



AUF OKZITANISCHEN WEGEN DURCH DAS VALLE MAIRA

Das Mairatal im Piemont lockt mit einem schmackhaften Versprechen: Versteckt zwischen den Bergen der Westalpen, lassen sich Natur- und Gaumengenuss vorzüglich miteinander verbinden.

Kennt ihr den Begriff „fare la scarpetta“? will Riccardo im Rifugio Campo Base von uns wissen. Gerade hatten wir die Sauce, die auf unseren Pasta-Tellern verblieben war, sorgsam mit einem Stück Weißbrot aufgetunkt. Der junge Piemontese, mit dem wir während des mehrgängigen Abendessens in der Berghütte ins Plaudern gekommen waren, grinst. Und vollführt eben jene Geste genussvoll selbst noch einmal, sodass wir nun alle drei vor nahezu blitzblank sauberem Porzellan sitzen.

Buchstäblich übersetzt „einen kleinen Schuh machen“ – eine sprachliche Kuriosität, die wir von nun an liebend gerne gebrauchen. Endlich können wir in passende italienische Worte fassen,

was wir während unserer zurückliegenden Wanderwoche bei so ziemlich jedem Abendessen im Valle Maira getan haben.

Valle Maira. Ganz im Südwesten des Alpenbogens führen, gewissermaßen „auf halber Höhe“, alte Wege rund um das piemontesische Tal. In Wanderkreisen bekannt ist dieses Wegenetzwerk seit den 1990er-Jahren als Percorsi Occitani, als Okzitanische Wege oder Mairatalweg. Über Jahrzehnte schon waren die abgelegenen Weiler des kleinen Tals noch stärker als andere ländliche Gegenden von der Abwanderung vor allem junger Einheimischer in die Städte betroffen, die kleinen Dörfer verfielen zunehmend. Die Idee, durch einen sanften Tourismus Menschen ins Tal zu locken, die das





„Bekannt ist das Wegenetzwerk seit den 1990er-Jahren als Percorsi Occitani, als Okzitanische Wege oder Mairatalweg.“

Wenige wie Großartige, das es hier gibt, zu schätzen wissen, hat seither den einen oder anderen Arbeitsplatz erhalten oder sogar zusätzlich geschaffen. Auch vielen alten Mauern ist inzwischen wieder neues Leben eingehaucht worden; einzelne Häuser und ganze Siedlungen sind heute behutsam in traditioneller Bauweise aus dunklem Stein und Holz restauriert.

Als „wild“ wird das Tal oft beschrieben, das Wort „üppig“ trifft das, was wir vorfinden, eher: Unterwegs in der zweiten Septemberhälfte, mäandern wir durch einst genutzte, inzwischen aber der Natur wieder überlassene Wälder. Wir gehen an Hängen entlang, die über und über von Brombeerbüschen überwuchert sind, hier und da findet sich noch eine dunkle Frucht. Dann wieder laufen wir auf Teppichen von Esskastanien. Und immer wieder entdecken wir – ach, was heißt das schon! – wir stolpern förmlich über riesige Steinpilze, über Unmengen von Birkenröhrlingen und andere bekappte Köstlichkeiten. Einfach so, direkt am Weg.

Schon allein beim Gedanken, was sich damit alles anfangen ließe, läuft mir das Wasser im Mund zusammen. Dass all die Delikatessen vielerorts einfach liegen- und stehenbleiben, hängt wohl auch damit zusammen, dass ihr Sammeln im Piemont wie auch sonst in Italien recht stark geregelt ist.

Mit einem „weinenden Auge“ sehen auch wir vom Einsammeln ab und arbeiten uns im Laufe der Tage allmählich das Tal hinauf: Auf weniger als 50 km Luftlinie erleben wir die fließenden Übergänge von dichten Eichen- und Kastanienwäldern auf sanften



Bergkuppen hin zu tiefen Schluchten mit senkrecht abfallenden Felswänden, über denen sich Lärchen allmählich herbstlich verfärben. Noch weiter oben sind die Bergweiden offen und weit.

