

Das Provence-Lesebuch

Impressionen und Rezepte aus dem Land des Lichts

Zu diesem Buch

Die Vielfalt der Aromen ist betörend. Rosmarin und Thymian mischen sich mit wildem Knoblauch, und dann, unvermittelt, erobert Lavendelduft die laue Luft. Stürmisch breitet sein würziges Parfum sich aus und betört die Sinne. Alte Platanen spenden lichten Schatten, malerische Dörfer locken mit quirlig-bunten Märkten. Hier gibt es die bezauberndsten Dinge, Kunsthandwerk und Kräuter, Lavendelhonig und handgeschöpfte Seifen, köstlichen Wein, edles Olivenöl, Käse, Salami und frisches Brot. Mediterrane Wärme und heitere Gelassenheit bestimmen das Leben – wir sind in der Provence, dem Land des Lichts. Dort, wo die Magie des Südens mit dem Charme und der Lebenskunst Frankreichs verschmilzt. Wo die farbenprächtigen Spiele des Lichts, die verwunschenen Weiler, der Zauber der Natur und der Gesang der Zikaden das Herz umschmeicheln und man spürt: Das Leben ist schön.

Almut Irmischer wurde in Wuppertal geboren und wuchs im grauen Mönchengladbach der Siebzigerjahre auf. Heute lebt sie mit ihrem Mann und drei Kindern im Bergischen Land. Ihre Reisebücher erzählen von Land und Leuten, von Spezialitäten und Besonderheiten. Es sind Reiseerlebnisse für alle Sinne.

Taschenbuchausgabe, 1. Auflage Juni 2014

© 2014 Almut Irmischer, Nümbrecht

www.almutirmscher.de

Covergestaltung und Titelbild: © Dennis Irmischer, Wiehl

ISBN-10: 1500305596

ISBN-13: 978-1500305598

Almut Irmscher

DAS PROVENCE-LESEBUCH

Impressionen und Rezepte
aus dem Land des Lichts

INHALT

Einführung	9
Auf der Suche nach dem Parfum – Grasse	11
<i>Orangenbrot aus Grasse</i>	15
Gipfel der Individualisten – Mont Ventoux	17
<i>Kürbissuppe mit Trüffeln</i>	22
Wie Gott in Frankreich – das Essen in der Provence	23
<i>Ratatouille</i>	30
Der Playboy und das Sexsymbol – Sommer in Saint-Tropez	31
<i>Champagnersorbet</i>	36
Im Rausch der Farben – die Ockerfelsen von Roussillon und Rustrel	37
<i>Tapenade</i>	42
Von Streiterei und Freudenfesten – Avignon	43
<i>Papeton d'aubergine – eine Terrine aus Avignon</i>	47
Auf dem Weg ins Licht – van Gogh in der Provence ..	49
<i>Gefüllte Zucchini Blüten</i>	54
Die Blüte der Provinz – vom guten Leben in Vaison-la-Romaine	56
<i>Kichererbsen-Tomaten-Salat</i>	60
Bon marché? – Die Märkte der Provence	61
<i>Dorade grillé provençale – gegrillte Dorade nach provenzalischer Art</i>	66
Wildleben mit Mücke – die Camargue	67
<i>Bœuf Gardiane</i>	73

Der Schädel und das Horoskop –	
die Geschichte des Nostradamus.....	74
<i>Vin d'orange - Orangenwein</i>	<i>80</i>
Ein Märchen mit traurigem Ende – Marseille.....	81
<i>Bouillabaisse</i>	<i>87</i>
Der mit dem Ball tanzt – Zinédine Zidane	90
<i>Crème Brûlée au safran.....</i>	<i>94</i>
Ein rauschendes Fest – die Zeit der Lavendelblüte	95
<i>Truffes d'orange - Orangerüffel</i>	<i>99</i>
Felsen, Dichter und geheimnisvolle Höhlen –	
von Marseille nach Toulon.....	101
<i>Poulet à Bandol – Hähnchen Bandol</i>	<i>106</i>
Die Herde des Geryon – Besuch in Les Baux	107
<i>Gâteau à la lavande – Lavendelkuchen</i>	<i>112</i>
Traumstraßen der Côte d'Azur – die Corniches	113
<i>Salade niçoise.....</i>	<i>118</i>
Berg der Blitze –	
die Naturwunder des Parc National de Mercantour.....	119
<i>Legumes des jardins de Provence –</i>	
<i>Gemüse aus den Gärten der Provence.....</i>	<i>122</i>
Vom Mut, den Apfel zu essen –	
eine Kinderrechtlerin in der Provence.....	123
<i>Biscuits aux fleurs de lavande - Lavendelblütenplätzchen.....</i>	<i>129</i>
Wasser Marsch! – Von der Baukunst der Aquädukte.....	130
<i>Aioli.....</i>	<i>134</i>
Am Zenit des Glamours –	
die Filmfestspiele von Cannes.....	135

<i>Îles flottantes – schwimmende Inseln</i>	140
Der Grand Canyon von Europa –	
les Gorges du Verdon	141
<i>Quiche provençale</i>	146
Vom Siegeszug der Liebeslieder – die Troubadoure ...	147
<i>Soupe aux fèves de Marseille – Bohnensuppe aus Marseille</i>	151
Heilkräfte und Blütenpracht –	
die Gärten von Salagon	152
<i>Piston</i>	155
Nietzsche, Kakteen und Luxushotels – Èze	156
<i>Confiture de Melon - Melonenmarmelade</i>	160
Begegnung mit der Belle Époque –	
das Hotel Negresco	161
<i>Pissaladière</i>	166
Eine spektakuläre Sichtung –	
UFOs über der Provence!	167
<i>Nougat provençale</i>	170
Die Prinzessin und die Millionäre –	
Ausflug nach Monaco	172
<i>Barbajuan – Teigtaschen aus Monaco</i>	178
Bücher, Fische und Platanen –	
drei Freunde aus Aix-en-Provence	179
<i>Calissons d'Aix</i>	185
Auf dem Weg in die Zukunft – Iter	186
<i>Les crevettes à Pernod – Garnelen in Pernod</i>	192
Der schreiende Baum – vom Lied der Zikaden	193
<i>Lammkeule in der Salzkruste</i>	197

Summer of Seventy-One – Exile on Côte d’Azur.....	199
<i>Loup de mer provençale – Seewolf auf provenzalische Art</i>	<i>205</i>
Explosion der Farben – Künstler im Licht der Provence.....	206
<i>Clafoutis de cerise – Kirsch-Clafoutis.....</i>	<i>210</i>
Das letzte Wort	212
Stichwortverzeichnis.....	216
Weiterführende Links.....	213

Fotos aus der Provence

finden Sie online im Fotoalbum auf
www.almutirmscher.de

EINFÜHRUNG

Die Provence! Haben Sie auch gleich das Bild eines lila leuchtenden Lavendelfeldes vor Augen? Erklingt in Ihrer Fantasie der alte melancholische Schlager von Nana Mouskouri? Fühlen Sie die Wärme der südlichen Sonne und sehen Sie den alten Bauern mit Rotwein, Baguette und schmackhaftem Käse? Es ist das typische Provence-Klischee, das wir vor Augen haben.

Aber unsere Vorstellung ist ein bisschen mager. Denn die Provence ist weit mehr als nur das. In Wirklichkeit reden wir von einem beachtlich großen Gebiet im Südosten von Frankreich, etwas größer als Belgien und fast so groß wie Nordrhein-Westfalen. Es ist die Region Provence-Alpes-Côte d'Azur, und sie ist so vielseitig, wie dieser Name schon vermuten lässt. Da gibt es das Rhonedelta und die endlosen Schilfwälder der Camargue, da gibt es die noble Küstenregion der Côte d'Azur, die hohen Gipfel der Alpen und die gewaltige Schlucht des Grand Canyon du Verdon, da gibt es so unterschiedliche Städte wie das quirlige Marseille und das glamouröse Cannes. Könnte es noch bunter zugehen?

Die Provence ist eine Landschaft für die Sinne. Ihre prächtigen Farben schmeicheln dem Auge, die südliche Sonne wärmt die Haut – zumindest im Sommer, denn zur Winterzeit wird es hier ganz schön kalt. Der Gesang der Zikaden betört das Ohr, die Aromen der Kräuter bezirzen

die Nase – Rosmarin, Thymian, Lavendel sind allgegenwärtig. Kein Wunder, dass Grasse, die alte Welthauptstadt des Parfums, in dieser Landschaft liegt.

Die Küche der Provence schöpft aus dem Vollen. Im Klima dieser Region gedeiht das Gemüse prächtig, pralle Auberginen, aromatische Tomaten, zarte Zucchini, saftige Paprika. Dazu gibt es kostbare Trüffel, würziges Olivenöl, köstlichen Wein und die berühmten Kräuter der Provence. Was man damit alles anstellen kann, verraten die Rezepte, die Sie jeweils im Anschluss an die einzelnen Kapitel finden. Zaubern Sie sich damit den Geschmack der Provence in Ihre heimische Küche!

Dieses Buch erzählt von der Provence und ihren Besonderheiten. Die einzelnen Geschichten greifen provenzalische Themen auf und lassen Sie in die besondere Atmosphäre dieses Landes eintauchen. Sie sollen Ihnen einen umfassenden Eindruck vermitteln, ohne dabei den Anspruch auf die Vollständigkeit eines gewöhnlichen Reiseführers zu haben. Auflistungen von Adressen, Daten und Fakten suchen Sie hier vergeblich. Stattdessen finden Sie unterhaltsame Impressionen und einen lebendigen Bilderbogen. Ein paar weiterführende Links helfen Ihnen bei Ihrer individuellen Reiseplanung, und auf

www.almutirmscher.de

erwartet Sie ein Fotoalbum mit vielen schönen Aufnahmen aus der Provence. Willkommen im blühenden Land des Lichts – Bienvenue en Provence!

AUF DER SUCHE NACH DEM PARFUM – GRASSE

Beginnen wir da, wohin unser erster Gedanke ging: im Lavendelfeld. Vor Jahren fuhr ich nach Grasse, der Welthauptstadt des Parfums, um in Aromen und Düften zu schwelgen. Die Stadt müsse ein einziges wogendes Meer aus Lavendel sein, so hatte ich es mir vorgestellt. Hübsche kleine Häuser, in denen glückliche Menschen leben, umgeben von Lavendelfeldern. Aber die Realität sah ganz anders aus.

Nicht nur, dass ich Grasse nicht so reizvoll fand, wie ich es mir vorgestellt hatte. Ich entdeckte auch kein einziges der lilastrahlenden Felder, die ich mir erträumt hatte. Die Französin, die ich dann in einem Parfumladen danach fragte, schüttelte nur den Kopf und sah mich verständnislos an. Dann machte sie eine ausholende Armbewegung und wies nach links: „Zweihundertfünfzig Kilometer in diese Richtung“, sagte sie. Sie wird sich über die blöde Touristin gewundert haben. Und tatsächlich hatte ich damals noch keine Ahnung.

Grasse liegt in etwa dreihundert Metern Höhe zwanzig Kilometer nördlich von Cannes. Tatsächlich war die Stadt ehemals von Blumenfeldern umgeben, da blühten außer Lavendel auch Rosen, Orangen, Jasmin und zahllose andere duftende Blumen. Doch heute ist es wirtschaftlicher, diese Blüten aus der Türkei, aus Indien oder aus Marokko zu importieren. Lediglich die *Mairose Centifolia* verströmt

noch ihren betörenden Duft in der Gegend von Grasse, sechs Wochen lang im Frühjahr. Bis zu hundert Kilo Rosenblüten werden dann jeden Tag geerntet, um zu kostbarer Essenz weiterverarbeitet zu werden. Es ist der Duft dieser Blume, der zum Beispiel Chanel's legendärem No. 5 seine betörende Note verleiht. Chanel No. 5 ist eines der Aushängeschilder von Grasse, denn es wurde hier kreiert.

Doch nicht immer war Grasse die Hauptstadt süßer Düfte. Es waren eher würzig-herbe Aromen, die die Atmosphäre der Stadt bis ins 17. Jahrhundert hinein dominierten. Denn Grasse war eine Metropole der Gerberei. Der Grund dafür, dass sich dieses Handwerk hier ansiedelte, ist das an den südlichen Ausläufern der Alpen überreichlich fließende Wasser. Das feine Leder, das man in Grasse herstellte, wurde zu Gürteln, Taschen, Schuhwerk und Handschuhen weiterverarbeitet.

