf eine sehr faszinierende Reise entlang der Atlantikküste zurück.

- 1 Der Büchertempel Livraria do Mercado
- 2 Óbidos Festungsanlage kann man entlang der alten aber ungesicherten Stadtmauer erkunden.



»LISSABON IST EINE
HIMMELSLEITER AUS LICHT,
MELANCHOLIE UND GESCHICHTEN,
DIE IM WIND FLÜSTERN.«

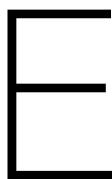
JOSÉ SARAMAGO, NOBELPREISTRÄGER
FÜR LITERATUR

SAUDADE:

Sehnsucht nach Lissabon



**Lissabon, die
wunderschöne
Hauptstadt Portugals,
bietet durch die
direkte Lage am Fluss
Tejo, dem Atlantischen
Ozean und mehr als
290 Sonnentagen im
Jahr eine besondere
Atmosphäre. Diese
geografische Lage
prägt auch die
kulturelle und
emotionale Identität
der Stadt und ihrer
Bewohner.
Die Stadt setzt sich
wie in einem Mosaik
aus zahlreichen
Geschichten
zusammen.**



rbaut auf sieben Hügeln, verfügt Lissabon über eine einzigartige Architektur. Viele der Häuser mit den orangefarbenen Dächern zeigen die charakteristischen Mosaike Portugals. Die Geschichte der kunstvollen »Azulejos« reicht bis zu der maurischen Zeit zurück. Die kleinen Kachel-Kunstwerke erzählen religiöse oder persönliche Ereignisse und sind ein Wahrzeichen der Stadt.

Wer mehr über die Geschichten der Mosaike, ihre Stile und Handwerkstechniken erfahren möchte, der sollte das Kachelmuseum Museu Nacional do Azulejo besuchen. Dort befindet sich eine der umfangreichsten Sammlungen des Landes. Untergebracht in dem ehemaligen Kloster Madre de Deus tauchen Besucher tief in die Identität der portugiesischen Hauptstadt ein. Einige der schönsten Azulejos sind jedoch unter blauem Himmel in der Alfama zu sehen. Die Altstadt mit ihren schmalen Gassen ist zugleich ein Ort einer besonderen Leidenschaft: dem Fado.

DAS FADO-MUSEUM IN RUA DE SÃO BENTO

Alfredo Marceneiro gilt als Vater der traurigen Klänge. Geboren als Alfredo Rodrigo Duarte arbeitet der Sänger zunächst als Schreiner. Das brachte ihm den Spitznamen »Marceneiro«, portugiesisch für Schreiner, ein. Es heißt, er habe ein wildes Leben geführt. Dank seiner tiefen, dunklen Stimme fing er die Emotionen und das Leiden in seinem Gesang ausgesprochen traurig ein. Seine Lieder handelten vom Leben einfacher Leute, von Liebe, Verlust und dem Alltag in der Alfama.

Die liebenswerte Geschichte von Marceneiro und viele andere Lebensgeschichten erzählt das Fado-Museum in Rua de São Bento. Zu den Höhepunkten gehören sicherlich die historischen Aufnahmen von Marceneiro und natürlich die von Amália. Sie gehört zu den wichtigsten Akteuren des immateriellen Weltkulturerbes. Selbst bis ins ferne Japan rührte die Sängerin ihre Zuhörer zu Tränen. Mit ihren leidenschaftlich gehauchten Klängen im Ohr ist ein Spaziergang durch das geschichtsträchtige Viertel ein weiteres Mosaiksteinchen der Seele Lissabons.



- 1 Diese schön bemalten, keramischen und zinnglasierten Azulejos wurden im 17. Jahrhundert (zwischen 1641 und 1668) entworfen.
- 2 Auch moderne künstlerische Arbeiten findet man in Portugals Hauptstadt auf Kacheln.
- 3 In Portugal ist es üblich, Speisen auf keramischen Azulejo-Kacheln zu servieren, insbesondere bei traditionellen Gerichten.



Einige der bekanntesten Street-Art-Künstler, die in Lissabon aktiv sind, sind Vhils, der für seine einzigartigen Gesichtsreliefs bekannt ist, sowie der portugiesische Künstler Bordalo II, der aus recycelten Materialien Skulpturen kreiert.



METROPOLE DER STRASSENKUNST

Mit einer atemberaubenden Aussicht auf Lissabon und den Fluss wartet die Alfama mit einem lebendigen Lokalkolorit auf. Treppauf, treppab tauchen gemütliche Restaurants, kleine Läden und hübsch verzierte Häuser auf. Balkone und Terrassen der bunten Gebäude sind mit Pflanzen geschmückt. Der Weg führt hinunter zum Mouraria-Viertel. Auch bekannt unter dem Namen Moorish vereint die Region gleich zwei wichtige Wesensmerkmale: den Fado-Gesang und die Streetart.

— Denn längst hat sich Lissabon als Metropole der Straßenkunst etabliert. Gleich an den Treppen von São Cristovão hat eine Künstlergruppe das Wandbild »Fado Vadio« erschaffen. Verteilt auf mehreren Fassaden werden Motive



32
33



Foto: © DHB

abgebildet, die einmal mehr die Musik widerspiegeln. Neben der Darstellung verschiedener Interpreten sind dort auch Fado-Texte nachzulesen. »Fotografieren erlaubt«, lautet die Botschaft der Künstler. Denn dieses und jedes andere Motiv unterliegt der Vergänglichkeit. Die meisten Kunstwerke befinden sich an baufälligen Häusern. Keiner weiß, ob eines dieser bemerkenswerten Bilder quasi über Nacht verschwinden kann.

MIT DEM TUK-TUK ZUR STREETART

Dank intensiver Förderung Lissabons werden jährlich daher nationale und internationale Künstler eingeladen. Sie dürfen sich nach Herzenslust mit riesigen Gemälden an weiteren Wänden verewigen. Einer der bekanntesten ist Vhils (Alexandre Farto). »Er ist vielleicht nicht

so populär wie Banksy«, räumt Rael bei einer geführten Street-Art-Tour ein. »Der portugiesische Künstler ist vor allem für seine in die Mauern geschnittenen Gesichter bekannt geworden.« Bei einer zwei- bis dreistündigen Tour führen Rael und seine Tuk-Tuk-Kollegen Besucher zu den schönsten Werken.

— Eine aufregende Möglichkeit, die künstlerische Seite Lissabons kennenzulernen. Die Tour beginnt im Stadtzentrum. Die kleinen, offenen Fahrzeuge sind nahezu ideal, um die engen und steilen Straßen zu befahren. Weiter führt die Fahrt in die Stadtteile Mouraria, Bairro Alto und Grace. Unterwegs werden ausführliche Foto-Stopps eingelegt. Die Tour endet dieses Mal am Oceanário. 1998 wurde das Aquarium im Rahmen der Weltausstellung eröffnet. Sozusagen auf Augenhöhe können Besucher Haie, Rochen und andere Meeresbewohner durch die bis auf den Boden gehenden Fenster beobachten.