Es ist Nachsaison, und überhaupt gilt das Tal nach wie vor als Geheimtipp. Unterwegs treffen wir entsprechend selten auf andere Menschen. In den kleinen Ortschaften sieht es häufig anders aus: Zur Mittagszeit finden sich mitunter überraschend viele zum gemeinsamen Essen im Gasthaus ein. Und auch abseits dieser Stunden erleben wir mancherorts ein fast schon quirliges Kommen und Gehen. Und sei es nur kurz auf einen Kaffee oder Wein im Stehen an der Bartheke, bevor es wieder an die Arbeit geht.

Wir beschränken uns in diesen Tagen derweil auf das Schauen und Hören und vor allem: auf das Gehen. Tatsächlich habe ich mit Letzterem anfangs einige Schwierigkeiten; eine ganze Weile suche ich meinen Flow. Zum Teil mag das am etwas instabilen Wetter liegen. Oder daran, dass die Wege von recht unterschiedlicher Gestalt sind – mal geht es über breite Straßen durch den Wald, mal über schmale Pfade um eine Felsnase und entlang abschüssiger Hänge. Und sicher treibt mich auch eine ganz grundlegende Frage um: Einer der vier Füße, auf die wir uns bei unserer gemeinsamen Wanderung verlassen, ist lädiert. Umgeknickt und geschwollen. Also ist besonders behutsames Gehen angesagt. Werden wir unser Ziel am Talschluss tatsächlich erreichen?

Tag vier hält gleich mehrere Überraschungen bereit: In der Morgendämmerung werde ich wach. Da ist ein Geräusch, das ich

zunächst nicht so recht zuordnen kann. Doch dann habe ich eine Vermutung. Ich schlüpfte aus dem Bett und in meine Flipflops, gehe leise die kleine Treppe hinunter und öffne die Tür unseres Zimmers. Der taufrische Tag in Camoglieres empfängt mich, untermalt vom Röhren mehrerer Hirsche. Woher genau die sonoren Laute kommen, lässt sich nicht mit absoluter Gewissheit sagen. Mal klingt es, als stünden die Tiere direkt hinter der Siedlung am Berg. Dann wieder, als würde der Klang von den gegenüberliegenden Hängen hinübergetragen. Vor allem aber scheint es, als würden beide Talseiten auf geheimnisvolle Weise miteinander kommunizieren.

Später am Tag steigen wir über einen so schmalen wie alten Pfad zum Santuario di Santa Maria di Morinesio hinauf, eine Wallfahrtskirche in fantastischer Lage. Die schon leicht angezuckerten Berge der anderen Talseite bilden dabei eine beeindruckende Kulisse.

Schon jetzt ist klar: Auch diese andere Seite des Tals müssen wir kennenlernen, so bald wie möglich. Wir wollen weiter Höhe gewinnen in alpinem Gelände und über die Gardetta-Hochebene schlendern, wir wollen nochmals eintauchen in die tieferen Lagen, ebenso wie in die hiesigen kulinarischen Genüsse.

„Perché ci sono le montagne?“ – „Warum gibt es Berge?“, fragte wenige Tage zuvor ein Schriftzug an einem Turiner Museum. Vielleicht ja, um sich tagsüber stets aufs Neue ausreichend Appetit für die köstlichen, opulenten okzitanischen Mehr-Gänge-Menüs anzulassen. Im Valle Maira ist das essenziell. **Nadine Ormo**

© Nadine Ormo

© Nadine Ormo



OHNE GEPÄCK

Einen tollen Service bietet im Valle Maira der Sherpabus: Vorab fest vereinbart oder auch komplett flexibel und nur für einzelne Strecken, ermöglicht er gepäckfreies Wandern. Auch einen Tag auszusetzen und trotzdem eine Etappe weiterzukommen (beispielsweise mit der Wandergruppe), ist möglich. Einzige Voraussetzung: spätestens am Vorabend Bescheid geben. www.percorsioccitani.com/percorsi-occitani-sherpabus

Okzitanische Wege – bestens ausgeschildert (o. l.); tief eingeschnittene Seitentäler und verborgene Dörfer kennzeichnen die Region (o. r.). Vorige Seite: Wasser auffüllen am Brunnen von Centenero



VALLE MAIRA

Start und Ziel // Dronero (oder andere Orte)

Länge // Etwa 180 km lassen sich in zwei Wochen gut laufen, dabei hat man die Wahl aus 26 Etappenstützpunkten.