Während der Epoche des Barock kam dann in der feinen Gesellschaft die Mode auf, sich die Handschuhe zu parfümieren. Die Handschuhmacher aus Grasse begannen, Blütensaft zu extrahieren, um ihre Produkte schon köstlich parfümiert auf den Markt zu bringen. Die Mode ging, die Fertigung von Handschuhen verlagerte sich hin zu anderen Orten. Doch das Parfum blieb. Man spezialisierte sich in Grasse auf die Herstellung edler Salben, Seifen und Parfums. Denn eine gute Versorgung mit Wasser dient auch dem Pflanzenwuchs. Und nicht nur damit hatte Grasse optimale Voraussetzung für den Anbau von Blumen

aller Art. Das Klima im Hinterland der Côte d’Azur ist ausgesprochen freundlich, es gibt den Luxus von dreihundert Sonnentagen pro Jahr.

Die hochspezialisierten Experten von Grasse genießen Weltruf. Niemand beherrscht die Kunst der Duftstoffgewinnung so wie sie. Jahr für Jahr extrahieren sie die kostbaren Essenzen aus zehntausend Tonnen unterschiedlichster Blüten, sie beliefern nicht nur Parfumhersteller weltweit, sondern auch die Kosmetikindustrie und Produzenten von Waschmitteln, Geschmacks- und Aromastoffen.

Und selbstverständlich komponieren sie auch exquisite Düfte. Es gibt an die vierzig Parfumhersteller in Grasse, die bekanntesten davon sind Fragonard, Molinard und Galimard. In der Altstadt von Grasse verkaufen sie die Produkte ihrer Kunst, manche öffnen auch die Tore ihrer Manufakturen für Besucher oder bieten wie Molinard sogar Kurse zur Parfumherstellung an.

Die Schüler dürfen dabei ihren eigenen Duft kreieren. Sie lernen zunächst, was Kopfnote, Basisnote und Fußnote eines Parfums ausmacht und können dann ganz nach ihrer persönlichen Vorliebe verschiedene Essenzen mischen. Dazu gibt es reihenweise Gläser mit farbigen Flüssigkeiten, Messbecher, Pipetten und Papierstreifen, die zur Verkostung des Duftes dienen. Nun heißt es, die Augen schließen und allein den Duft auf sich wirken lassen. Rose? Zitrone? Verbene? Manche Extrakte riechen eher abstoßend, Neroliöl und Moschus für sich genommen stinken

sogar richtiggehend. Doch die exakte Dosis in der geeigneten Kombination, das ist es, was den Zauber eines Parfums bewirkt.

Wer das Erlernte vertiefen möchte, kann im Anschluss das weltweit einzige Parfummuseum besuchen. Hier erfährt man, welche komplizierten Verfahren zur Gewinnung der Duftextrakte angewendet werden. Man presst die Schalen oder destilliert die Blüten, man tränkt sie in Fett, um damit ihre Duftessenz zu extrahieren. Das Museum zeigt eine Sinfonie von Kupferbottichen, Glaszylindern, Handpressen, Destillen und kunstvollen Flakons.

Spätestens jetzt gewinnt man eine Vorstellung davon, was ein Parfümeur leisten muss. Man nennt ihn nicht umsonst auch einfach nur „Nase“. Ein Profi kann bis zu dreitausend Gerüche auseinanderhalten, präzise erkennen und gekonnt miteinander kombinieren. Er muss wissen, welche Düfte miteinander harmonieren und welche Symbiosen sie miteinander eingehen, wenn man sie mischt. Das schaffen weltweit nur um die tausend Personen, fünfzig der besten davon leben in Grasse.

Zweifelsohne hat Grasse bessere Tage erlebt. Die Stadt duftet an den meisten Stellen nach allem Möglichen, aber nicht nach Parfum. Die Altstadt von Grasse ist eng, dicht zusammengepfercht reihen sich die Häuser am Hang entlang aufwärts. Oft sind die Häuserschluchten nur wenige Meter breit, kein Sonnenstrahl dringt in ihre Tiefen. Diese Wohnlagen sind heutzutage nicht mehr besonders begehrt,

Folge ist, dass die Häuser heruntergekommen sind oder gleich ganz leer stehen. Überall bröckelt der braungraue Putz, in den Ecken sammelt sich der Schmutz. Nicht gerade ein Aushängeschild für die Stadt der Düfte, in die die Touristen mit ganz anderen Erwartungen strömen. Spätestens seit Süskinds Bestseller „Das Parfum“ ist Grasse nämlich in ihr Visier gerückt. Sie kommen, um ein Paradies für die Sinne zu erleben, und sie finden morbiden Verfall. Inzwischen haben die Stadtväter wohl bemerkt, dass man dagegenhalten muss, denn man hat begonnen, die Altstadt zu sanieren. Die Häuser erstrahlen in frischem Putz, Blumenampeln zaubern neuen Charme in die Stadt der Blüten.

Und spätestens, wenn wie jedes Jahr im Mai die „Expo Rose“ stattfindet, versöhnt man sich mit Grasse. Dann verwandelt sich Grasse in ein Meer aus prachtvollen Rosen aller Art und versinkt tief in ihrem wollüstigen, schwülsüßen Parfum. Grasse ist eben doch die Welthauptstadt des Parfums.

LA FOUGASSETTE – ORANGENBROT AUS GRASSE

Zutaten: 500 g Mehl, 50 ml Olivenöl, 1 El süßer Senf, 50 g Zucker, 3 Eier, 50 g Hefe, 10 cl Orangenblütenöl, 1 unbehandelte Orange, 10 g Salz, 300 ml lauwarmes Wasser, Mehl zum Einstäuben, Olivenöl zum Einfetten, ein Wasserzerstäuber

Zubereitung: Zunächst einen „Vorteig“ herstellen. Dazu 100 g Mehl, den Zucker und 150 ml lauwarmes Wasser mit der Hefe gut vermischen. Den Teig in einer Schüssel mit einem Geschirrtuch abdecken und 40 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, sodass das Volumen sich verdoppelt.

Die Orange waschen und mit dem Zestenschneider die Schale abschälen (nicht das Weiße verwenden, weil das bitter schmeckt). Die Schale fein hacken und die Orange auspressen.

Das restliche Mehl auf eine Arbeitsfläche streuen, in die Mitte eine Mulde drücken. Die Eier hineinschlagen, Salz, Orangenblütenöl und Senf dazugeben.

Den Vorteig durchkneten, das Olivenöl einarbeiten und auf die Masse auf der Arbeitsplatte geben. Nun mit und mit alle Zutaten miteinander verkneten, dabei so viel lauwarmes Wasser zugeben, bis ein feuchter, lockerer Teig entstanden ist. Mindestens fünf Minuten lang kräftig weiterkneten. Dann in eine Schüssel geben und erneut abgedeckt 40 Minuten lang gehen lassen.

Den Backofen auf 230°C vorheizen. Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben, den Teig darauf zusammenschlagen und erneut durchkneten. Dann ca. 1 cm dick ausrollen, in Quadrate von ca. 10 cm Seitenlänge schneiden, in die Mitte jeweils etwas Orangensaft träufeln und ein paar Orangenschalen daraufstreuen. Jeweils zwei Quadrate aufeinanderlegen und an den Seiten festdrücken.

Ein Backblech mit Olivenöl einstreichen, die Fladen darauflegen und mit etwas Olivenöl bepinseln. Mit Geschirrtüchern abdecken und 30 Minuten lang ruhen lassen. Dann in den Ofen geben, und mit dem Wasserbestäuber kurz in den Ofen sprühen. 25 Minuten lang goldbraun backen. Fünf Minuten vor Ende der Backzeit noch einmal rasch mit dem Wasserbestäuber in den Ofen sprühen. Dadurch wird die Kruste knusprig.

Die Fladen aus dem Ofen nehmen, noch einmal mit Olivenöl bestreichen und auf einem Rost abkühlen lassen.

GIPFEL DER INDIVIDUALISTEN – MONT VENTOUX

Schneeweiß ragt seine Kuppe majestätisch in den Himmel. Kommt man aus Richtung der Ebene von Avignon, wirkt er wie ein Wesen aus einer anderen Welt – eben noch war man am Meer, und plötzlich erhebt sich ein kolossaler Berg ganze 1.912 Meter in die Höhe! Eben noch empfand man die Wärme fast schon als drückend, woher kommt jetzt der schneebedeckte Berg mitten im Hochsommer?

Da gibt es nur eins: Hinauffahren und es selbst herausfinden. Zu verlockend ist die Vorstellung, nach der Gluthitze mal kurz die Füße in frischen Schnee zu stecken! Die Südseite des Berges zieht sich relativ sanft empor, eine schmale Straße führt nach oben. Nichts wie hinauf!

Und kaum begibt man sich auf diese Straße, sind sie wie emsige Insekten auf einer Ameisenstraße überall: unzählige Fahrradfahrer! Wie von einem geheimnisvollen Magneten angezogen strampeln sie bergauf, unaufhaltsam, unbeirrbar. Oder sie kommen mir auf der Gegenfahrbahn entgegen, lassen sich mit Höchstgeschwindigkeit in Richtung Tal rollen, die Gesichter teils gelöst und entspannt, teils scheinbar entrückt in eine mir fremde Welt höchster sportlicher Triumphe. Was geht hier vor?

Ich bin am Mont Ventoux. Früher war er der heilige Berg der Kelten, und der italienische Literat Francesco Petrarca machte ihn berühmt, als er ihn im 14. Jahrhundert

bestieg. Petrarca war so überwältigt von dem spektakulären Panorama, das sich ihm auf dem Gipfel bot, dass er seine philosophische Haltung fortan radikal änderte – fort von mittelalterlicher Abstraktion, mit der die diesseitige Welt nur als üble, aber notwendige Zwischenstation auf dem Weg ins ewige Leben betrachtet wird, hin zur individuellen Empfindung und zum subjektiven Naturerlebnis. Das ist spektakulärer, als es zunächst erscheinen mag, denn es bedeutete eine völlig neue und zur damaligen Zeit exotische Sichtweise: die Empfindung der Schönheit der Natur als reiner Selbstzweck. Diese gewaltige Veränderung gilt heute als kulturhistorischer Schlüsselmoment auf dem Weg Europas vom Mittelalter in die Neuzeit. Und ganz nebenbei gilt Petrarca seitdem auch als der Vater aller Bergsteiger.

Es muss wohl ein vergleichbares individuelles Erlebnis sein, das die Radfahrer dazu anspornt, den 21 Kilometer langen Weg von Bédoin im Südwesten des Berges oder den etwas längeren vom östlich gelegenen Sault anzutreten und aufwärts zu strampeln. 1.600 Höhenmeter liegen vor ihnen und durchschnittliche 7,6 Prozent Steigung. Seit mehr als sechzig Jahren ist diese Strecke immer wieder ein Teilabschnitt der Tour de France. Der Mont Ventoux gilt sogar als einer der legendärsten Streckenabschnitte. Denn er ist eine wahrhaftige Herausforderung.

Der Mont Ventoux hat nämlich nicht nur einen langen und qualvollen Aufstieg zu bieten. Seine schneeweiße Kuppe ist tatsächlich oft bis in den Mai hinein

verschneit, aber jetzt im Sommer ist es kein Schnee, der sie erstrahlen lässt, es ist das blankliegende Kalkgestein, aus dem der Gipfel besteht. In der Zeit vor der Französischen Revolution haben die Menschen diesen ehemals dicht bewaldeten Berg gerodet, um aus dem Holz Schiffe für die gewaltige Flotte des Ancien Régime zu bauen. Im unteren Bereich des Berges wurde der Wald wieder aufgeforstet, doch im Bereich des Gipfels hatte die Erosion mit Wind und Wetter dem Erdreich keine Chance gelassen: Der Gipfel verkarstete. Kein Baum findet hier mehr nahrhaften Boden, der ihm sein Wachstum ermöglichen würde.

Und so ragt er nackt und weiß in den strahlend blauen Himmel, stets mehr oder weniger heftig vom Wind umweht. Es ist der Mistral, der den Gipfel das ganze Jahr hindurch mit kräftigen, eisigen Böen peinigt. Dieser kalte Fallwind jagt aus nordwestlicher Richtung von Irland und Schottland her kommend das Rhôneetal entlang. Und er ist es, den die Radfahrer am Mont Ventoux am meisten fürchten. Denn auch bei großer Sommerhitze ist am Gipfel mit eisigem Sturmwind zu rechnen.