KABELJAU ALS KULTURELLES SYMBOL UND KULINARISCHES ERBE

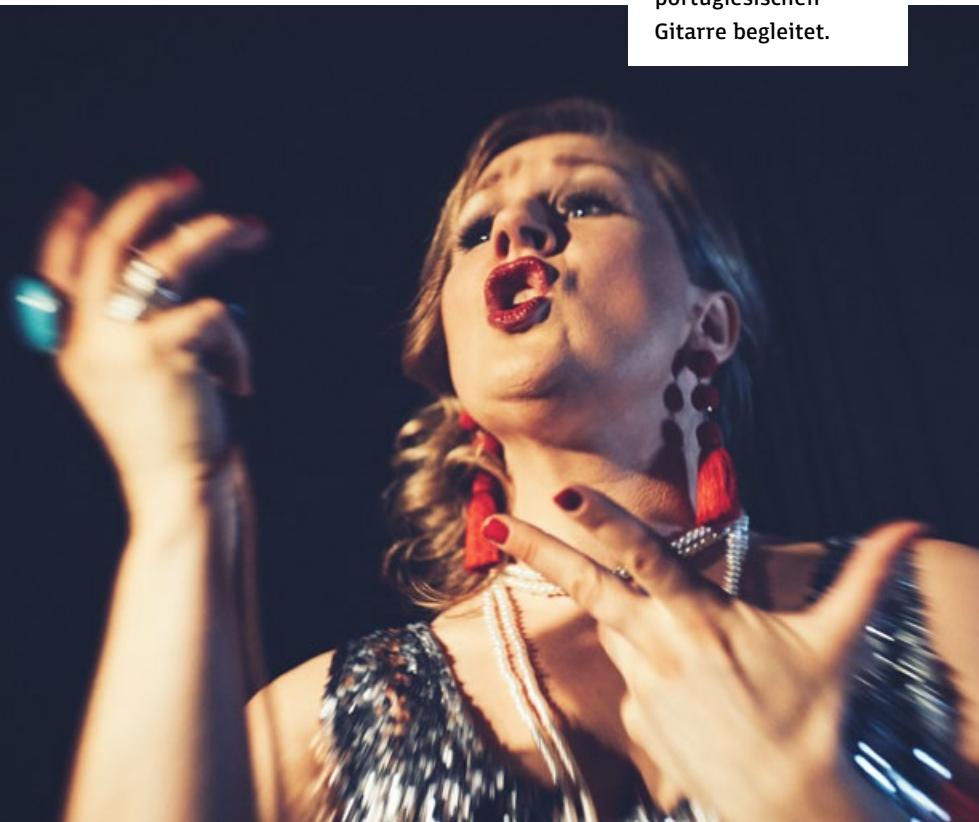
Einer der wichtigsten Meeresbewohner für die Portugiesen ist jedoch der Bacalhau. Es wird vermutet, dass es an die 1.000 unterschiedlichen Zubereitungsarten gibt. Einige davon serviert der Küchenchef vom Restaurant D'Bacalhau. Julio Fernandes ist ein portugiesischer Koch und für seine Kabeljau-Leidenschaft bekannt. An die 20 Gerichte sind auf der Karte zu finden. Diese innige Verbindung der Portugiesen reicht bis in das 15. Jahrhundert zurück. Die Rezepte werden von Generation zu Generation weitergegeben. So ist auch der Bacalhau längst ein Teil der Identität und der Kultur geworden.

— Zum Abschluss rundet das Fado-Restaurant »Maria da Mouraria« die Reise zu den kulturellen Mosaiken Lissabons ab. Von Mittwoch bis Sonntag werden portugiesische Snacks und Fado-Gesang serviert. Während bei den Klängen der Fado-Gitarre ein hingebungsvoller Gesang von Schicksalen, der Sehnsucht und Unglück erzählt, erfüllt die Portugiesen wie Touristen gleichermaßen ein Gefühl der Sehnsucht. »Saudade«, dieses tiefe Gefühl nach einer besonderen Stadt.

visitlisboa.com



Bacalhau à Lagareiro,
Stockfisch mit
Knoblauch-Olivenöl



Bootstour von Lissabon nach Belém

Tickets können an einem der beiden Verkausständen am Flussufer oder auch online gekauft werden.

lisboat.com

Ribeira das Naus Dock –

Cais do Sodré

Es liegt am Princesa's Pier – Belém (Nähe Torre de Belém).

Der One-Way Trip von Terreiro do Paço River nach Torre de Belém kostet 18 Euro pro Person.

34
35

Restaurants

Restaurant Geographia

Eine Hommage an den Reichtum der portugiesischen Gastronomie, mit Einflüssen aus den Produkten der Welt.

restaurantegeographia.pt

Restaurant im Designhotel

Memmo Alfama

Hübsches Designhotel mit einem Restaurant auf dem Dach. Herrlicher Ausblick auf die Alfama.

memmohotels.com

Restaurant d'Bacalhau

Mehr als 20 Rezepte serviert das Restaurant mit dem Bacalhau.

restaurantebacalhau.com

Restaurant Lisboa à Noite

Untergebracht in einem ehemaligen Pferdestall gehört das Restaurant zu den Top-Adressen im Viertel Bairro Alto. Ein gemütlicher Ort mit erlesenen Speisen.

lisboanoite.com

Tipps für Besucher

Übernachtung

Turim Europa Hotel

turim-hotels.com

Ausstellungen

Fado Museum

Alfama, Largo do Chafariz

de Dentro 1

museudofado.pt

Kachelmuseum

R. Me. Deus 4, 1900-312 Lissabon

museunacionaldoazulejo.pt

Oceanario de Lisboa

Eines der größten Aquarien Europas.

Eintritt unter zwei Jahren frei.

Weitere Preise in drei Kategorien zwischen 15 und 25 Euro.

oceanario.pt

Touren

Tuk-Tuk-Tour

Kann nur vor Ort gebucht werden

Telefon +351 933 292 646

localtuktuk.com

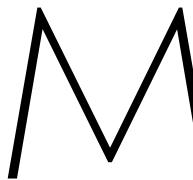
alida.j.aly@localtuktuk.com

GENUSSVOLLER SPAZIERGANG durch Lissabon



Foto: © iStock.com/zolga_F

Pastéis de Nata sind eine Art
Mini-Tartelettes mit Blätter-
teig und einer Crème-Brûlée-
Füllung.



it einer einzigartigen Mischung aus traditioneller Küche und innovativer Spitzengastronomie gewann Portugals Hauptstadt 2024 erstmals den »World Culinary Award«. Mit der Auszeichnung wurde die Stadt am Tejo vor Barcelona, Florenz, London oder Paris zur besten kulinarischen Stadt in Europa gewählt. Von lokalen Spezialitäten bis hin zu Michelin-Sterne-Restaurants begeistert das lebendige Lissabon Besucher aus der ganzen Welt.

— Einen Eindruck der kulinarischen Vielfalt des Landes präsentiert farbenprächtig der Mercado da Ribeira in der Avenida 24 de Julho. Gelegen am Fluss Tejo, vereint der Markt eine beeindruckende Vielfalt gastronomischer Angebote.

Von traditionellen portugiesischen Gerichten bis hin zu internationalen Köstlichkeiten können Gourmets und Feinschmecker in der Zeit von 10 bis 20 Uhr auf Schlemmertour gehen.

— Einer der ältesten Märkte der Stadt ist der Mercado de Campo de Ourique. Gelegen im gleichnamigen und angesagten Viertel Campo de Ourique verbindet der Markt gekonnt traditionelles Marktflair mit modernen Einflüssen. Bekannt ist der Markt

vor allem wegen seiner hochwertigen Auswahl an frischen Produkten und Delikatessen. Ein Besuch ist wie eine Reise durch die verschiedenen Geschmäcker des Landes.

Süß, salzig, pikant: Bei einem Bummel durch die verschlungenen Gassen Lissabons werden Besucher auf Schritt und Tritt von Lissabons kulinarischer Seele begleitet.

SÜSS UND VIELFÄLTIG

Zum Frühstück, nach dem Mittagessen oder am Nachmittag zu einem »Bica« (Espresso): Die Menschen in Portugal lieben Süßes. Das macht sich in Lissabon vor allem durch die Vielzahl an Cafés und Bäckereien bemerkbar. Das Angebot an Gebäck ist dementsprechend groß. Ob die mit Puddingcreme gefüllten Törtchen Pastéis de Nata, die glasierten Nozes de Cascais oder der Blätterteigkuchen Travesseiro de Sintra, sind diese Spezialitäten nicht nur lecker, sondern sie alle haben einen historischen und traditionsreichen Ursprung.

— Die meisten Köstlichkeiten haben ihren Ursprung in katholischen Klöstern. Zur Stärkung der Kleidung von Nonnen

und Mönchen wurde Eiklar eingesetzt. Aus dem reichlich vorhandenen Eigelb und unter Zugabe von Zucker entstanden die sogenannten Docaria Conventual. Etwa zweihundert klösterliche Süßwaren sind bekannt. Die bekannteste in Lissabon dürfte Pastéis de Nata sein. Das Originalrezept stammt aus dem Kloster Mosteiro dos Jerónimos in Belém. Das streng gehütete Geheimrezept wurde nach der Auflösung des Klosters 1834 an den Besitzer der benachbarten Zuckerraffinerie übergeben.