Anreise // Mit der Bahn über Turin bis Cuneo, von dort Bus nach Dronero oder weiter ins Tal hinein

Beste Jahreszeit // Für die niedriger gelegenen Etappen Spätfrühling und Frühherbst; für den Alpineteil der Sommer (dabei die vergleichsweise kurzen Öffnungszeiten der Hütten beachten)

Übernachtung // Jeweils als Etappenstützpunkt (*posto tappa*) fungieren zumeist Berghütten/Rifugios und einfache oder komfortablere Gasthäuser.

Ausrüstung // Wanderstöcke sind sehr empfehlenswert.

Karten // Topografische Karte „Valle Maira dei sentieri“ von L'Escursionista im Maßstab 1:25 000

Mehr Infos // www.wandern-piemonte.it



WAS NOCH BESONDERE LECKERBISSEN

UNTERWEGS MIT DEM RAD

Was darf's denn sein: auf einer technisch einfachen Tour entspannt die Ausblicke auf die Poebene sowie auf die Hügel am Talanfang und die Gipfel am Talschluss genießen, dabei immer auch ein Auge auf die alten Kirchen und kleinen Gassen? Oder doch lieber hochalpin und auf schmalen Wegen unterwegs, immer wieder die eigene Geschicklichkeit und das persönliche Können auslotend? Ganz gleich, ob es nur eine mehrstündige oder aber eine mehrtägige Strecke sein soll – das Valle Maira lässt sich auch auf zwei Rädern ziemlich gut erkunden. Bei Bedarf auch in Begleitung eines deutschsprachigen Guides, der die Region wie seine Westentasche kennt und den Draht zu den Einheimischen hat. www.piemontebox.com/tours

KULTUR IM VALLE MAIRA ERLEBEN

Die Identität des Mairatals ist stark vom Okzitanischen geprägt. Historisch reicht diese Kultur- und Sprachregion vom äußersten Norden der katalanischen Pyrenäen über Südfrankreich bis in die Westalpentäler des Piemont. Teilweise wird im Valle Maira noch heute Okzitanisch gesprochen. Sehr empfehlenswert, um tiefer in die okzitanische Geschichte einzutauchen, ist ein Besuch im Museum Sòn de Lenga, das dem okzitanischen Kulturzentrum Espaci Occitan in Dronero angeschlossen ist. Die Ausstellungsinhalte gibt es neben Italienisch und Okzitanisch teils auch auf Englisch. Unterwegs im Tal trifft man immer wieder auf Bildstöcke, Kapellen und Kirchen – die bedeutendste von ihnen steht in Elva, ausgemalt mit opulenten Fresken. Außerdem interessant, um dem früheren Leben im Tal näherzukommen: kleine Ausstellungen wie die im Haarmuseum in Elva sowie das Sardellenhändler-Museum in Celle di Macra. www.espaci-occitan.org

SICH DURCHS TAL SCHLEMMEN

Kultur erleben heißt im Valle Maira vor allem immer auch: außergewöhnlich gut essen. Ganz gleich, ob es allgemein die herausragende piemontesische Küche oder speziell die okzitanische Küche ist. Bei Einheimischen besonders beliebt ist die Locanda Ca' Bianca in Roccabruna; in San Damiano Macra wiederum das Restaurant des Agriturismo Lo Puy, mit vielen auf dem Hof erzeugten Produkten. Zu den Spezialitäten, die im Tal probiert werden wollen, gehören: Bagna Càuda, eine warme Sauce aus Knoblauch, Sardellen und Olivenöl, in die Gemüse gedippt wird. Gehaltvolle Tajarin (die piemontesische, dünne Variation der Tagliatelle), außerdem die Gnocchi-Abwandlung Ravioles mit gebräunter Butter. Für den süßen Zahn wiederum: Bonet, das Dessert aus dem Piemont schlechthin. Alles hausgemacht, versteht sich. www.locandacabianca.it
www.lopuyvallemaira.it



Sportlich, sportlich, wer das Valle Maira mit dem Rad erkundet (o.); in der prächtig ausgestalteten Kirche von Elva (u.l.); Probieren geht über Studieren, im Piemont sowieso (u.r.). Vorige Seite: Kleine Kulturpause – von der Kirche von Elva zum Haarmuseum sind es nur ein paar Schritte.