Deshalb fordert der Berg seine Opfer. 1955 fiel ein Rennfahrer vor Erschöpfung in Ohnmacht und konnte nur mit Mühe gerettet werden, 1967 brach ein englischer Radrennfahrer am Gipfel tot zusammen, und Radlegende Eddy Merckx musste drei Jahre später mit Sauerstoff beatmet werden, weil er nach seinem Etappensieg einen Schwächeanfall erlitt. Jedes Jahr gibt es unter den Radamateuren zahl-

reiche Tote durch Unfälle oder Überschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit.

Da wäre es vielleicht angenehmer gewesen, an den Autorennen teilzunehmen, die seit 1900 auf der Strecke stattfanden. Wenn man die engen Kurven selbst einmal hinaufgefahren ist, ahnt man, welcher Herausforderung sich Autorennfahrer hier stellten. Seit 1977 werden diese Rennen nicht mehr bis zum Gipfel hin ausgetragen sondern enden am Chalet Reynard, einem Bergrestaurant in 1.440 Metern Höhe. Und seit 1990 gehört der Mont Ventoux zum Biosphärenreservat der UNESCO, um seine Pflanzenvielfalt zu schützen. Wer mit dem Moto-Cross oder Quad im Naturreservat erwischt wird, dessen Fahrzeug wird beschlagnahmt. Bleiben wir also auf der Straße!

Endlich oben angekommen eröffnet sich Petrarcas Panorama. Und spätestens jetzt versteht man die Überwältigung des Dichters! Im Nordosten eröffnet sich der grandiose Blick über die Gipfel der Alpen, im Südwesten flirrt die Hitze über den grünen Tälern der Provence, und im Hintergrund glitzert das Meer. Bei klarem Wetter kann man in der Ferne sogar die höchsten Spitzen der Pyrenäen erkennen. Der schneeweiße, kahle Untergrund gleißt fast überirdisch vor dieser Szenerie.

Die Straße zieht sich ein Stück weit über dem Grat entlang, das ist der von Radfahrern gefürchtete „Sattel der Stürme“. Oben gibt es ein Observatorium, Sendeanlagen und eine Jausenstation für erschöpfte Radfahrer und

Autotouristen. Es gibt auch Stände mit provenzalischen Spezialitäten zu astronomischen Preisen.

Auf der Weiterfahrt über die Nordseite des Berges geht es durch blühende Wiesen mit atemberaubender Blumenvielfalt wieder hinab in die Waldregionen. In den Wäldern der Nordseite gedeihen hochbegehrte Trüffel, die die Speisekarten der Restaurants im Tal bereichern. Hinunter geht es auf einer 21 Kilometer langen Strecke nach Malaucène, wo Petrarca nach seiner Gipfelbesteigung im Jahre 1336 übernachtete und das Erlebte auf sich wirken ließ. Er hatte weder Fahrrad noch Auto, und noch heute tun die wahren Genießer es ihm gleich. Schöne Wanderwege führen durch die Wälder hinauf auf den kegelförmigen Gipfel, in dem die Kelten den Palast eines Windgottes vermuteten. Zahlreiche Artefakte, die man auf dem Berg fand, erzählen davon. So war es nicht Petrarca, der den Berg als erster bestieg, die Kelten kannten den erhabenen Blick vom Gipfel schon lange vor ihm. Wer kann es ihnen verdenken, dass sie darin die Göttlichkeit zu erkennen glaubten?

**VELOUTÉ DE POTIRON AUX TRUFFES –
KÜRBISSUPPE MIT TRÜFFELN**

Zutaten für 4 Personen: 1 nicht zu großer Hokkaido-Kürbis (ca. 1 kg), 100 g Butter, 250 g Crème fraîche, 200 ml milder Weißwein, 80 g schwarze Trüffel, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Den Kürbis waschen, teilen und die Kerne entfernen. Dann grob in Stücke schneiden. Hokkaido-Kürbis braucht nicht geschält zu werden.

Die Kürbisstücke zusammen mit dem Weißwein in einem Topf aufkochen, dann die Hitze reduzieren und 10 Minuten lang köcheln lassen. Danach mit dem Passierstab zerkleinern. Butter und Crème fraîche unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Trüffel trocken abbürsten und hobeln. Die Hälfte der Hobel unter die Suppe heben und bei ganz geringer Hitze 5 Minuten lang ziehen lassen, dabei auf keinen Fall kochen.

Auf Tellern anrichten und mit den restlichen Trüffelbobeln bestreuen. Mit frischem Baguette servieren.

WIE GOTT IN FRANKREICH – DAS ESSEN IN DER PROVENCE

Nun werde ich schwelgen wie Gott in Frankreich – so dachte ich, als ich mich auf der Terrasse des kleinen Restaurants unter einer ausladenden alten Platane niederließ. Die Spätnachmittagssonne verzauberte die Szenerie mit ihrem warmen Licht, wohlige Entspannung und südländische Leichtigkeit lagen in der Luft. Zwar irritierte mich die Speisekarte ein wenig, weil ich mit meinem rudimentären Französisch nur wenig verstand. Es wurde auch nicht besser, als der Kellner kam, um die Bestellung aufzunehmen, denn obwohl das Restaurant in einem von Touristen hochfrequentierten Ort lag, sprach er kein Wort Englisch geschweige denn irgendeine andere Fremdsprache. Irgendwie gelang die Bestellung trotz allem, doch das servierte Essen riss mich aus all meinen provenzalischen Gourmetträumen – das Fleisch fast roh, das Gemüse verkocht, lieblos gewürzt und trostlos im Fett herumschwimmend. Sollte das die vielgepriesene französische Küche sein?

Tatsächlich ist es schwer, auf den ausgetretenen Touristenpfaden ein Restaurant mit gutem Essen zu finden. Wer die provenzalische Küche entdecken will, sollte nach kleinen, familiengeführten Tavernen abseits der großen Routen Ausschau halten. Und er sollte nach Möglichkeit im Französischunterricht gut aufgepasst haben oder zumindest

einen guten Sprachführer bei sich haben. Tatsächlich sprechen auch jüngere Leute oft ausschließlich Französisch.

Die Sonne zeigt sich spendabel im Süden von Frankreich. Dieses Land ist gesegnet, hier reifen Obst, Gemüse und Kräuter unter den besten denkbaren Bedingungen. Das Resultat sind wahre Geschmacksexplosionen, jedes einzelne Kräutlein gibt alles, was es an Aroma zu bieten hat. Sie werden das im deutschen Supermarkt erhältliche Basilikum vergessen, wenn Sie einmal das kleinblättrige provenzalische gekostet haben! Tomaten, Zucchini, Artischocken, Auberginen, Paprika, Pilze, Knoblauch und Zwiebeln sind die Stars der provenzalischen Küche, fein aromatisiert mit Thymian, Rosmarin, Basilikum, Salbei, Fenchel und Lorbeer. Die Bauern konnten sich in früheren Zeiten nicht viel Fleisch leisten, deshalb beherrschen die Gemüse in all ihrer Vielfalt die Küche der Provence. Basis der Gerichte ist das herrlich würzige Olivenöl, das die allgegenwärtigen Haine mit ihren teilweise uralten, knorrigen Ölbäumen hervorbringen. Und natürlich begleitet die Mahlzeit ein guter hausgekelterter Wein.

Zartes Lammfleisch, Rind, Fisch und Geflügel wie Perlhuhn oder Taube bereichern die Hauptmahlzeit. Der Blick in die Speisekarte eröffnet allen Nichtfranzosen ein fremdes Universum: Die Bezeichnungen von Fleischstücken lassen sich oft überhaupt nicht ins Deutsche übersetzen, weil Schlachttiere hier ganz anders zerlegt werden. Alleine das Rinderfilet besteht aus mehreren Teilen mit

jeweils anderem Namen. Schauen Sie sich die Bezeichnungen auf der Speisekarte sehr genau an. Wenn Sie „pieds paquets“ bestellen, wird man Ihnen Schweinefüße servieren. Und „andouillette“ bezeichnet eine recht derbe Grillwurst aus allerhand Innereien.

Entlang den Küsten sind Fisch und Meeresfrüchte wichtige Bestandteile des Speiseangebotes. Da gibt es Muscheln und Meeresschnecken, Hummer oder Taschenkrebse.

Außerdem gibt es Käsespezialitäten aus Ziegen- und Schafsmilch. Einer der bekanntesten Ziegenkäse ist der Banon, ein kleiner runder Ball, der von Kastanienblättern umwickelt reift. Er kommt aus der Region Alpes-de-Haute-Provence und wird in unterschiedlichen Reifestadien angeboten. Der Brousse ist ein weicher Frischkäse aus Ziegenmilch, den es im Frühling und im Herbst auf den zahlreichen Märkten zu kaufen gibt. Man verzehrt ihn mit Lauchzwiebeln und Baguette oder aber zum Dessert mit Honig, Nüssen und frischen Feigen. Daneben gibt es noch Sorten wie den Abondance, einen nussigen Rohmilchkäse, Confit d'Epoisses, einen Streichkäse mit kräftigem Aroma oder verschiedene Sorten des Weichkäses Tomme. Käse kauft man am besten auf den Märkten oder aber direkt beim Bauern. Hülsenfrüchte, Getreide und saftige, süße Früchte runden den Speiseplan ab.

All das sorgt dafür, dass die Menschen in der Provence die höchste Lebenserwartung in ganz Frankreich

haben. Kein Wunder, dass auch die meisten Spitzenköche des Landes in dieser Region wirken. Finden sie doch hier die denkbar besten Zutaten für ihre Kreationen.

Wie in allen mediterranen Ländern ist das Frühstück auch in der Provence das einzige Stiefkind unter den Mahlzeiten. Dort, wo noch keine italienische Kaffeemaschine Einzug gehalten hat, ist das, was als „café“ bezeichnet wird, eine bittere, dünne Plörre, die nur durch die großzügige Beigabe von Milch genießbar wird. Und schon hat man seinen „café au lait“. Dazu gibt es Weißbrot und Marmelade, eventuell Butter und ab und an mal ein Croissant.

Ganz anders sieht es dann schon zur Mittagszeit aus. Traditionell gibt es drei Gänge, erst die „hors d'œuvres“, anschließend einen Hauptgang und danach Käse oder eine Süßspeise, selbstverständlich immer von Wasser und Wein begleitet. Doch diese Tradition schwindet, immer mehr Franzosen begnügen sich mittags mit einem Salat oder gar mit Fast Food wie den auch hier allgegenwärtigen Hamburgern, Pizza oder Lasagne.

Aber es wäre nicht die Provence, wenn sie nicht ihre eigene Antwort auf das Fast Food gefunden hätte: In Cavaillon, einer zwischen Avignon und Marseille gelegenen Ortschaft, wirkt der Maître du Cuisine Jean-Jacques Prévôt im gleichnamigen Restaurant und serviert den „Mac Prévôt“, eine Hamburgerkreation mit Zutaten wie Melonenkernketchup, Artischockenscheiben, Basilikumsauce, Gänsestopfleber und Parmesankruste, serviert mit Scheiben

der Cavaillon-Melone. Diese Melone wird ausschließlich hier in einem geografisch eng begrenzten Gebiet angebaut. Sie darf nur auf Feldern gezogen werden, die von der Gewerkschaft geprüft und genehmigt wurden, umweltfreundlich und unter ständiger strenger Qualitätskontrolle. Man merkt schon, von Fast Food zur Mittagszeit kann jetzt überhaupt keine Rede mehr sein.

Die Hauptmahlzeit des Tages findet am Abend statt, und zwar niemals vor 20 Uhr. Wenn es ein authentisches provenzalisches Festmahl sein soll, braucht man Zeit. Für den Rest des Abends sollte man nichts mehr vorhaben. Denn das Essen will zelebriert sein. Innerhalb der nächsten drei Stunden wird ein Gang nach dem anderen serviert, von den „amuse-gueule“, den Appetithäppchen, bis zum Digestiv und der „zeste de citron“, der hauchdünnen Zitronenschale, die das Dessert begleitet.