— Bis heute verkauft die Familie in ihrer eigens eröffneten Konditorei Fábrica dos Pastéis de Belém die süßen, noch warmen Törtchen. Traditionell werden sie mit Zimt und Puderzucker veredelt. Das Café selbst mit seinem historischen Charme, den typischen Azulejos (portugiesische Fliesen) und den vielen verwickelten Gasträumen ist bei Touristen ein beliebtes Ziel. Die beste Zeit, in der Rua de Belém 84-92 ein feines Blätterteig-Törtchen in Ruhe zu genießen, soll vor 10 Uhr morgens oder nach 18 Uhr sein.



2



»MANCHMAL SIND
ES DIE EINFACHEN DINGE
IM LEBEN, DIE DER SEELE
AM BESTEN TUN.«

EIN HOCH AUF DEN KABELJAU

Von den Wikingern entdeckt, wurde der Kabeljau in großen Mengen gefischt. Die legendäre Verbindung Portugals zum getrockneten Fisch Bacalhau lässt sich bis zum 14. Jahrhundert nachverfolgen. Bei ihren Expeditionen im Jahr 1500 entdeckten die portugiesischen Seefahrer während ihrer Atlantik-Expeditionen reiche Fischgründe vor Neufundland, dem heutigen Kanada.



1 Stockfisch hängt zum Trocknen in der Altstadt von Peniche.

2 Das Abendessen ist in Portugal die wichtigste Mahlzeit des Tages und wird frühestens ab 20 Uhr eingenommen.

— Mit dem Kabeljau (Bacalhau) entdeckten sie einen Fisch, der sich ideal salzen und trocknen ließ. Zunächst nur Königshäusern vorbehalten, entwickelte sich der Fisch rasant zu einem Grundnahrungsmittel. Das »Brot der Gezeiten« ist bis in die heutige Zeit beliebt. Der Bacalhau ist ein Symbol portugiesischer Seefahrertradition und zugleich kulinarische Identität. Es heißt, Portugal hat 365 Rezepte für die Zubereitung des Fisches. Eines für jeden Tag des Jahres.

— Ihm zu Ehren wurde die Kabeljau-Route ins Leben gerufen. Bei dem thematischen Rundgang durch Lissabon wird die kulinarische, kulturelle und historische Bedeutung erzählt. Die Route führt über das Centro Interpretativo da História do Bacalhau, zum Mercado da Ribeira bis hin zu verschiedenen Restaurants und Tascas (einfaches, unverfälschtes Wirtshaus). Ein Rundgang, der Geschmack und Geschichte auf einzigartige Weise vereint.

— Nach einer geschmackvollen und geschichtsreichen Erkundungstour durch die Küchenkunst Lissabons, begleitet vom salzigen Duft gegrillter Sardinen in den Gassen der Alfama bis hin zur exquisiten Inszenierung eines Bacalhau-Gerichts, steht fest: In Lissabon wird köstlich gespeist und Erinnerungen serviert.

3 Mercado de Campo de Ourique, Lissabon
4 Pastéis de Bacalhau in Zubereitung

BACALHAU.

WOW!

Die Top Ten der bekanntesten Rezepte

1



Bacalhau à Brás

Es ist eine Art Neuinterpretation der »Fish and Chips« und wird als ein für Einsteiger geeignetes Stockfischrezept gesehen. Der vorgekochte Stockfisch wird entgrätet, zerflückt und mit Strohkartoffeln, Zwiebeln und Ei gedünstet. Schwarze Oliven und gehackte Petersilie garnieren diesen goldfarbenen Leckerbissen. Es ist vielleicht das populärste aller Bacalhau-Rezepte.

2



Bacalhau com Natas

(Stockfisch in Sahnesoße)

In diesem cremigen Auflauf umschmeicheln Sahne und würzige Béchamelsoße den mit gedünsteten Kartoffeln und Zwiebeln vereinten Kabeljau. Eine unwiderstehliche Variante kommt mit einem Topping aus gratiniertem Käse daher!

3



Bacalhau à Gomes de Sá

(Stockfischauflauf)

Dieses Rezept aus dem Norden Portugals wird José Luís Gomes de Sá zugeschrieben. Der zuvor in Milch eingeweichte Stockfisch wird in lammellenartige Stücke zerflückt und mit gekochtem Ei, schwarzen Oliven und Petersilie serviert.

4



Pataniscas de Bacalhau

(Stockfischbratlinge)

Diese unwiderstehlichen herhaften Teilchen können sowohl als »Amuse-Gueule« als auch, in der klassischen Variante, zu einem saftigen Bohnenreis gereicht werden. Der zerflückte Stockfisch wird mit Mehl und Eiern verrührt, mit Salz, Pfeffer und Petersilie gewürzt, und die aus dieser Masse geformten »Pataniscas« werden schließlich frittiert.

5**Bacalhau à Lagareiro**

(Stockfisch mit Knoblauch-Olivenöl)

Dieses Rezept ist dem kostbaren Olivenöl gewidmet. Der Bacalhau schwimmt regelrecht in diesem Gold der Olivenhaine, umgeben von Rübengrün und Ofenkartoffeln. Der rohe Knoblauch verleiht diesem sehr beliebten Gericht eine ganz besondere Note.

6**Bacalhau à Zé do Pipo**

Dies ist ein weiteres Autorenrezept. Der Bacalhau wird hier mit einer Mischung aus Mayonnaise, Kartoffelpüree, roter Paprika, Lorbeer und Oliven verfeinert. Eine Kreation aus dem Jahre 1940, die seitdem zu den beliebtesten Bacalhau-Rezepten gezählt wird.

7**Bacalhau de Cebolada**

(Stockfisch mit Zwiebelringen)

Bei diesem traditionellen Gericht werden die Kabeljau-Mittelstücke in Eiern und Mehl gewendet und dann frittiert. Gewürzt wird mit Pfeffer, süßem Paprika-Pulver, Lorbeerblättern, Salz und Tomatenmark. Der Bacalhau wird, auf Bratkartoffeln in Scheiben gebettet und mit in Olivenöl frittierten Zwiebelringen bedeckt, auf einer Servierplatte angerichtet. Eine unwiderstehliche Köstlichkeit!

8**Bacalhau Assado**

(Gebratener Stockfisch)

Hier präsentiert sich der Bacalhau auf die einfachste Art, für alle, die nicht viel Schnickschnack mögen. Dieser authentischste aller Bacalhaus wird auf dem Grill oder im Ofen gebraten. Bratkartoffeln begleiten das hohe, mit Olivenöl verfeinerte Mittelstück. Was braucht man mehr?

9**Bacalhau Cozido**

(Gekochter Stockfisch)

Wenn eines zu Weihnachten in Portugal nicht fehlen darf, so ist dies der Bacalhau. Gekocht ist er beim großen Familienessen der König unter den Weihnachtsgerichten. Er wird zusammen mit Eiern, Kichererbsen, Kohl und Kartoffeln gekocht, und, wie sollte es anders sein, mit Olivenöl abgerundet.

10**Pastéis de Bacalhau**

(Stockfisch-Bällchen)

Dies ist das begehrteste der beliebten herhaften Teilchen, die in den Cafés in ganz Portugal angeboten werden. Selbst wer keinen Fisch mag, wird diesem aus Stockfisch und Kartoffeln geformten Leckerbissen kaum widerstehen. Denn der Bacalhau ist in Portugal etwas Besonderes. Kein Fisch, kein Fleisch, es ist einfach Bacalhau!

1**Vinho Verde**

Dieser leichte, spritzige Weißwein aus Portugal ist eine klassische Wahl zu Bacalhau, da seine Säure und Zitrusnoten gut mit den salzigen und herhaften Aromen des Gerichts harmonieren.

WELCHEN

2



Alvarinho

Ein trockener Weißwein aus der Alvarinho-Traube bietet eine klare Säure und mineralische Noten, die den Geschmack des Bacalhau hervorheben.

3



Portugiesischer Rosé

Ein fruchtiger Rosé kann die salzigen und reichhaltigen Noten des Bacalhau gut ausgleichen und eine interessante Geschmacksnote hinzufügen.

4



Rotwein

Bei der Wahl von Rotwein sollte man auf leichte bis mittelschwere Sorten mit niedrigen Tanninen und einer gewissen Säure achten, wie zum Beispiel einen leichten Merlot oder einen Pinot Noir, besonders wenn der Bacalhau mit kräftigeren Aromen zubereitet wurde oder eine rote Sauce dabei ist.

WEIN ZU BACALHAU?

Zu Bacalhau passen am besten trockene Weißweine mit knackiger Säure.





Foto: © DUPONT Raphaël

Die sanfte Lebensart der **ARDÈCHE**

»... durch die Hochplateaus weht
dieser verrückte und kalte Wind...
**In diesen wilden Landstrichen,
wo das Klima hart ist, formten
die Menschen eine Zivilisation –
Zeugen von Dramen und
Einsamkeit, aber auch von Liebe
und Transzendenz», so Arnold
Brémond, aus »Ardèche, terre
ardente« (1982).**



Ein beliebtes Foto-
motiv: Pont d' Arc in
Vallon. Im Sommer
tummeln sich auf
dem Wasser zahl-
reiche Paddler, die
mit oftmals ge-
liehenen Booten die
Schlucht erkunden.

Foto: © Hanjo Hellmann/stock.adobe.com

Bekannt als der Grand Canyon Frankreichs erfüllt die Ardèche im Süden Frankreichs die schönsten Urlaubswünsche für Naturliebhaber, Feinschmecker, Freizeitsportler oder Erinnerungssammler.

Von wegen nur Wasserlauf. Im Süden Frankreichs erschuf die Ardèche bei ihrem Verlauf durch ein Gebirgsmassiv über die Jahrhunderte hinweg eine Reihe imposanter Schluchten. Bekannt geworden als der Grand Canyon Frankreichs, finden Kanufahrer auf dem Fluss ideale Bedingungen, entlang einer der schönsten Landstriche Frankreichs zu paddeln. Die Ardèche hat ihren Ausgangspunkt im Naturpark Monts d'Ardèche. Nach gut 120 Kilometern mündet der Fluss in die Rhône. Zugleich ist der Fluss Namensgeber des Départements Ardèche.

Der Start zur Entdeckungstour dürfte kaum schöner sein als in der Stadt Tournon-sur-Rhône. Auf den ersten Blick geht es hier noch angenehm beschaulich zu. Enge Gassen führen durch die hübsche, historische Altstadt. Steinerne Fassaden und Kopfsteinpflaster lassen gleich ein gemütliches, südfranzösisches Flair aufkommen. Ein Bummel durch die Markthallen auf dem Place Jean Jaurès macht einfach Freude. An die sechzig Stände bieten lokale Produkte, Textilien und die ein oder andere feine Kostprobe an. Etwa achtzig Kilometer von Lyon gelegen, ist die Stadt auch für Radfahrer ein lohnendes Ziel. Im Stadtzentrum offerieren Bäckereien, Restaurants und Läden

mit regionalen Produkten wie Wein, Ziegenkäse oder Schokolade Leckereien für eine genussvolle Rast.

— Nur wenige Gehminuten vom Ortskern entfernt, lädt die schmucke Promenade mit Blick auf die Rhône zu einem kurzen Päuschen oder zum längeren Verweilen ein. Tournon-sur-Rhône ist ein Teil des ViaRhôna-Radweges. Der Streckenabschnitt des 815 Kilometer langen Fernradweges gilt als eine sanfte Einführung in den Süden Frankreichs. Bei einer beschaulichen Fahrt mit dem solarbetriebenen Kajütenboot »Canotier« entfaltet sich einmal mehr die ganze Schönheit der Natur. Während das Schiff gemütlich über die Rhône schippert, tauchen links und rechts des Ufers satt grüne Weinberge, Wälder und Obstgärten auf.

produziert die Familie Grange in Lamastre Kastanienmehl, Marmelade oder Kastanienpaste auf ihrer weitläufigen Kastanienfarm. Der biologisch geführte Betrieb bewirtschaftet auf 35 Hektar an die vierhundert Bäume. Mit einer genussreichen Präsentation ist die Farm ein schönes Ziel für alle, die Natur und Genuss zugleich erleben möchten. Die »Castagnades« der Monts d'Ardèche zählen übrigens zu den besten in ganz Frankreich.

Jedes Jahr von Mitte Oktober bis Mitte November wird die Herbstfrucht mit vielen Aktionen gefeiert.

»DIE ARDÈCHE
ENTSPRINGT IM
NATURPARK MONTS
D'ARDÈCHE UND MÜNDET
NACH 120 KILOMETERN IN
DIE RHÔNE.«

KAKAOBOHNE TRIFFT PRALINE

Nach einem kurzen Spaziergang über die Brücke »Passerelle Marc-Seguin« erreichen Besucher die Stadt Tain-l'Hermitage im Département Drôme. In der Cité du Chocolat kommen jetzt Schoko-Genießer und Pralinchen-Sammler auf ihre Kosten. Das dortige Erlebniszentrum ist dem ganzen Valrhona-Schokoladen-Universum gewidmet. Von der Herkunft der Kakao-bohnen bis hin zur Verarbeitung und reichlich leckeren Testhäppchen verlassen Besucher mit neuem Schoko-Wissen diesen wohltuenden Ort.

— Ein weiteres, wichtiges Produkt der Ardèche ist die Esskastanie. Schon von Weitem sind die grünen, stachlichen Früchte an dem auch als Brotbaum bekannten Gewächs zu erkennen. In siebter Generation Kastanienbauer,

SPASS MIT DEM VÉLORAIL

Ein Erlebnis mit maximalem Spaßfaktor wartet am Ende der Erkundungsreise durch die Ardèche. Bis zu fünf Personen können in einem Vélorail Platz nehmen. Die an ein Spielzeugauto erinnernden Fahrzeuge fahren auf Eisenbahntrassen aus dem 19. Jahrhundert. Die Tour durch die Schlucht Gorges du Doux beginnt am historischen Bahnhof Boucieu-le-Roi. Der Fluss Doux hat auch an diesem Ort fantastische Felsformationen geschaffen. Vorbei an Felswänden, über Viadukte mit Ausblicken auf Tal und Schlucht, präsentiert sich die Ardèche noch einmal als ein faszinierendes Kaleidoskop, das bei jeder Drehung neue Landschaften, Überraschendes und kulinarische Aha-Erlebnisse hervorbringt.

Reisetipps

Anreise

Nach Ankunft in Lyon Weiterfahrt mit Bus, Zug oder Auto nach Tain l'Hermitage

Übernachtung

Camping le Castelet

Der 4-Sterne-Campingplatz ist ein familienfreundlich geführter Platz im Tal des Flusses Doux bei Saint-Jean-de-Muzols. Umgeben von Bäumen bietet der Campingplatz einen direkten Zugang zum Wasser.

camping-lecastelet.com/de

Camping Le Viaduc in Arlebosc

Dieser ungewöhnliche Campingplatz bietet sehr unterschiedliche Übernachtungsmöglichkeiten an. Unter anderm in einer finnischen Kota oder einem böhmischen Kutschenwagen.

camping-viaduc-ardeche.com/index.php/de

Hausboot »Monique«

Das 38 Meter lange Hausboot am Ufer der Rhône bietet fünf moderne Kabinen, eine Küche, einen Wintergarten und eine Terrasse. Im Heck des Schiffs gibt es einen kleinen Spa.

lapaniche.eu

Essen & Trinken

Wein- & Käseprobe bei Terre de Syrah

Es ist das Wein-Tourismus-Label der Genossenschaftskellerei Cave de Tain. Im Angebot sind maßgeschneiderte Wein-Erlebnisse, wie Weinwanderungen, Sensorik-Workshops und Wein- und Käseproben.

terresdesyrah.com/en

La Cité du Chocolat

Für Schoko-Genießer und Pralinen-Sammler ein Muss: Das Erlebniszentrums Cité du Chocolat in Tain l'Hermitage. Ein Ort, der ganz dem Valrhona-Universum gewidmet ist.

citeduchocolat.com

Kastanienfarm

Die Kastanie ist ein Exportschlager der Region. Auf der Kastanienfarm »La Ferme du chataignier – Le Roux« der Familie Grange erfahren Besucher alles über das kulinarische Produkt. In vielen Dörfern finden im Herbst Kastanienfeste statt.

ferme-du-chataignier.com

Bootstour

Fahrt auf der Rhône mit der Cie des Canotiers. Eine wunderbare Weise, die Umgebung kennenzulernen mit den Weinanlagen und die Atmosphäre Südfrankreichs einzutauen.

canotiersboatnbike.com

Radfahren

Vélorail in der Doux-Schlucht

Mit kleinen, wie Autos aussehenden Wagen, ausgestattet mit Pedalen, geht es abwärts durch die Doux-Schlucht. Vorbei an einer imposanten Landschaft führt der Weg über ein mutig erbautes Schienenbauwerk.