Dazu genießt man die edlen Weine der Region mit der kontrollierten Herkunftsbezeichnung „AOC“, seien es berühmte Tropfen wie Châteauneuf-du-Pape aus dem Rhôneal, Gigondas, Bandol, Cassis, Château Revelette, Palette oder die anderen Spitzenlagen der Provence, die selbstbewusst gegen die Konkurrenz aus Bordeaux oder Burgund antreten. Die Roséweine der Provence sind legendär, und wenn es ein einfacheres Restaurant ist, genügt auch ein offener Tafelwein zusammen mit der Karaffe Wasser, die hier ganz selbstverständlich kostenlos auf den Tisch gestellt wird. Sie gehört genau wie der Korb mit

Weißbrot zur Mahlzeit dazu. Und wie überall im Süden gibt es eine Rechnung pro Tisch. Isst man gemeinsam mit Freunden, dann wird diese ganz unkompliziert geteilt, ohne sich gegenseitig den Verzehr mühsam aufzurechnen.

Die berühmtesten Exportschlager der Küche der Provence sind die „Bouillabaisse“ genannte Fischsuppe aus Marseille, die aus verschiedenen Fischarten besteht und mit geröstetem Weißbrot, den „Croûtons“, verzehrt wird. Auch bei uns bekannt sind außerdem „Aïoli“, eine Knoblauchmajonäse, „tapenade“, eine Paste aus Oliven, Kapern und Sardellen, der „salade niçoise“, eine seit 1884 bekannte Salatgarnitur mit Tomaten, Sardellen, Oliven, Eiern und Thunfisch, und natürlich „ratatouille“, ein schmackhafter Gemüseintopf aus Auberginen, Paprika, Tomaten, Zucchini, Zwiebeln, Knoblauch und vielen Kräutern. Außerdem gibt es zahllose regionale Spezialitäten wie das „bœuf gardiane“, ein Gulasch aus der Camargue, oder Süßigkeiten wie den weißen Nougat aus Montélimar und Sault oder die kandierten Früchte aus Apt. Wird ein Gericht „à la provençale“ serviert, so kommt es mit Tomatensauce und Kräutern auf den Tisch.

Auf den Märkten gibt es hausgemachte Salami, würzigen Käse und köstlichen Honig, wobei der Lavendelhonig zu den begehrtesten Sorten gehört. Mit Lavendel würzt man in dessen Anbaugebieten auch zahlreiche Desserts, Eissorten oder Limonaden.

Doch der Star unter den Gewürzen sind natürlich die „Kräuter der Provence“. Sie werden in unterschiedlichen Zusammensetzungen angeboten, genau wie beim Curry hat hier jeder Kräutermischer sein eigenes, streng gehütetes Geheimrezept. In der Regel verwendet man Rosmarin, Thymian, Oregano, Bohnenkraut und Majoran, oft kommen auch noch Estragon, Basilikum, Fenchel, Lorbeer, Salbei oder Kerbel dazu, wobei die jeweiligen Mengen ganz nach Geschmack variiert werden. Die Bezeichnung „Kräuter der Provence“ ist aber nicht geschützt, die bei uns angebotenen Mischungen kommen deshalb in den seltensten Fällen aus der Provence sondern vielmehr aus den Balkanländern oder dem Maghreb. Wird dann noch Lavendel daruntergemischt, um es besonders authentisch erscheinen zu lassen, kommt es ganz bestimmt nicht aus der Provence, dort ist die Verwendung von Lavendel in dieser Form nämlich ganz unüblich.

Ein so dummes Fehler wie der enttäuschende Besuch im Touristenlokal, von dem ich zu Anfang dieses verführerischen Exkurses in die Küche der Provence erzählt habe, wird mir nicht mehr passieren. Ich bin ja nicht blöd - beim nächsten Mal reise ich in Begleitung einer sprachkundigen Freundin!

RATATOUILLE

Zutaten für 4 Personen: 2 mittelgroße Auberginen, 3 kleine Zucchini, 2 gelbe Paprika, 1 rote Paprika, 1 große rote Zwiebel, zwei kleine Zwiebeln, 6 reife Tomaten, 4 Knoblauchzehen, 1 Bund Basilikum, 4 Zweige Thymian, zwei Zweige Rosmarin, 4 Zweige Blatt Petersilie, 8 Salbeiblätter, 6 Zweige Estragon, reichlich Olivenöl, Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, 250 ml trockener Rotwein

Zubereitung: Die zwei kleinen Zwiebeln würfeln und in heißem Olivenöl anbraten, mit Salz, Pfeffer und etwas Kreuzkümmel würzen. Aubergine, Zucchini und Paprika waschen, Zucchini und Aubergine in dünne Scheiben schneiden, die Paprika in Streifen. Die Knoblauchzehen fein würfeln. Die rote Zwiebel in dünne Ringe schneiden. Jedes Gemüse separat in heißem Olivenöl braten, bis es gar und leicht gebräunt ist. Jeweils mit Pfeffer und Salz würzen.

Die Kräuter waschen, Thymian-, Petersilien-, Basilikum- und Estragonblättchen sowie Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und zusammen mit den Salbeiblättchen fein hacken.

Anschließend das Gemüse in einem Topf oder einer hohen Auflaufform übereinander schichten, erst die Paprika, dann die Auberginen, die Zwiebeln, den Knoblauch und die Zucchini. Dabei jeweils Kräuter dazwischenstreuen.

Zum Schluss die gewaschenen und gewürfelten Tomaten und die restlichen Kräuter darübergeben, den Rotwein zugießen und noch einmal etwas Salz und Pfeffer darüberstreuen.

Bei 180°C Grad abgedeckt etwa 30 Minuten lang im Backofen ziehen lassen. Nicht umrühren.

Mit knusprigem Baguette und trockenem Rotwein servieren.

DER PLAYBOY UND DAS SEXSYMBOL – SOMMER IN SAINT-TROPEZ

Draußen auf dem strahlend blauen Meer jagt ein Motorboot dahin. Es ist ein schnittiges Modell aus edlem Mahagoniholz, und es rast mit Höchstgeschwindigkeit dem Horizont entgegen. Immer weiter in Richtung Westen, wo die Nachmittagssonne so hell vom Himmel strahlt, als wolle sie das Leben mit all der Kraft feiern, die ihr innewohnt. Ein Leben auf der Überholspur! Das Boot braust mit vollem Schub über die Wogen, als sei der letzte Tag angebrochen, und als gelte es, aus diesem auch noch das Allerletzte herauszuholen. Um die Existenz auszukosten in ihrer gesamten Intensität.

Das Ruder des Bootes ist festgebunden, denn sein Steuer ist verwaist. Eine Champagnerflasche ragt aus dem Eiskübel auf dem kleinen Tisch im hinteren Bereich des Bootes, zwei Gläser, halb geleert, eine Spur von feuerrotem Lippenstift an einem der beiden. Auf dem weichen Lederpolster der Achterbank lieben sich zwei Menschen. Sie haben Zeit und Ort vergessen und auch das Tempo, mit dem jeder Augenblick dahinverrinnt. Zu zweit allein auf dem endlosen Meer, losgelöst und frei. Könnte es einen berauschteren Moment geben?

Es sind Gunter Sachs und Brigitte Bardot. Er hat ihr Herz im Sturm erobert, denn er hat ein Meer von roten Rosen über dem Garten ihrer Strandvilla hinabregnen

lassen. Bald werden sie heiraten, nicht hier in Saint-Tropez, wo Gunter Sachs eine ganze Hoteletage für sich und seine Freunde angemietet hat, sondern in Las Vegas, in einem Rausch von Glitzer, Glamour und Schnelldigkeit. Danach werden sie nach Saint-Tropez zurückkehren, wo sie das Leben als ein einziges Fest feiern, frei von allen Konventionen, umgeben von Freunden wie Juliette Gréco, Andy Warhol oder Pierre Brice.

Es ist das Jahr 1966. Gunter Sachs ist 33 Jahre alt. Hinter ihm liegt der Versuch eines Lebens in Normalität. Doch dieser Versuch ist schmerzhaft gescheitert.

Er kam aus einer mehr als nur wohlhabenden Familie. Sein Vater war Eigner eines Industriekonzerns, sein Urgroßvater mütterlicherseits der Gründer der Autofirma Opel. Gunter studierte und bereitete sich auf eine Karriere im väterlichen Unternehmen vor. Er heiratete und bekam einen Sohn.

Doch 1958 brach dieser Lebensplan in sich zusammen. Sein depressiver Vater beging Suizid, seine junge Frau starb durch einen Kunstfehler bei einer Operation. Unvermittelt fand er sich als Erbe eines fantastischen Vermögens – und allein. Das Leben war nur ein zerbrechliches Gut. Gunter Sachs beschloss, fortan jede Sekunde davon auszukosten, jeden einzelnen Augenblick so intensiv zu nutzen, wie es nur irgend möglich war.

Von dieser Zeit an tat er nur noch, was ihm gefiel. Er wurde Fotograf, Kunstsammler, Boutiquenbesitzer und Dokumentarfilmer, und wenn er die Lust dazu verspürte,

versuchte er es mit Astrologie oder als Bobrennfahrer. Vor allem aber wurde er eines: Deutschlands Playboy Nummer eins. Die Boulevardpresse stürzte sich gierig auf ihn. Wo immer er auch hinkam, die Paparazzi waren schon da. Dabei ließ er sie nicht zu kurz kommen, wie zum Beispiel seine Affäre mit der persischen Exkaiserin Soraya im Sommer 1962 bewies.

Und dann kam er nach Saint-Tropez. Der zauberhafte Charme des kleinen Fischernestes an der Côte d'Azur hatte es ihm sofort angetan. Da fand er sich in einer Reihe mit Künstlern wie Paul Signac oder Henri Matisse, die das besondere warme und zugleich intensive Licht dieser Region schon Ende des 19. Jahrhunderts für sich entdeckt hatten. Ihnen folgten andere Künstler, hier experimentierten sie mit neuen Techniken wie dem Pointillismus oder dem Fauvismus.

Der kleine Yachthafen des Ortes hatte seit den Fünfzigerjahren des vergangenen Jahrhunderts ein Übriges dazu getan und zog die Schickeria aus Europa und Amerika geradezu magisch an. Exklusive Clubs entstanden, in denen sich die Reichen und die Schönen der damaligen Zeit die Klinke in die Hand gaben, außerdem luxuriöse Restaurants, edle Boutiquen und feine Hotels. Das ideale Umfeld für einen aufstrebenden Lebemann!

Ist es verwunderlich, dass dieser außergewöhnliche Ort auch die zur damaligen Zeit berühmteste und begehrteste Französin anzog wie das Licht eine Motte? Brigitte Bardot war eine der meistfotografierten Frauen

dieser Zeit. Sie war eine Ikone für Frankreich. Die Büste der Nationalheldin Marianne, die in den Rathäusern des Landes aufgestellt ist, wurde nach ihren Zügen modelliert. Und nicht nur Frankreich lag ihr zu Füßen! Sie kam im Sommer nach Saint-Tropez, um das Licht ihrer glamourösen Sonne mit dem ohnehin schon grandiosen Licht des Ortes zu vereinen – die Welt stand Kopf! Aber mehr noch, Brigitte zeigte sich im Bikini – hochgewagt in jener Zeit, man hielt den Atem an! Alle Augen richteten sich auf Saint-Tropez. Die Deutschen entdeckten dort entzückt die blonde Prinzessin mit dem Schmollmund, doch außerdem auch den allseits mit Neid und Skepsis beäugten Gunter Sachs. Und ausgerechnet diesem wandte sich die Schöne zu – die Boulevardpresse hatte eines ihrer herausragendsten Glamourthemen des Jahrzehnts! Der Bikini wurde mit einem Schlag populär, und nicht nur das: Saint-Tropez war über Nacht berühmt, es wurde zum Symbol für den Jet Set schlechthin. Den Ruhm des Ortes mehrten zusätzlich die äußerst erfolgreichen Klamaukfilme mit Louis de Funès um den „Gendarm von Saint-Tropez“, die ebenfalls in dieser Zeit entstanden.

Die Ehe von Brigitte Bardot und Gunter Sachs hielt nur drei Jahre. Sie zog keinen Bikini mehr an, sondern wandte sich dem Tierschutz, aber auch dem rechtsnationalistischen Gedankengut der Front National zu. Er lebte weiter intensiv, exzentrisch, jedoch auch engagiert bis zu seinem Freitod im Jahr 2011. Man beschreibt ihn als hilfsbereit und äußerst generös, auch gegenüber völlig Fremden.

Und nur am Rande: Die Büste der Marianne erhält alle paar Jahre neue Gesichtszüge. Schon 1972 war die Ära von Brigitte Bardot als Ideal der Nationalheldin vorüber, ihr folgten zahlreiche andere, darunter Catherine Deneuve, Sophie Marceau oder auch Mireille Mathieu.