[Velorailardeche.com/en](http://velorailardeche.com/en)





Oben links: Grand Cru Weinberg und Kapelle des Heiligen Christophorus, Tain l'Hermitage

Oben rechts: der Hafen von Tournon-sur-Rhône

Freilaufende Ziegen in der Region d' Ardèche

Bauernmarkt der Region mit Lebensmitteln aus eigener Herstellung

Esskastanien sind der Exportschlager.



Die schönsten Erlebnisse **IN DER ROSA STADT**



Foto: © istock.com/tupungato

Innenstadt von
Toulouse, Capitole
District



Toulouse überrascht.

Mit ihrer Mischung aus südfranzösischer Leichtigkeit, reicher Geschichte, innovativem Geist und echtem Genuss ist sie ein Reiseziel, das alle Sinne anspricht. Wer das authentische Frankreich erleben möchte – abseits ausgetretener Touristenpfade – sollte dieser rosafarbenen Stadt unbedingt einen Besuch abstatten. Ob beim Marktbesuch, beim Schlendern entlang des Canal du Midi oder bei einem Glas Wein unter südlicher Sonne: Toulouse ist auch nach vielen Besuchen immer wieder überraschend, jung, quirlig und typisch französisch. C'est la France!

Toulouse liegt an der Garonne, im Hintergrund die Kapelle des Krankenhauses St. Joseph.

ALBI



Foto: © istock.com/JackF

Toulouse

eignet sich perfekt für einen Kurztrip und als Zwischenauftakt – oder als Startpunkt für Reisen in die **Pyrenäen**, ans **Mittelmeer** oder zu versteckten Schätzen wie **Albi** oder **Carcassonne**.

Carcassonne



Foto: © istock.com/lightpix

Südfrankreichs Perle

Toulouse, die viertgrößte Stadt Frankreichs, wird oft übersehen – die Reisenden lassen Toulouse links liegen und rasen Richtung Barcelona. Aber aufgepasst: Zwischen Pyrenäen und Mittelmeer gelegen, begeistert Toulouse mit besonderer Architektur, lebendiger Kultur und kulinarischen Höhepunkten. Die »Ville Rose«, benannt nach den rötlichen Ziegeln ihrer Altstadt, verbindet Geschichte und Innovation auf eindrucksvolle Weise: Hier trifft Straßenkunst auf Raumfahrt, Oper auf Straßentheater und traditionelles Handwerk auf moderne Kreativität. Ob als Zwischenstopp auf einer Frankreichreise oder Ziel eines Citytrips – Toulouse ist einfach spannend!



Die »Ville Rose« erleben

Das Herz von Toulouse schlägt am **Place du Capitole**, wo **Rathaus und Oper** unter einem Dach residieren. Über 750.000 Bürger und Bürgerinnen zählt die Stadt. Die Altstadt ist geprägt von rotgoldenen Backsteinen, die der Stadt ihren Beinamen »La Ville Rose« eingebracht haben. Historische Bauwerke, Fachwerkhäuser und charmante Plätze schaffen eine Atmosphäre, in der sich Geschichte lebendig anfühlt.

»Toulouse à Table«

Das Festival »Toulouse à Table« findet von Mai bis November statt und bietet sechs Monate lang gastronomische Festlichkeiten. Die zahlreichen Veranstaltungen verteilen sich auf verschiedene symbolträchtige Orte der Stadt. Besonders bekannt ist das Gericht **Cassoulet**, ein deftiger Bohneneintopf mit der typischen Toulouse-Wurst, das in einem riesigen Bankett zelebriert wird.



Pastellblau – ein Comeback

Die Bielefelderin und gelernte Modedesignerin **Annette Hardouin** (links im Bild) hat ein uraltes Handwerk der Stadt wiederbelebt: die traditionelle Färbetechnik mit dem pflanzlichen **Pastellblau**. In der Stadt findet man das Blau heute an Fensterläden, in Stoffen und Dekorationen. Eine wunderbare Verbindung von Handwerk, Geschichte und Design. In ihrer Boutique können Besucher selbst Stoffe färben und so ein einzigartiges Andenken mit nach Hause nehmen. ahpy.fr/de

Ernennung zur »Stadt der Musik«

Toulouse wurde von der UNESCO zur »**Stadt der Musik**« ernannt: Straßenmusiker, Orchester und zahlreiche Festivals beleben die Plätze. Die renommierte **Opéra du Capitole**, Klassikreihen wie das **Festival Piano** und Orgelkonzerte in historischen Kirchen begeistern Musikliebhaber. Auch das französische **Chanson** hat hier seinen festen Platz – besonders durch Künstler wie **Claude Nougaro**, dessen Werk tief mit Toulouse verbunden ist.

INNOVATION TRIFFT FANTASIE

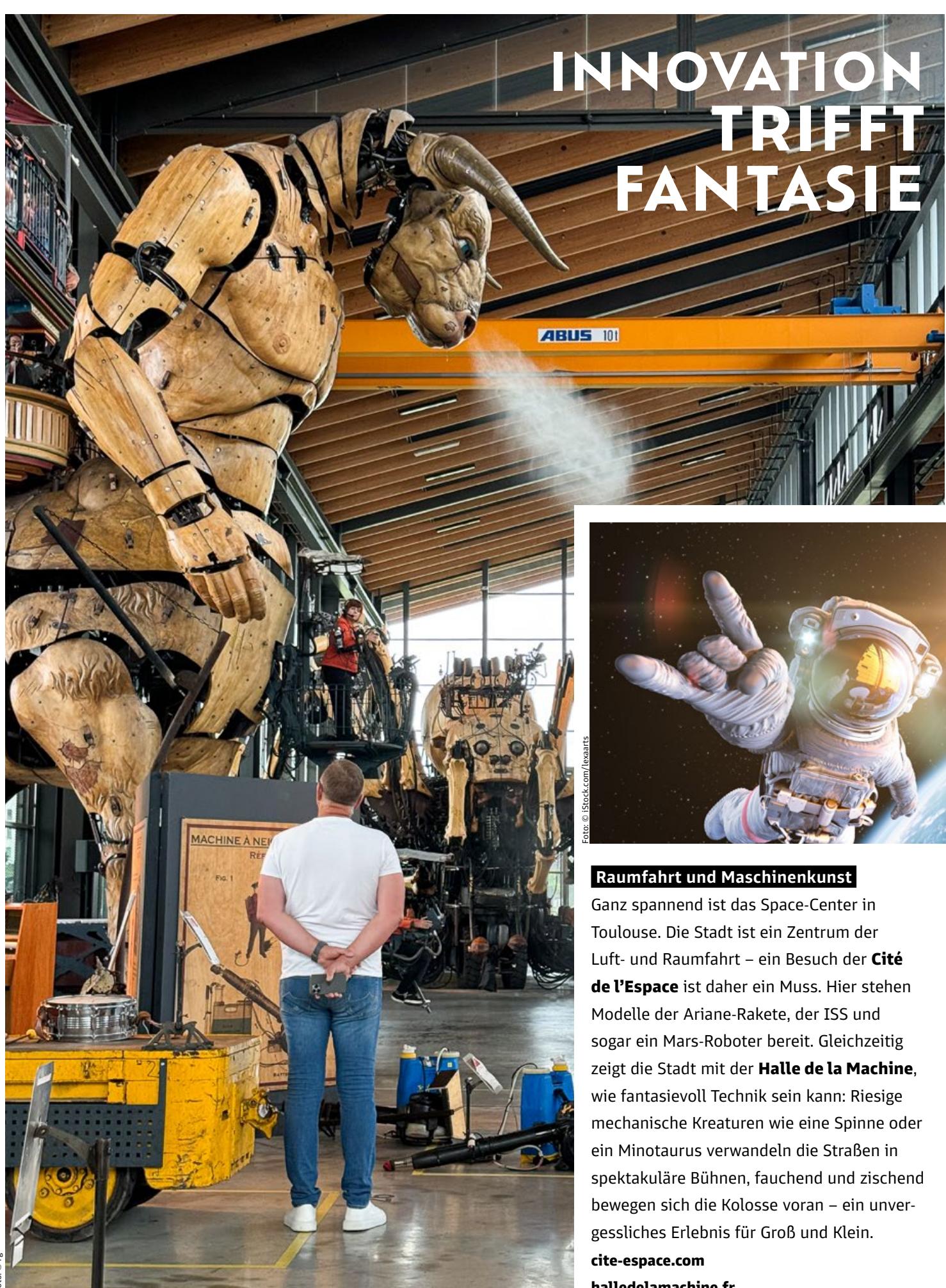


Foto: © iStock.com/lexarts



Raumfahrt und Maschinenkunst

Ganz spannend ist das Space-Center in Toulouse. Die Stadt ist ein Zentrum der Luft- und Raumfahrt – ein Besuch der **Cité de l'Espace** ist daher ein Muss. Hier stehen Modelle der Ariane-Rakete, der ISS und sogar ein Mars-Roboter bereit. Gleichzeitig zeigt die Stadt mit der **Halle de la Machine**, wie fantasievoll Technik sein kann: Riesige mechanische Kreaturen wie eine Spinne oder ein Minotaurus verwandeln die Straßen in spektakuläre Bühnen, fauchend und zischend bewegen sich die Kolosse voran – ein unvergessliches Erlebnis für Groß und Klein.

cite-espace.com

halledelamachine.fr

Geführte Food-Touren

In der Victor-Hugo-Markthalle, Frankreichs größter Markthalle, bieten über 60 Händler lokale Köstlichkeiten an – von Foie Gras bis zu den Weinen der Region. Food-Touren, etwa mit der Amerikanerin Jessica Hammer von **»Taste of Toulouse«**, bringen Besuchern die kulinarische Seele der Stadt näher. So lernt man die Küche Frankreichs am besten und wirklich authentisch kennen. Buchungen sind über die Internetseite des Veranstalters möglich.

tasteoftoulouse.com

Fotos: © 18



Oben: Maison Garcia bietet Wurst- und Fleischspezialitäten.

Links: Die Fromagerie Xavier ist der Anbieter für französischen Käse in Toulouse.

Rechts: Jessica Hammer führt durch die Markthalle von Toulouse.

Restauranttipps

Brasserie les Beaux-Arts
oder das Aux Pieds sous la table
brasserielesbeauxarts.fr
auxpiedssouslatable.fr

Übernachtungstipp

Das stilvolle und elegante Grand Hotel de l'Opera liegt am Place du Capitole im Zentrum von Toulouse.
grand-hotel-opera.com/fr

Ausstellungstipp

Bemberg Stiftung
Sehenswerte Werke von der Renaissance bis zum Impressionismus
fondation-bemberg.fr

CANAL DES 2 MERS

Der Canal des Deux Mers ist eine historische Wasserstraße in Südfrankreich, die den Atlantischen Ozean mit dem Mittelmeer verbindet. Sie besteht aus zwei Hauptkanälen: dem Canal de Garonne und dem Canal du Midi.



Als der Leuchtturm des Wein-tourismus verführt die Cité du Vin ihre Besucher immer wieder aufs Neue.



Das elegante Grand Théâtre am Place de la Comédie ist eines der ältesten Europas.



Die vielen kleinen Cafés und Bars findet man in den Gassen abseits der Hauptstraßen von Bordeaux.

Toulouse_Canal du midi



Der Canal du Midi hat insgesamt 63 Schleusen, die die Höhenunterschiede von etwa 190 Metern überwinden müssen.



Die Radwege am Kanal sind meist flach, aber es gibt auch einige technisch anspruchsvolle Abschnitte.



Kleine Dörfer, historische Bauwerke und lebendige Städte säumen die Ufer der Wasserstraße. Da zwischen Ruhe und Natur. Herrlich.



Der 1681 von Pierre-Paul Riquet gebaute Canal du Midi ist ein beeindruckendes Werk der Ingenieurskunst. Seeleute ersparten sich so einen Umweg um die Iberische Halbinsel von 3.000 Kilometern.

Als UNESCO-Weltkulturerbe zieht der Kanal nicht nur mit seiner historischen Bedeutung, sondern auch durch seine malerischen Landschaften Besucher an. Die Region mit dem mediterranen Klima ist ein ideales ganzjähriges Reiseziel. Wer den Kanal heute entlangfährt, sei es mit dem Fahrrad oder Boot, kann die Landschaft in vollen Zügen genießen. An den Ufern der Wasserstraße erstrecken sich Weinberge, Olivenhaine und Dörfer, die den Charme des südlichen Frankreichs versprühen. Besonders beeindruckend sind die zahlreichen historischen Brücken, Schleusen und Aquädukte.

Der Canal du Midi führt durch die Städte Toulouse, Carcassonne und Béziers, bevor er am Pointe des Onglous in Marseillan in die Lagune des Étang de Thau mündet. Historisch und kulturell haben die Städte viel zu bieten und verlocken mit ihrer einzigartigen Architektur und regionalen Küche. Carcassonne mit seiner mittelalterlichen Festung ist besonders sehenswert.

Neben den landschaftlichen und historischen Reizen bietet die Region am Wasser auch zahlreiche Aktivitäten, wie Angeln, Kajakfahren oder Wanderungen. Die sanften, grünen Hügel und die Ruhe des Kanals schaffen eine entspannte Atmosphäre, die den Alltagsstress vergessen lässt – ein perfektes Ziel für einen abwechslungsreichen und erholsamen Urlaub. canal-du-midi.com

HANDKES JUKEBOX

trifft auf Dr. Schiwago

**Eine Reise in die Leere der
kastilischen Landschaft. Über Pilze und
das Essen der kleinen Wölfin.**

TEXT

WOLFGANG SCHUMACHER

Soria/Kastilien: Stille, Weite, unendliche lichte Wälder, hochgewachsene Bäume, Landschaft in XXL – und das im ansonsten oftmals von Urlaubern überfüllten Touristenland Spanien? Ja, die Iberische Halbinsel ist mit ihrer Fläche von rund 583.000 Quadratkilometern weitläufig und groß, und wer dort Stille sucht, wird die Stille finden.

— Der Sehnsuchtsort für Stille und Einkehr lag oder liegt für den durchaus umstrittenen deutschen Romancier und Stückeschreiber Peter Handke in dem Ort Soria, einer im Norden Spaniens gelegenen Stadt mit nur rund 40.000 Einwohnern in der zentralspanischen Region Kastilien-Leon, gelegen auf einem rund 1.000 Meter hohen und eher hügeligen Plateau, durch das sich der Fluss Douro schlängelt.