Was geblieben ist, ist der Ruf von Saint-Tropez. Im Hafen tummeln sich noch heute die exklusivsten Yachten, die auf dem Mittelmeer herumschippeln, und durch die Gassen drängen sich Touristen, die darauf hoffen, wenigstens die Spur eines Atemhauchs der Reichen und der Schönen als Souvenir aus Saint-Tropez mit nach Hause zu nehmen.

SORBET TROPÉZIENNE – CHAMPAGNERSORBET

Zutaten für 4 Personen: 1 Flasche Champagner, 1 unbehandelte Limone, 150 g Zucker, 150 ml Wasser, frische Minze, Zucker

Zubereitung: Das Wasser in einem Topf mit dem Zucker vermischen und langsam aufkochen lassen, bis der Zucker vollständig aufgelöst ist. Abkühlen lassen.

Die äußere grüne Schale der Limone dünn abreiben. Zwei Drittel des Champagners zusammen mit dem abgekühlten Zuckerwasser und dem Schalenabrieb der Limone in die Eismaschine füllen und zu Sorbet gefrieren lassen.

Von der Minze jeweils vier Blattpaare abzupfen. Vier Champagnerschalen bereitstellen. Eine Schüssel mit größerem Durchmesser als die Gläser mit Zucker füllen. Die Limone auspressen, den Saft in eine Schale mit etwas größerem Durchmesser als die Champagnerschalen gießen. Nun die Gläser zunächst so in den Saft tauchen, dass sie rundum am Rand damit benetzt sind, anschließend kurz in den Zucker tauchen.

Das fertige Sorbet auf die Gläser verteilen und mit dem restlichen Champagner auffüllen. Mit den Minzeblättchen dekorieren und sofort servieren.

IM RAUSCH DER FARBEN – DIE OCKERFELSEN VON ROUSSILLON UND RUSTREL

Im Inneren der Höhle leuchtet eine Steinlampe und verbreitet flackerndes Schummerlicht. In ihr brennt das Fett eines erlegten Wisents, als Docht dient ein Wacholderzweig. Ein Mann ist vertieft in seine Arbeit, er kniet vor der Felswand und betrachtet konzentriert das Bild, das unter seinen Händen entsteht. Eine ganze Reihe von hölzernen Tiegeln ist vor ihm aufgebaut, darin sind Tonerden in den verschiedensten Farbgebungen, von strahlendem Rostrot bis hin zu leuchtendem Gelb, alle vermischt mit dem Fett des Wisents. Der Mann arbeitet mit einem Zweig, den er geschickt so angekauht hat, dass der dünne Ast unten ausgefranst ist und wie ein Pinsel verwendet werden kann. Aber er nimmt auch seine Finger zu Hilfe, um die Flächen mit Farbe zu füllen, und manchmal benutzt er ein Schilfrohr und pustet die Farben damit an die Wand.

Nach einer Weile erhebt er sich und tritt ein Stück zurück. Die Schatten der kleinen Felsvorsprünge tanzen im Licht der Steinlampe und hauchen seinem Gemälde Leben ein. Er hat eine Gruppe von Pferden gemalt, die nun über die Wand zu galoppieren scheinen, wild und kraftvoll, ganz wie in der Wirklichkeit. Er nickt zufrieden.

Er ist der Schamane seines Stammes und ein Künstler. Mit seinem Werk huldigt er den Geistern der verstorbenen Jäger, von denen sein Volk glaubt, dass sie in den

Höhlen leben. Er schenkt ihnen die Pferde, dafür danken sie ihm mit ihrer Jagdmagie und werden den Jägern des Volkes auf ihrer nächsten Hatz reiche Beute schenken.

Überall in Südfrankreich entstehen während des Jungpaläolithikums solche Höhlenmalereien. Diese Epoche begann vor etwa 40.000 Jahren, als die ersten Menschen Europa besiedelten, und dauerte bis zum Ende der letzten Eiszeit vor knapp 10.000 Jahren. Natürlich gibt es heute nur noch Spekulationen darüber, welchem Zweck die zahlreichen Höhlenmalereien wirklich dienten. Sie zeigen die Beutetiere der steinzeitlichen Jäger: Pferde, Wisente, Fische, Robben, Steinböcke und Vögel. Als Farben dienten Holzkohle, Blut, Milch und Harz, besonders wertvoll aber waren fargebende Mineralien. Und unser Schamane war überaus privilegiert: Er verfügte über die bunten Erden von Rustrel!

Hier, im Departement Vaucluse zwischen Rustrel und Roussillon, leuchtet die Erde in allen Farbgebungen, die die Ockerfelsen hervorbringen: Brillantes Rot, strahlendes Orange und intensives Gelb wechseln mit blassen Beige- und Brauntönen, je nach Lichteinfall erscheinen die Farben mitunter fast grün oder violett. Diese Erdfarben sind Gemische aus Brauneisenstein, Tonmineralien, Quarz und Kalk in unterschiedlichen Zusammensetzungen. Sie sind absolut lichtfest, wetterbeständig und mit jedem Bindemittel anwendbar. Diese hervorragenden Eigenschaften erkannten schon die Menschen der Steinzeit und nutzten den Ocker für ihre Höhlenmalereien. Noch die

Römer schätzten den französischen Ocker zur Ausgestaltung ihrer Innenräume mit kunstvollen Wandmalereien. Das kleine Dorf am Fuße des Luberon-Massivs, in dem die Farbe zu ihrer Zeit abgebaut wurde, nannten sie „vicus russulus“ – rotes Dorf, das heutige Roussillon. Doch dann wurde der Ocker vergessen.

Erst Jahrhunderte später fiel den Menschen wieder ein, was für ein künstlerisch bedeutsamer Schatz in den Bergen bei Rustrel verborgen lag. Man begann mit dem industriellen Abbau. Die Tonerden wurden dazu mit Wasser ausgeschlämmt, in Klärbecken gereinigt und mit Hilfe von Windmühlen von allen Fremdstoffen befreit. Der „Goldocker“ von Roussillon geriet zum Kassenschlager und gab als das typische Barockgelb einer ganzen Epoche ihren dominierenden Farbton. Die Farbspiele des provenzalischen Ockers sind phänomenal, bis zu zwanzig verschiedene Töne lassen sich hier gewinnen.

Doch heute werden Ockertöne durch Mischung von Eisenoxiden mit Trägersubstanzen in der Regel künstlich hergestellt. Der Abbau von Ocker wurde unwirtschaftlich und findet heute nur noch in ganz geringem Umfang statt. Diese echten Naturfarben sind besonders wertvoll und werden von Künstlern sehr begehrt.

Das pittoreske Dorf Roussillon thront auf einem Ockerfelsen und zeigt seinen Besuchern noch heute voller Stolz den Schatz, auf dem es sich begründet hat. Denn die Fassaden seiner Häuser erstrahlen in all den prächtigen

Ockertönen, mit denen der Untergrund die Bewohner beschenkt. Eine kleine Farbenfabrik öffnet ihre Tore für Besucher und gibt Einblicke in die Geheimnisse der Herstellung verschiedenster Ockerfarben. Ein Ockerlehrpfad führt durch die Ockerfelsen in all ihrer Herrlichkeit. Hier erwartet die Besucher ein grandioses Farbspiel der Natur. In jedem erdenklichen Ockerton ragen wie Skulpturen die bizarrsten Formationen in den Himmel, die die Erosion aus den weichen Ockererden herausgespült hat. Vergessen Sie nicht, gutes Schuhwerk zu tragen, und wundern Sie sich nach dem Rundgang nicht über den feinen Ockerstaub, der sich auf allen Utensilien niedergelassen hat.

Der Blick vom Aussichtspunkt oder vom Friedhof des Ortes über die Ockerfelsen ist phänomenal.

Ihre volle Wirkung entfaltet die Farbenpracht in der Spätnachmittags- und Abendzeit, wenn sich die Ströme der zahlreichen Besucher langsam aus Roussillon verziehen. Das Spiel von Licht und Schatten zaubert in diesen Stunden unglaubliche Farbkompositionen in die Landschaft.

Zwischen Roussillon und Rustrel gibt es ein altes Ockerbergwerk, das man im Rahmen einer Führung besichtigen kann. Bis zu 15 Meter hohe Gänge führen mit einer Gesamtlänge von an die 40 Kilometern in die unterirdische Ockerwelt. Doch keine Bange, der Rundgang umfasst nur 650 Meter.

Von Rustrel aus geht es dann weiter in den Colorado von Rustrel. Diese ehemaligen Ockerbrüche sind vielleicht noch prächtiger als die Ockerfelsen von Roussillon. Wie Nadeln ragen die Formationen am Chemin des Fées, am „Feenpfad“, in den Himmel empor. Die Intensität der Farben ist überwältigend. In dieser Landschaft mit ihren weitläufig verteilten Ockerfelsen kann man wunderbare Wanderungen unternehmen und dabei in einer großartigen Farbsinfonie schwelgen. Es ist ein wahre Augenweide und ein Paradies für Fotografen.

Den Ausflug in die Welt der Ockererden muss man aber unbedingt an einem sonnigen Tag unternehmen. Erst das Licht der Sonne bringt die Pracht zur vollen Entfaltung. Bei dreihundert jährlichen Sonnentagen dürfte das allerdings nicht schwerfallen.

In den Weltkriegsjahren zwischen 1942 und 1945 versteckte sich übrigens Samuel Beckett in Roussillon vor der deutschen Wehrmacht. Es muss eine finstere und beängstigende Zeit für den irischen Schriftsteller gewesen sein, in die selbst die prachtvollen Farben von Roussillon kaum Licht zu zaubern vermochten. In lähmender Starre wartete er hier auf eine ungewisse Zukunft, ohne erahnen zu können, was sie bringen möge, sei es Schrecken oder Erlösung. Und ohne zu wissen, wann diese Zukunft herbrechen, ja, ob sie überhaupt jemals kommen werde. Dieser Zeit der erzwungenen Handlungsunfähigkeit setzte Beckett in seinem berühmtesten Werk ein Denkmal: „Warten auf

Godot“. Wenn Sie das nächste Mal bei einer Aufführung dieses Theaterstücks über die scheinbar unsinnigen Dialoge der beiden Protagonisten nachdenken, die im ausweglosen Dauerzustand des Wartens gefangen sind, dann denken Sie auch an die Farbenpracht von Roussillon. Wie sinnlos und absurd erscheint die Situation der Menschen vor der Wunderwelt der Natur!

TAPENADE

Zutaten: 8 Anchovisfilets (Sardellenfilets), 3 Knoblauchzehen, 50 g Kapern, 200 g schwarze Oliven (entkernt), 3-4 Zweige Blatt Petersilie, 3 El Olivenöl

Zubereitung: Die Anchovis mit lauwarmem Wasser gründlich spülen und in Stücke schneiden. Kapern und Oliven gut abtropfen lassen, die Oliven grob in Stücke schneiden. Die Petersilienblättchen abzupfen und hacken, ein Blättchen zum Dekorieren aufheben. Die Knoblauchzehen schälen und in Stücke schneiden.

Nun in einem Steinmörser zunächst die Knoblauchzehen zerdrücken, dann die Sardellen, die Kapern und schließlich die Oliven dazugeben und gut kleinmörsern. Dabei Petersilie und Olivenöl dazumengen.

Man kann die Tapenade natürlich auch im Mixer zubereiten.

Die Paste genießt man auf frischem Brot oder zu hartgekochten Eiern.

Unter einer dünnen Schicht Olivenöl hält sie sich im Kühlschrank mehrere Tage lang.

VON STREITEREI UND FREUDENFESTEN – AVIGNON

Eine heilige und aristokratische Würde liegt über der großen Stadt an der Rhône. Sie ist das religiöse Zentrum der Welt und entsprechend wohlgesittet. Ausschweifungen jeglicher Art finden hier nicht statt.

Mit einer Ausnahme: dem großen Volksfest auf der Île de la Barthelasse, einer Insel in der Rhône. Es ist, als fälle aller innere Zwang und jedes Joch von den Menschen ab, sie strömen zum Fest, um endlich einmal ausgelassen zu feiern und zu tanzen. Der Pont Saint-Bénézet führt hinüber zum Festgeschehen, eine gewaltige Bogenbrücke. Mit 21 steinernen Bögen und an die 900 Metern Länge erstreckt sie sich seit dem 12. Jahrhundert über den Fluss. Sie ist die längste Brücke Europas ihrer Zeit. Ein gewaltiges Bauwerk, ein gewaltiges Fest! Man tanzt!