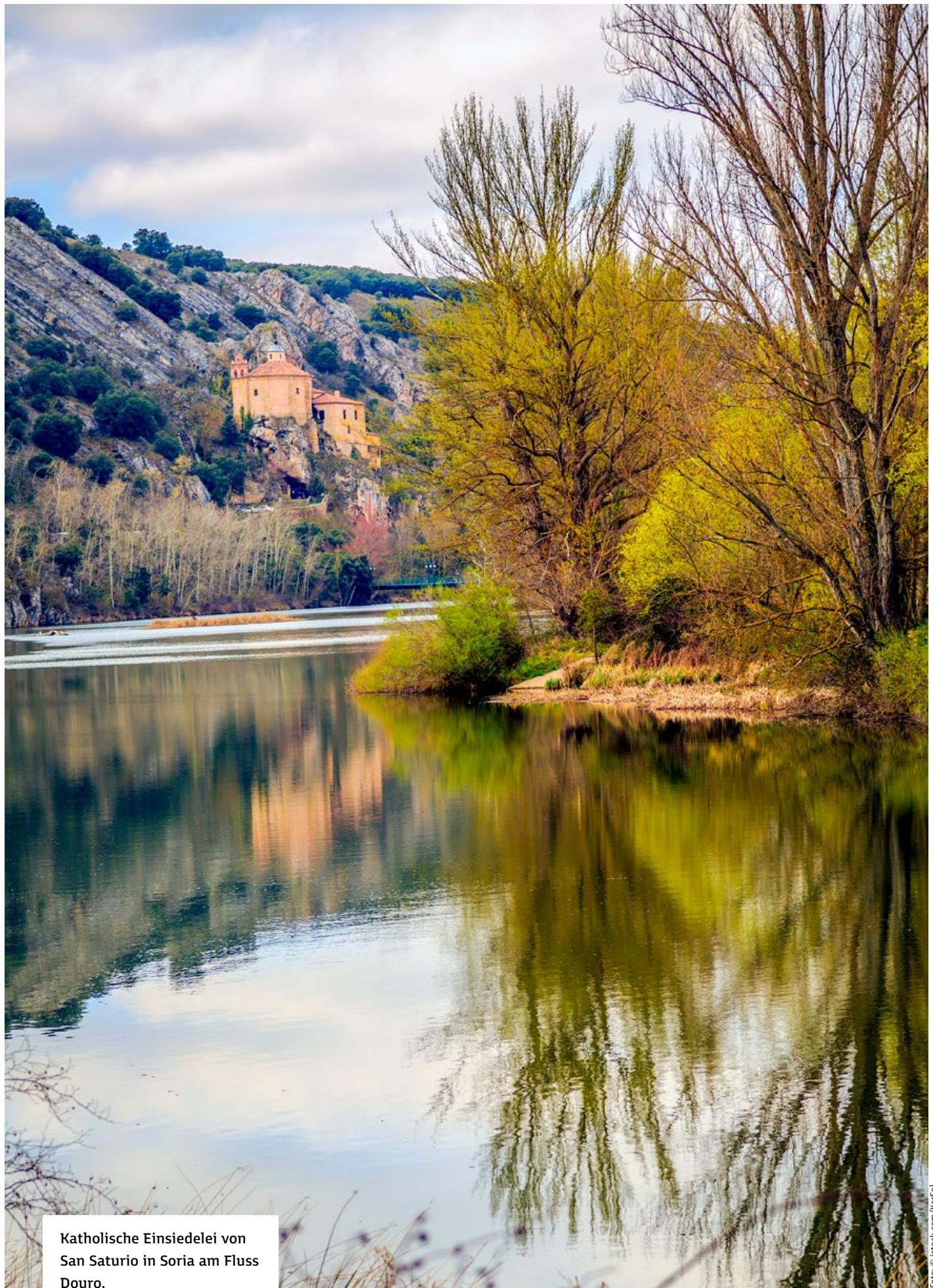
— Handke suchte Ende der 1980er-Jahre eben solche schwer lastende Stille, wohl wissend, dass dort sein großer spanischer Schriftstellerkollege Antonio Machado in dem kleinen Provinznest Soria lebte. Der von den Spaniern hochverehrte Lyriker aus Andalusien lehrte zwischen 1907 und 1912 Französisch in der Schule mitten in der Stadt.

— Dies tat er, weil er sich zunächst unsterblich in die schöne Kastilierin Leonor Izquierdo verliebt hatte – und dann diese große Liebe auf die herbe Naturschönheit der einsamen Landschaft übertrug, unter anderem in den Versen aus »Campos de Castilla« (Felder Kastiliens), in denen er das einfache Leben der Bewohner in großartige Lyrik goss.



58
59





Katholische Einsiedelei von
San Saturio in Soria am Fluss
Douro.

— Handke war 1989 der deutsche Mauerfall anscheinend ziemlich egal, er suchte die Einsamkeit, ja beinahe die Einsiedelei, die in der kastilischen Hochebene Meseta rund um Soria durchaus eine feste Tradition hat. Wie damals Machado wollte Handke inspiriert von dieser Landschaft aus dunkelgrünen bis hellbeigen Grasflächen und bestückt mit aus Bruchsteinen gebauten Häusern Erkenntnis schöpfen.

— Der heute wie damals umstrittene Dichter quartierte sich in einem Zimmer in Soria ein und begann seine heute bereits klassische Erzählung »Versuch über die Jukebox« (Suhrkamp 1990), in der die in Kneipen wummernde »Wurlitzer«-Jukebox als amerikanischer Traum Handkes Lebensstationen einen zeitlichen Halt gibt und ihn zu seiner inneren Zerrissenheit wie zu seinen literarischen Gestaltungsersuchen führt. Soria und die Landschaft des Douro war seine Eremitage, der damalige Fluchtpunkt des späteren Literaturnobelpreisträgers.

— Soria hat mit der quasi nebenan in der autonomen Region Aragon gelegenen Provinzhauptstadt Teruel – die im spanischen Bürgerkrieg harte Kämpfe zwischen Frankisten und Republikanern aushalten musste – gemeinsam, dass beide Städtchen sich von Madrid völlig vergessen fühlen, Teruel ist nochmals mit einer Einwohnerzahl von rund 36.000 Seelen ein wenig kleiner als ihr kastilisches Pendant.

— In Soria hat sich seit etwa 20 Jahren gegen jenes institutionelle Vergessen durch die Zentrale in Madrid die Bewegung »Soria, Ja!« gebildet, vertreten etwa durch die an die Provinzregierung angebundene Anna Maria Valen, die Bewegung gegen das Vergessen wird unterstützt von regionalen Unternehmern, den Gewerkschaften sowie diversen Nachbarschaftsvereinen. Und man kooperiert eng mit dem Schwesterverein »Teruel Existe!«, ähnlich dem deutschen Dauerlementi, dass es Bielefeld nicht gebe.

Peter Handke

geboren am 6. Dezember 1942 in Griffen, Kärnten, ist ein österreichischer Schriftsteller und Übersetzer. Er wurde vielfach ausgezeichnet und gehört zu den bekanntesten zeitgenössischen deutschsprachigen Autoren. Im Jahre 2019 wurde ihm der Nobelpreis für Literatur zuerkannt.

60
61

DÜNN BESIEDELT UND EINSAM

Anders als das wohlhabende ostwestfälische Bielefeld kämpfen die spanischen Städte dort im tiefen Landesinneren gegen die Leere. Man schloss sich sogar 2019 zur Partei »España vacia« – »Das leere Spanien« – zusammen. Kampfmittel sind regelmäßige Straßenblockaden, weil man eine »Autovía«, eine Autobahn, ins dünnbesiedelte Land will, sie soll die Region an die Hauptstadt anbinden. Zwar bekam die Bewegung 2022 drei Sitze im madrilenischen Parlament, das war's dann aber auch schon, vermerkte Anna Maria Valen bekümmert.

— Dabei verfolgt die Provinzregierung wie auch anderswo im Land energisch touristische Infrastrukturmaßnahmen. Wer die Einsamkeit mit simplen Ferienfreuden aufpeppen will, hat in der Weite der Meseta durchaus Optionen, Optionen, die allerdings ein Handke wohl nase-

rümpfend hätte rechts liegenlassen. Denn es gibt einen großzügigen Fahrradwanderweg auf der ehemaligen Eisenbahnstrecke durch die Berge der Region Pinares nach Navaleno, die ausgeschilderte Route heißt »via Santander – Mediterraneo«, also von der atlantischen Küstenstadt Santander bis ans Mittelmeer. An sie grenzen die Eichen- und Kiefernwälder, die auf diesem Teilstück dicht die Route säumen. Die Strecke ist allerdings absolut familienfreundlich und mit in Navaleno mietbaren E-Mountainbikes sehr gut zu bewältigen.

»ES GIBT EINEN
FAHRRADWANDERWEG
AUF DER EHEMALIGEN
EISENBAHNSTRECKE DURCH
DIE BERGE DER REGION
PINARES NACH NAVALENO:
»VIA SANTANDER –
MEDITERRANEO«.

— Quasi mittendrin »verstecken« sich dort im Herbst unendliche Pilzflächen, erklärt Guide Victor Alonso aus Navaleno und warnt zugleich, vor den »tödlichen« Exemplaren, unübersehbar lacht den Betrachter ein scharlachroter Fliegenpilz mit seinen weißen Tupfern an.

— Essen dagegen mag man gefahrlos die zahlreichen Steinpilze oder den Pfifferling, sie wachsen dort alle wild in einer Anzahl, wie man sie allenfalls in künstlich angelegten Kulturen erwarten würde, auch ein Pilzkongress finde hier alle zwei Jahre statt, vermeldet Pilzführer Victor Alonso stolz. Gleichermaßen gefahrlos lassen sich die einheimischen Pilze im Ein-Sterne-Restaurant »La Lobita« (übersetzt »die kleine Wölfin«) in Navaleno verputzen, ein Michelin-Stern für einen Koch dort in der ansonsten vergessenen Welt ist schon etwas Besonderes.

DER ZUG DES DOKTOR SCHIWAGO

An der Bahnstrecke finden sich noch einige malerische Bahnhöfe der einstigen Regionalbahn, die unter anderem die Erze der Hochebene bis hinunter nach Valencia an der Küste brachte. An einem ehemaligen

Haltepunkt unmittelbar an der Strecke blickt man verwundert auf eine große Schautafel, von der legendäre Hollywood-Größen herabschauen. Bei näherem Hinsehen kommt großes Staunen auf. Denn der Ort mitten im Wald an der Strecke Richtung Navaleno war Drehort des berühmten Film-Klassikers »Doktor Schiwago«.

— Die Tafeln legen Zeugnis darüber ab, dass die Eisenbahnstrecke als Drehort für einige Szenen mit dem sibirischen Zug des Doktors benutzt wurde – und das allerdings mitten im Sommer, der Schnee wurde damals durch weißen Marmorstaub auf Wachs imitiert, Omar Sharif musste also eher schwitzen als frieren. Regisseur David Lean drehte 1964 in Madrid und an diesem Gleis mitten im Wald nahe Soria, die Crew hatte natürlich keine Drehgenehmigung in der Sowjetunion für die Pasternak-Verfilmung bekommen.



Den giftigen Farbtupfer lässt man besser stehen.



Das mittelalterliche
Städtchen El Burgo
de Osma

— Wer nun ganz anders als Eremit Handke luxuriös unterkommen möchte, findet im mittelalterlichen Städtchen El Burgo de Osma ein hochklassiges Hotel mit Termal-Spa in einem alten Universitätsgebäude der Renaissance, das »Castilla Termal Burgo de Osma« mit etwa 70 Zimmern, dort lässt es sich in der Tat gut wohnen.

— Handke dagegen ließ seinen Erzähler in der »Jukebox« regelmäßig in einer unscheinbaren Bar in Soria an der Brücke über den Douro einkehren, der romantische Ort hieß »Alegria del puente«, übersetzt »die Freude der Brücke«, die Freude als Sehnsuchtsort existiert allerdings heute dort nicht mehr.

Gastronomisches Fest der Schweineschlachtung

In Burgo de Osma in Soria werden die Jornadas Rito-Gastronómicas de la Matanza zelebriert. Diese gastronomischen Tage sind eine alte, in vielen ländlichen Gebieten der Region verwurzelte Tradition, bei der sich die Familien um einen Tisch versammeln, um

ein Schwein zu schlachten. Dabei werden Schinken, Blutwürste, Chorizos und andere Wurstwaren in Handarbeit hergestellt und ein Tag der Geselligkeit und des Zusammenhalts erlebt.

jornadasdelamatanza.com

Tschechien: DER NEUE MOTORRAD-GUIDE



Foto: © iStock.com/Kesu01

Ob auf zwei, vier oder noch mehr Rädern. Tschechien bietet für alle, die gerne selbst fahren, eine bunte Palette individueller Roadtrips an. Insbesondere Motorradfans finden in Südböhmen ihr Kurvenglück. Entlang sanft ansteigender Hügel, schmalen Landstraßen und dichten Wäldern laden entlang der Strecke Dörfer und historische Städte zu den verschiedenen Stopps ein. Ein Highlight ist das Unesco-Welterbe Cesky Krumlov mit schönen Barockgebäuden und einem historischen Stadtkern. Im neuen Motorrad-Guide sind insgesamt für 1.051 Kilometer Routen zusammengestellt. Der Guide steht kostenlos als Download zur Verfügung.

visitczechia.com

Buchtipps

Mein Weg durch Himmel und Höllen

Nichts konnte sie von ihrem Lebenstraum abbringen: das Land zu erforschen, in das kaum ein Ausländer je einen Fuß gesetzt hatte. Sie durchquerte kurz nach dem Ersten Weltkrieg Tibet zu Fuß und erkundete das geheimnisvolle Lhasa, die für alle Fremden bei Todesstrafe verbotene Hauptstadt Tibets. Alexandra David-Néel, geboren 1868 bei Paris, studierte als erste Frau an der Sorbonne und am Institut für orientalische Sprachen. Ab 1888 verbrachte sie, unterbrochen von Lehraufträgen in Paris und Vortragsreisen, ihr Leben in Asien, vor allem in Indien und Tibet. Dort wurde sie als erste Europäerin in den Stand eines Lamas erhoben. Noch im Alter von hundert Jahren ließ Alexandra David-Néel vorsorglich ihren Reisepass verlängern. Sie starb 1969 im Alter von 101 Jahren. Alexandra David-Néel beeindruckt bis heute mit ihren Reiseerlebnissen. Die Forscherin und Abenteurerin erinnert bis heute mit ihrem Werk daran, welche tiefe Bedeutung

Reisen haben kann. Auch, wenn die heutigen Möglichkeiten in keinem Vergleich stehen.



Mein Weg durch Himmel und Höllen

Alexandra David-Néel

Fischer-Verlag, 320 Seiten, 17 Euro

Zu bestellen:

vh-buchshop.de

So schmeckt es in Sachsen

Gleich neun Restaurants wurden in diesem Jahr vom aktuellen Guide Michelin ausgezeichnet. Darunter das »Heiderand« in Dresden. Das Restaurant mit Küchenchef Martin Walter erhielt für seine »moderne, international inspirierte Küche« zum ersten Mal einen Stern. Wer nun auf den Geschmack gekommen ist, findet in dem Freistaat neben vielen regionalen Spezialitäten, leckere Biere, hervorragende Weine oder Delikatessen wie die Dresdner Eierschecke.

Die Stadt Chemnitz ist zudem bis Ende des Jahres als Kulturhauptstadt ein besonderer Anziehungspunkt für alle, die einen unstillbaren Appetit auf Kunst und Kultur haben.
sachsen-tourismus.de

**JETZT
KOSTENLOS**
lesen in unserer
DIGITHEK:
digithek.de/artifex



Tauchen Sie ein in mitreißende Reportagen zu Freizeit, Reisen, Genuss und vielen weiteren Themen, die die Zeit verschönern.



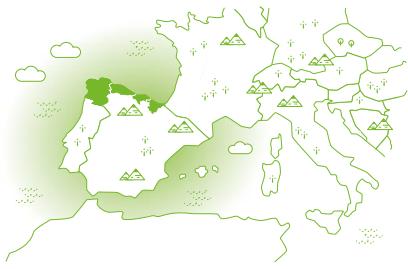
ARTIFEX -
Das Magazin für Handwerks-
Genießer und Entdecker





Scan the QR code and
discover Ecotourism
Grand Reserve.

reservaecoturista.com



ECOTOURISM GRAND RESERVE

greenspain