So entstehen Bilder von bunt gekleideten Menschen, Männern und Frauen, Kindern, Offizieren, Musikanten und feinen Damen in der Fantasie des Komponisten, der an seinem Pult steht, um eine weitere Opera buffa, eine komische Oper, zu komponieren. Es ist die erste Hälfte des 19. Jahrhunderts, er ist ein erfolgreicher Songschreiber der leichten Muse: Adolphe Adam. Er beginnt sich im Takt der Melodie zu wiegen, die ihm durch den Kopf geht, als er sich die tanzenden Menschen vorstellt. Aber er ahnt nicht,

dass er dabei ist, einen der größten Gassenhauer und Evergreens Frankreichs zu erschaffen: „sur le pont d'Avignon“.

Dabei ist seine Idee gar nicht neu. Das Volkslied „sur le pont d'Avignon“ existiert schon seit dem 15. Jahrhundert, ganz genau weiß man es nicht. Adam hat es gehört und komponiert jetzt eine Oper um das tänzerische Geschehen auf der Rhônebrücke, das Volkslied ist dabei sein musikalisches Hauptthema.

Er verändert es ein wenig, verpasst ihm eine zeitgemäßere und gefälligere Harmonie – und damit gerät das Lied zum Ohrwurm. Weit über Frankreichs Grenzen hinaus wird es bekannt, überall wird die leichte und beschwingte Melodie geträllert. Avignon, die Stadt der tanzenden Menschen!

Doch wie so oft ist die Wirklichkeit deutlich profaner. Auf dem Pont Saint-Bénézet hat vermutlich nie irgendjemand getanzt. Allenfalls wurde beim Volksfest auf der Île de la Barthelasse unter der Brücke getanzt. So hieß denn das Lied ehemals auch „sous le pont d'Avignon“ – unter der Brücke von Avignon. Doch damit erschöpfen sich die Hinweise schon. Nachweislich belegt ist keinerlei tänzerische Betätigung über, unter oder um den Pont herum.

Und obwohl es seit 1947 alljährlich im Juli das Festival von Avignon gibt, zu dem auch zahlreiche Tanzaufführungen gehören, lässt sich die Tanzveranstaltung heutzutage nicht mehr wirklich nachholen. Denn der

ehemals so bombastische Pont Saint-Bénézet ist nur noch eine Ruine.

Immer wieder haben Kriege und Hochwasser die stolze Brücke schwer beschädigt. Der Vorläufer der heutigen Ruine bestand aus Holz und wurde schon im 13. Jahrhundert komplett zerstört. Man entschied sich für einen soliden Neubau aus Stein. In eleganten Bögen mit 33 Metern Spannweite zog sich das prachtvolle Bauwerk über den Fluss. Doch der stabile Schein trog. Denn auch das feste Gemäuer hatte der Kraft des Wassers auf Dauer wenig entgegenzusetzen. Als im 17. Jahrhundert ein schweres Hochwasser gewaltige Schäden anrichtete, gab man die ständigen Reparaturarbeiten entnervt auf. Die Brücke wurde dem Verfall anheimgestellt, und die Hochwasser der nachfolgenden Jahrhunderte ließen schließlich von den ursprünglichen 21 nur noch die bis heute erhaltenen vier Brückenbögen zurück.

Auf einem dieser Bögen befindet sich eine kleine Kapelle aus dem 14. Jahrhundert. Denn die Brücke liegt in unmittelbarer Nähe des Papstpalastes von Avignon, sie lag außerhalb der Stadtmauern und war mit einem Wachturm der päpstlichen Residenz verbunden.

Der prachtvolle Papstpalast beherbergte die Oberhäupter der katholischen Kirche im 14. und frühen 15. Jahrhundert. Es war eine unruhige Zeit, interne Machtkämpfe spalteten die Kirche. Dem französischen König war es gelungen, durch geschickte Schachzüge die Mehrheit der

Kardinäle für seine Interessen zu gewinnen. Dadurch konnte er seinen Kandidaten bei der Papstwahl im Jahr 1305 durchdrücken – Clemens V., einen französischen Patrioten. Der zog es gar nicht in Erwägung, nach Rom zu gehen, er ließ sich in Lyon weihen und suchte sich das ehemals beschauliche Provinznest Avignon als neuen Sitz des Pontifex Maximus aus.

Sein Nachfolger Johannes XXII. richtete sich im bischöflichen Palast von Avignon ein, doch Benedikt XII., der wiederum Johannes als Papst beerbte, war diese Wohnstätte zu mickrig. Eine angemessene Unterkunft musste her! So entstand die größte Baustelle des 14. Jahrhunderts. Doch obwohl der Palast in der Rekordzeit von zwanzig Jahren in die Höhe gezogen wurde, sollte Papst Benedikt die Fertigstellung seines Prunkbaus nicht mehr erleben. Seine Nachfolger setzten die Baumaßnahmen fort und fügten jeweils schicke Elemente nach ihrem eigenen Geschmack hinzu. Sieben Päpste und fünf Gegenpäpste lebten in den kommenden Jahrzehnten in Avignon.

Doch Gregor XI. ließ sich 1377 zur Rückkehr nach Rom überreden, womit er heftigen Unwillen unter den französischen Kardinälen hervorrief. Sie erkannten ihn nicht an und setzten einen eigenen Papst auf den heiligen Stuhl von Avignon – die Kirchenspaltung, das sogenannte Schisma, war vollzogen. Fortan gab es zwei Päpste, einen in Rom und einen in Avignon. Dass die Möglichkeit zur Ernennung mehrerer Päpste überhaupt bestand, inspirierte

einen weiteren Nachahmer, so gab es für kurze Zeit noch einen Gegenpapst in Pisa. Jeder dieser Päpste hatte andere Unterstützer unter den Regenten Europas, es war eine Zeit tiefer Zerrissenheit. Erst beim großen Konzil von Konstanz im Jahr 1417 fand man eine Einigung und entschied sich für Rom – aus war es mit dem Papststz in Avignon.

Doch der Stadt blieb der prunkvolle Palast, der bis zum heutigen Tag das Stadtbild gemeinsam mit der neben ihm liegenden Brückenruine prägt. Mit 15.000 Quadratmetern Wohnfläche ist er der bedeutendste gotische Palast der Welt. Man kann ihn besichtigen und die prächtigen Bankett- und Zeremoniensäle bestaunen, die Kapellen mit ihren kunstvollen Fresken, die privaten Gemächer des Papstes und seine Terrassen mit herrlichem Panoramablick über die Stadt und die Rhône.

Und auch die Reste der Brücke darf man – gegen Eintrittsgebühr – betreten. Vielleicht möchten Sie dort ja doch das Tanzbein schwingen?

**PAPETON D'AUBERGINE –
EINE TERRINE AUS AVIGNON**

Zutaten für 4 Personen: 6 Auberginen, 6 Eier, 60 g Mehl, 6 El Milch, 1 ½ kg aromatische Tomaten, 1 Zwiebel, 8 Zweige Thymian, 2 Lorbeerblätter, je 1 Bund Blatt Petersilie und Basilikum, 3 Knoblauchzehen, reichlich Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Die Auberginen schälen und in kleine Würfel schneiden. In eine Schüssel geben und mit 1 Handvoll Salz vermischen, eine Stunde lang stehenlassen. Dann in einem Sieb gründlich mit Wasser abspülen und mit Küchenkrepp trocknen.

Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. In einer Pfanne reichlich Olivenöl erhitzen, Auberginen und Knoblauch darin scharf anbraten, salzen und pfeffern und danach bei reduzierter Hitze 10 Minuten lang garen, dabei immer wieder umrühren. Mit dem Mehl bestäuben und die Milch dazugeben, gut vermischen und noch einmal stark erhitzen. Dann vom Herd nehmen, in eine Schüssel geben und mit dem Pürierstab zerkleinern

Die Thymianblättchen abzupfen und die Hälfte davon unter die Auberginenmasse rühren. Die Eier aufschlagen und ebenfalls daruntermischen.

Eine feuerfeste Kastenform mit Olivenöl einfetten, die Masse hineinfüllen und mit Alufolie abdecken. Eine größere feuerfeste Form mit Wasser füllen und die Kastenform dort hineinstellen. Den Backofen auf 180°C vorheizen und die Terrine im Wasserbad etwa eine Stunde lang darin backen.

Die Tomaten häuten, entkernen und in Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und würfeln. In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin glasig andünsten. Die Tomaten hinzugeben. Die Petersilie mit Küchegarn zusammenbinden und zusammen mit den Lorbeerblättern und dem restlichen Thymian dazugeben, salzen und pfeffern. 30 Minuten lang köcheln lassen, dann Petersilie und Lorbeerblätter entfernen. Die Basilikumblättchen abzupfen und kleinschneiden, vier Blättchen übrigbehalten. Die Tomatensauce vom Herd nehmen und das Basilikum unterrühren.

Die Terrine aus der Form stürzen und in Scheiben schneiden. Auf Tellern zunächst die Tomatensauce und darauf die Terrinenscheiben anrichten. Mit je einem Basilikumblättchen garnieren und mit frischem Baguette servieren.

AUF DEM WEG INS LICHT – VAN GOGH IN DER PROVENCE

Die berühmte Brücke von Arles müsse wohl eine der Top-Sehenswürdigkeiten der Stadt sein, so dachte ich. Schließlich hatte van Gogh sie gleich auf mehreren seiner Werke für die Ewigkeit festgehalten. Es erstaunte mich, dass es nur spärliche Informationen über die Brücke gab. Aber dank Google Maps ließ sich feststellen, wo sie sich befand, irgendwo in einem Außenbezirk von Arles.

Der Weg führte fort von den großen Routen über kleine Nebenstraßen. Nirgends fand sich ein Hinweisschild auf die legendäre Brücke. Schließlich endete die Straße, wir mussten das Auto abstellen und zu Fuß weitergehen. Noch immer gab es keinerlei Anzeichen dafür, dass wir uns auf dem rechten Weg befanden. Dieser Weg führte an einem Fluss entlang, er war staubig, einsam und die Sonne brannte vom Himmel. Die Kinder stöhnten.

In einigen hundert Metern Entfernung verschwand der Fluss hinter einer Biegung. Gleich dahinter, so verkündete ich voller Zuversicht, müsse man die Brücke erblicken können, ganz sicher! Wir marschierten los. Und tatsächlich, als wir die Flussbiegung endlich erreicht hatten, sah man hinten in der Ferne zwischen hohen Bäumen eine dunkle hölzerne Zugbrücke. Unscheinbar und ziemlich klein. „Das soll alles sein?“, fragten die Kinder fassungslos. Der lange

Weg in glühender Hitze – nur für den Blick auf dieses lausige Ding am Horizont?

Tatsächlich misst die Stadt Arles anderen Dingen – wie zum Beispiel ihrem römischen Amphitheater – weit größere Bedeutung bei als der „Brücke von Langlois“. Und außerdem wurde die von van Gogh gemalte Brücke schon 1930 durch eine Stahlbetonbrücke ersetzt. Es hatte zu van Goghs Zeit insgesamt elf dieser Brücken gegeben. Unsere Brücke ist das einzige erhalten gebliebene Exemplar. Sie wurde 1962 aus einem Nachbarort hierher versetzt. Und das ist nicht einmal der ursprüngliche Standort von van Goghs berühmter Brücke. Der befindet sich zwei Kilometer entfernt und ist längst mit anderen Dingen verbaut. Nicht gerade spektakulär.

Zwei Jahre lang hielt sich Vincent van Gogh in der Provence auf. Der holländische Maler war nach Südfrankreich gekommen, um das unbeschreibliche Licht zu finden, dieses Licht, das alle Farben intensiv leuchten lässt und die Welt in irisierender, überirdischer Schönheit erstrahlen lässt. Die „blauen Töne und heiteren Farben“ des Südens sind es, die er suchte. Das Licht der Provence, das so außerordentlich ist, dass es sich mit Worten kaum beschreiben lässt.

Zunächst wohnt van Gogh in Arles und malt die Blütenpracht der Gärten. Das erste Bild der Brücke von Langlois entsteht im Mai 1888. Diese Brücke hat es ihm angetan, weil sie ihn an seine holländische Heimat erinnert.

Alle Schönheit der Provence vermag nämlich letztendlich doch sein Heimweh nicht gänzlich zu stillen, er tut sich schwer, denn sein Französisch ist nicht gerade brillant. Und dennoch fasziniert ihn die Provence, er findet hier tatsächlich das Licht, dass er sich erhofft hat. Seine Sonnenblumenbilder entstehen in dieser Zeit. Er ist außerordentlich produktiv, innerhalb von sechzehn Monaten wird er 187 Gemälde fertigstellen. Und langsam lebt er sich ein, er schließt Freundschaft mit einem Postmeister, den er mehrfach auf Ölgemälden verewigt.

Seinen Freund Paul Gauguin besucht er in Saintes-Maries-de-la-Mer in der Camargue und versucht ihn davon zu überzeugen, gemeinsam in Arles eine Künstlerkolonie zu gründen. Tatsächlich kommt Gauguin nach Arles, doch die beiden Exzentriker verstehen sich nicht besonders gut und streiten immer öfter. Zur Eskalation kommt es, als sich van Gogh im Dezember 1888 in der Folge eines nie geklärten Vorfalls das linke Ohr abschneidet – Gauguin reist unverzüglich ab. Und zwar so fluchtartig, dass er sogar seine Skizzenbücher in Arles zurücklässt. Van Gogh überreicht das abgeschnittene Ohr noch am gleichen Abend einer entsetzten Prostituierten, dann bricht er ohnmächtig zusammen. Am nächsten Morgen erinnert er sich an nichts mehr.

Bis heute streiten sich die Kunsthistoriker darüber, ob es tatsächlich van Gogh selbst gewesen ist, der sich das Ohr absäbelte, oder ob es nicht der jähzornige Gauguin

getan hat. Denn van Gogh war diesem mit seinem Spleen von der Künstlerkolonie in der letzten Zeit gehörig auf die Nerven gegangen.

Zwei Wochen lang wird van Gogh im Krankenhaus behandelt. Doch nach seiner Entlassung ist er gebrochen. Halluzinierend irrt er durch Arles – die Bürger sind empört. Sie wollen diesen verrückten und unheimlichen Bohemier nicht unter sich dulden und beantragen deshalb seine Internierung in einer Irrenanstalt. Der Bürgermeister gibt ihnen nach, van Gogh kommt in die Psychiatrie eines Klosters in Saint-Rémy. Zwar wird die Zwangsinternierung schon bald wieder aufgehoben, doch van Gogh bleibt freiwillig. Denn hier erholt er sich langsam. Und das, obwohl gar keine Therapie stattfindet. Tatsächlich beklagt er die dumpfe Untätigkeit der anderen Patienten. Doch ihm selbst erlaubt man das Malen, und darin findet er seine eigene Form der Therapie.

Es mag wohl sein, dass der zur damaligen Zeit unter Künstlern sehr verbreitete übermäßige Genuss von Absinth zu seinem Zustand nicht unerheblich beigetragen hat. „Die grüne Fee“ nennt man dieses berauschende Getränk auch. Es ist mit Wermut angereichert, und das in diesem enthaltene Thujon ist ein Nervengift, welches Wahnvorstellungen hervorrufen kann. Die schädliche Wirkung des Absinths führt man heute aber auch auf minderwertigen Alkohol zurück, den man damals zum Mischen verwendete. Wie dem auch sei, für die Kreativen jener Zeit war der

Absinth das Standardgetränk, und ohne ihn wäre manches Meisterwerk vielleicht nie entstanden. Van Gogh befand sich in einer Reihe mit Paul Gauguin, Henri de Toulouse-Lautrec, Oscar Wilde, Edgar Allan Poe, Ernest Hemingway und zahllosen anderen.

In der psychiatrischen Klinik von Saint-Rémy entstehen van Goghs wunderbare Zypressen- und Ölbaumbilder. Hier malt er auch seine grandiose psychedelische Sternennacht. Doch bei einem Besuch in Arles erleidet er 1890 einen schweren Rückfall, in völliger Verwirrung schluckt er giftige Farben. Er verlässt die Provence und findet eine neue Bleibe in Auvers bei Paris. Hier ist er in der Nähe seines Bruders, der seit Jahren für van Goghs Lebensunterhalt aufkommt und seine einzige verlässliche Bezugsperson ist. Außerdem betreut ihn ein kunstbegeisterter Arzt. Vergebens. Gute zwei Monate später erschießt sich van Gogh.

In Saint-Rémy kann man im Kloster Saint-Paul-de-Mausole eine Nachbildung des Raumes besichtigen, den van Gogh einst in der Irrenanstalt dieses Klosters bewohnte. In der Umgebung der Klinik liegen einige der Orte, die er auf seinen berühmtesten Gemälden festhielt. Die Stellen sind durch Schilder markiert, einen ausgeschilderten Rundgang gibt es jedoch nicht. Einen solchen findet man aber in Arles. Hier leiten in den Boden eingelassene Wegweiser auf den Spuren van Goghs durch die Stadt, bis hin zu der berühmten Cafétterasse, deren Abendstimmung

van Gogh auf so geniale Weise festgehalten hat. Die Nacht ist blau, am prächtigen Himmel tanzen fantastische Sterne. Das hell erleuchtete Café drängt sich vorwitzig in den Vordergrund und lädt dazu ein, den lauen Sommerabend auf seiner Terrasse zu genießen. Heute heißt es „le café la nuit“ und ist originalgetreu restauriert. Es liegt an der Place du Forum, und tatsächlich: Wenn es in den Abendstunden beleuchtet wird, ist man van Gogh mit einem Mal ganz nahe. Die Besucherbewertungen sind allerdings überwiegend vernichtend. Vielleicht sollte man es beim Anschauen belassen.

**FLEURS DE COURGETTES –
GEFÜLLTE ZUCCHINIBLÜTEN**

Zutaten für 4 Personen: 12 Zucchini Blüten, 2 kleine Zucchini, 200 g Ziegenfrischkäse, 4 Eier, 2 Schalotten, 1 Bund Basilikum, 3 El Mehl, Salz, Pfeffer, Olivenöl

Zubereitung: Die Blüten vorsichtig abspülen und auf Küchenkrepp trocknen. Dann behutsam öffnen, Stempel und Staubgefäße entfernen.

Die Zucchini waschen, das Stielende entfernen und mit der Küchenreibe grob raspeln. Die Schalotten schälen und fein hacken. Die Basilikumblättchen abzupfen, waschen und hacken.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, die Schalotten darin glasig andünsten. Dann die Zuchiniraspeln dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und bei schwacher Hitze unter gelegentlichem Rühren 10 Minuten lang dünsten. Dabei nur leicht bräunen lassen. Anschließend in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.

Dann 2 aufgeschlagene Eier, Frischkäse und Basilikum unter die Masse heben und diese mit einem Löffel vorsichtig in die Blüten füllen. Die Blütenspitzen leicht zusammendrehen und mit Küchegarn verschließen.

Nun das Mehl mit etwas kaltem Wasser zu einem glatten, nicht zu flüssigen Brei verrühren und zehn Minuten lang quellen lassen. Die beiden verbliebenen Eier aufschlagen und dabei in Eigelb und Eiweiß trennen. Das Eigelb unter den Brei rühren, das Eiweiß steifschlagen und vorsichtig unterheben. Die Zucchini Blüten in diesem Teig wälzen, nicht salzen.

In einer Pfanne reichlich Olivenöl erhitzen und die Blüten darin ausbacken, bis sie appetitlich gebräunt sind. Salzen, das Küchegarn entfernen und sofort servieren. (Das Problem mit dem Garn kann man natürlich auch den Tischgästen überlassen. Binden Sie es zu kleinen Schleifchen, dann sieht es sogar nett aus.)

Man genießt die Blüten als Vorspeise mit Baguette oder auch als Hauptgericht mit Safranreis und Tomatensauce.

Leider sind Zucchini Blüten bei uns nicht leicht zu bekommen. Wer einen Garten oder einen Balkon besitzt, kann aber ganz leicht selbst Zucchini ziehen. Es lohnt sich!

DIE BLÜTE DER PROVINZ – VOM GUTEN LEBEN IN VAISON-LA-ROMAINE

Ein Fluss zerteilt die Kalksteinfelsen mit seinem weißlich-hellblau strahlenden Wasser. Oben auf ihrer Kuppe liegt das „Oppidum“, ein befestigtes Lager der Kelten, die diese Region bewohnen. Es ist ihre Provinzhauptstadt, seit vielen Jahrhunderten leben sie an den Ufern des kleinen Flusses. Sie haben sich mit den Griechen arrangiert, die im Süden des Landes an der Küste leben, und sie treiben regen Handel mit ihnen. Aber die Zeiten ändern sich.

Die Griechen haben ihren Einfluss mit den Jahren immer weiter eingebüßt. Neue Herren sind an ihre Stelle getreten: die Römer. Und eines Tages im zweiten Jahrhundert vor Christus ist es schließlich so weit: Die streitbaren Römer erobern auch die Hauptstadt der Kelten, Vasio Vocontiorum, das heutige Vaison-la-Romaine.

Aber die Römer sind nicht gekommen, um zu zerstören. Sie schließen Verträge mit den Kelten und leben fortan gemeinsam mit ihnen an den fruchtbaren Ufern des kleinen Flusses. Und sie bringen die Errungenschaften ihrer Kultur mit sich: Sie errichten Villen und Thermalbäder, Amphitheater und Aquädukte, Brücken und Tempel. Die kleine Stadt blüht auf. Um die zehntausend Menschen leben jetzt hier. Sie ist eine Hochburg der römischen Provinz, der „provincia“. Dieser Name sollte der Region fortan anhaften bleiben. Denn die Provence ist eine der

ersten römischen Provinzen überhaupt und vielleicht das Musterbeispiel für den Export römischer Hochkultur in andere Gegenden der damals bekannten Welt.

Doch auch die Zeit der Römer fand irgendwann ein Ende. Die Franken fielen eines Tages in Vaison-la-Romaine ein und beschädigten die Stadt schwer. In der Folge dieser Katastrophe entstand auf dem Felsen über dem kleinen Fluss eine mittelalterliche Trutzburg, in deren Schutz die kleine Stadt zu neuer Blüte kam. Die Bewohner zog es immer mehr ans linke Flussufer, der Ortsteil am anderen Ufer verfiel zusehends. Als man schließlich mit dem Wiederaufbau begann, entdeckte man Reste der antiken römischen Siedlung. Vor gut hundert Jahren nahm man schließlich systematische Ausgrabungsarbeiten in Angriff.

Und so hat Vaison-la-Romaine heute die größte archäologische Ausgrabungsstätte von ganz Frankreich zu bieten. Das stolze Amphitheater mit Platz für fünf- bis sechstausend Zuschauer wurde einst in den Fels geschlagen und ist gerahmt von den Resten prächtiger Tempel und luxuriöser Thermen. In einer der Villen können noch heute die schönen Mosaikböden besichtigt werden, der Garten mit Wasserbecken vermittelt einen Eindruck von der opulenten Lebensart der Römer. Obwohl das Herz der alten römischen Stadt, das Forum und die Basilika, nicht freigelegt werden konnte, weil es von der modernen Stadt überbaut ist, kann man jetzt immerhin ein Fünftel der Römerstadt besichtigen. Das sind stolze dreizehn Hektar.

Doch das augenscheinlichste Überbleibsel aus römischer Zeit ist vielleicht die kleine Brücke, die den Fluss Ouvèze überspannt. Sie ist nur 17 Meter lang, aber sie war eine der wichtigsten Brücken der ganzen Region, denn sie stellte die einzige Überquerungsmöglichkeit der Ouvèze dar. Als Zollbrücke brachte sie gute Einnahmen, und mit einem Wehrtor schottete sie die Oberstadt vor feindlichen Übergriffen ab.

Das Erstaunlichste aber ist, dass diese Brücke noch heute ihren Dienst tut. Denn immerhin stammt sie aus dem ersten nachchristlichen Jahrhundert, und sie musste so manches Hochwasser überstehen. Selbst den deutschen Truppen, die sie im Zweiten Weltkrieg zu sprengen versuchten, widerstand diese Brücke mit Erfolg. Sie ist ein wahres architektonisches Meisterwerk.

Was sie auszuhalten vermag, kann man sich vielleicht vorstellen, wenn man an das schreckliche Hochwasser von 1992 denkt. Damals rissen die Fluten der angeschwollenen Ouvèze 35 Menschen in den Tod, hunderte von Häusern wurden zerstört. Eine neue Ufergestaltung soll derartiges Unglück in Zukunft verhindern.

Denn Vaison-la-Romaine ist auch heute noch eine lebendige Stadt. Alle drei Jahre ist sie Schauplatz eines großen internationalen Chorfestivals. Und jedes Jahr im Sommer gibt es ein Tanzfestival im römischen Amphitheater. Die malerische Altstadt von Vaison-la-Romaine mit ihren verwinkelten Gassen, dem Kopfsteinpflaster, kleinen

Plätzen, zahlreichen Restaurants, Galerien und kleinen Läden ist ausgesprochen charmant.

Die meisten Touristen aber kommen wegen des großen Marktes in die Stadt. Jeden Dienstagmorgen öffnet er seine Pforten, zahlreiche Stände locken mit typischen Produkten aus der Provence. Doch er ist nur einer von vielen Märkten – den Kleinoden der Provence. Was hat es damit auf sich? Schauen wir uns die Märkte einmal genauer an.

**SALADE DE POIS CHICHES AVEC DES TOMATES –
KICHERERBSEN-TOMATEN-SALAT**

Zutaten für 4 Personen: 500 g gegarte Kichererbsen, 3 Frühlingszwiebeln, 6 reife Tomaten, 1 Bund Blattpetersilie, 2 Zweige Thymian, 100 g getrocknete Tomaten, 1 Knoblauchzehe, 2 Zitronen, 2 Tl Zucker, 100 ml Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Die Tomaten häuten, entkernen und in kleine Würfel schneiden. In eine Schüssel geben und mit dem Zucker bestreuen. Durchrühren und mindestens 10 Minuten lang stehen lassen.

Die Petersilienblättchen abzupfen und fein hacken. Die Frühlingszwiebeln putzen und in Röllchen schneiden. Die Knoblauchzehe fein hacken. Die getrockneten Tomaten in Streifen schneiden. Die Thymianblättchen abzupfen.

Die Kichererbsen in einem Topf kurz erwärmen, dann durch ein Sieb abgießen und noch während sie warm sind in einer Schüssel mit dem Olivenöl begießen. Salzen und pfeffern, die Zitronen auspressen und den Saft ebenfalls dazugießen. Die Frühlingszwiebeln, den Knoblauch, die Thymianblättchen und die getrockneten Tomaten zugeben und eine Stunde lang bei Zimmertemperatur durchziehen lassen.

Zum Schluss die gewürfelten Tomaten und die Petersilie unterrühren und mit Baguette servieren.

BON MARCHÉ? – DIE MÄRKTE DER PROVENCE

Die Herbstsonne taucht die pastellfarbenen Fassaden der alten Häuser in ihr goldenes Licht. Die Blätter der hohen Platanen haben sich schon zu verfärben begonnen, die mächtigen Kronen der Bäume lichten sich allmählich und verkünden den herannahenden Winter. Doch noch ist es warm, das Land scheint den Atem anzuhalten und ganz still zu stehen, so als könne es die Sommerzeit ewig festhalten. Eine geheimnisvolle Ruhe liegt in der Luft, alle Geräusche scheinen merkwürdig gedämpft. Es ist eine fast schon surreale Ruhe, sie erscheint wie von den warmen Tönen der herbstlichen Sonnenstrahlen in die Luft gezaubert. Die Zeit steht still.

Auf dem kleinen Marktplatz von Riez ist eine lange Tafel aufgebaut. Zahllose Karaffen, Flaschen und Gläser bedecken den Tisch. Menschen neigen sich lachend einander zu, sie plaudern und genießen den lauen Samstagnachmittag. Um den Platz herum sind kleine Marktstände aufgebaut. Passanten bummeln vorbei, sie führen ihre Hunde aus, sie erledigen letzte Einkäufe vor dem Sonntag. Hier und da führt jemand einen Plausch mit einer Marktfrau, kostet ein Stück Käse oder lässt sich ein Stück vom Spanferkel abschneiden. Es geht gemächlich und gemütlich zu, man hat Zeit, hier auf dem kleinen Markt von Riez.

Die Märkte der Provence sind ein unwiderstehlicher Magnet für alle, die gerne herumstöbern und es lieben, kleine, besondere Dinge zu entdecken. Sie finden meistens vormittags statt, doch mancherorts, wie hier in Riez, bleiben einige Stände bis zum Abend hin aufgebaut. Wären wir schon am Morgen nach Riez gekommen, dann hätten wir ein quirliges Treiben von mehr als hundert Händlern angetroffen, die alles feilbieten, was die Region an Produkten hervorbringt. Da gibt es Fleisch und Wurst, Fisch, Brot und Gebäck, Süßigkeiten, Obst und Gemüse, Marmeladen und Honig, Wein und Kräuter. Aber auch Küchengeräte, Möbel, Kleidung, Spielwaren, Blumen und Pflanzen. Der Markt von Riez findet außer am Sonntag auch mittwochs statt, und dann gesellen sich in den Wintermonaten zwischen November und März noch die Trüffelhändler zu den Anbietern. Sie verkaufen die kostbaren Pilze, die sie in den Wäldern der Provence gefunden haben. Überall sind jetzt die Trüffelsammler auf speziellen Trüffelmärkten unterwegs, und Spezialitätenjäger sind ihnen dicht auf den Fersen, sodass man meinen könnte, in das obskure Treiben eines Schwarzmarktes geraten zu sein. Denn die Verkäufe finden oft aus dem Kofferraum heraus statt, diskret, schnell und gegen große Scheine von Bargeld.

Die Sommerwochenmärkte der Provence sind dagegen ein sinfonisches Fest für die Sinne. Sie finden an verschiedenen Wochentagen in allen Städten und größeren Dörfern statt, manchmal in den Nachmittags- und Abend-

stunden, in der Regel aber am Vormittag zwischen 8 und 13 Uhr. Dann lohnt es sich, früh zu kommen, gibt es doch jetzt weder Parkplatzprobleme noch ist das Gedränge allzu groß. Beides wird sich spätestens ab 10 Uhr ändern, besonders in der Hauptreisezeit. Denn Touristen lieben die Märkte der Provence, besonders die Bauernmärkte, auf denen zwischen Ostern und Ende Oktober ausschließlich einheimische Landwirte ihre Produkte verkaufen – das ist die bodenständige Provence mit leckeren Köstlichkeiten, wie man sie sich vorstellt. In der Folge dieser Entwicklung werden manche der großen Märkte immer touristischer, Spezialitäten wie Käse und Nougat erreichen horrenden Preise und gerne darf's ein bisschen mehr sein. Vor allzu aufdringlichen Marktleuten hütet man sich besser, hier hilft ein klares und bestimmtes „non merci“.

Suchen Sie sich also einen authentischen Markt und schwelgen Sie dort in den Farben und Düften der Provence. Probieren Sie die Erdbeeren aus Carpentras, die Melonen aus Cavillon und die Kirschen aus Comtat, das Lamm aus Sault und den Knoblauch aus Piolenc. Und da lassen sich auch mancherlei zauberhafte Kleinigkeiten entdecken. Einer meiner Freunde ist von den Märkten gar nicht mehr wegzubekommen, ich glaube fast, er fährt nur ihretwegen in die Provence. Er schwärmt zum Beispiel vom Stand eines Imkers in Sault, wo er Lippenbalsam mit Bienenwachs und Lavendel entdeckt hat, und das Leben ist für ihn nicht mehr vorstellbar ohne die herrlich duftenden,

handgemachten Seifen, die ohne tierische Fette und künstliche Paraffine auskommen. Die Seifen der Provencemärkte, so sagt er, sind deshalb viel hautverträglicher und umweltfreundlicher als alle anderen, die er kennt. Er kauft sogar sein Spülmittel nur noch in Frankreich, denn es duftet besser und enthält keine Inhaltsstoffe auf Basis von Mineralöl. Und Freunde und Verwandte beglückt er bei der Heimkehr mit seifigen Souvenirs. Besonders die Rosmarinseife hat es ihm angetan.

Schlendern Sie an den Ständen vorbei und entdecken Sie außer Seifen auch duftende Kräuter und Gewürze, selbstgepresstes Olivenöl, feinen Essig, köstlichen Honig oder erntefrisches Obst und Gemüse. Probieren Sie die angebotenen Käsesorten und finden Sie heraus, welcher Ihnen am besten schmeckt. Kosten Sie vom Wein, mögen Sie lieber einen süßen Dessertwein wie den Banjuls, oder bevorzugen Sie einen leichten, süffigen Rosé? Möchten Sie handgemachte Töpferwaren mit nach Hause nehmen? Dann achten Sie aber darauf, dass diese wirklich in der Provence hergestellt wurden und nicht irgendwo in Asien. Denn auch in Südfrankreich ist die Globalisierung mittlerweile angekommen.

Eine Handvoll Märkte will ich kurz erwähnen, aber die Provence ist groß. Deshalb ist es nur eine knappe Auswahl. Allerorten werden Sie einen Markt finden, dessen Besuch sich lohnt. Wenn Sie jedoch in der Nähe von Velleron sein sollten, dann haben Sie täglich die

Gelegenheit, den großen Bauernmarkt zu besuchen, der im Sommer abends ab 18 Uhr stattfindet. Er zählt zu den hundert „marchés d’exception“, den als besonders herausragend anerkannten Märkten Frankreichs. Mit dieser Auszeichnung schmückt sich auch der Marché Provençal von Carpentras, der Freitagmorgens stattfindet. Er ist ein Rausch von Farbe und Duft. Melonen, Basilikum, Knoblauch, Trüffel, Erdbeeren, Blumen, Käse, das bunte Durcheinander fügt sich zu einem malerischen Gesamtbild zusammen. Diesen Markt gibt es offiziell schon seit 1155, was ein päpstliches Dokument belegt.

Sonntags treffen sich die Freunde außergewöhnlicher Märkte in L’Isle-sur-la-Sorgue, denn auch dieser Markt trägt die bereits erwähnte Auszeichnung. Am ersten Sonntag im August gibt es hier sogar noch einen ganz besonderen Markt: den Marché Flottant, einen Markt auf Booten. Es ist die Wiedererweckung einer alten Tradition, denn früher verkauften die Fischer ihren Fang direkt von den Booten aus. Heute verkaufen sie in Trachten gekleidet auf den alten Holzkähnen Oliven, Wein, Käse, Blumen, Obst und Brot.

Ein weiterer „marché d’exception“ findet am Sonntagvormittag in Coustellet statt, üppige Märkte gibt es in Uzès, Apt, Cadent und natürlich in den Großstädten wie Avignon, Arles oder Marseille.

Als ich das erste Mal auf einer Provencereise nach einer Tour durch den Grand Canyon du Verdon zufällig auf den Markt von Riez geriet, habe ich weder Lavendelhonig

noch Rosmarinseife gekauft. Ich habe mich einfach auf die Terrasse eines kleinen Bistros am Rand des Marktplatzes gesetzt, ein Glas kühlen Roséwein getrunken und dem heiter-gelassenen Treiben an den Ständen zugeschaut. Ganz entspannt und sehr französisch!

**DORADE GRILLÉ PROVENÇALE –
GEGRILLTE DORADE NACH PROVENZALISCHER ART**

Zutaten für 4 Personen: 4 Doraden, 1 Zwiebel, 4 Knoblauchzehen, 3 Rosmarinzweige, 5 Thymianästchen, 4 unbehandelte Zitronen, 100 ml Olivenöl, Salz Pfeffer

Zubereitung: Die Zitronen waschen. Von einer die äußere, gelbe Schale abreiben, 3 Zitronen auspressen, die vierte (nicht die, von der die Schale abgerieben wurde) vierteln und beiseitelegen. Die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Das Olivenöl mit dem Zitronensaft und dem Schalenabrieb gut verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen. Thymianblättchen und Rosmarinnadeln von den Zweigen zupfen und daruntermischen.

Die Fische waschen und trockentupfen, anschließend in einer Schüssel mit der Marinade bedecken, dabei kurz öffnen, damit auch die Innenseiten damit in Kontakt kommen. Mit den Zwiebelringen belegen. Abdecken und 30 Minuten lang im Kühlschrank durchziehen lassen. Dann aus der Marinade nehmen, mit Küchenkrepp leicht abtupfen und außen und innen salzen und pfeffern. Auf dem Grill von jeder Seite ca. 3 Minuten lang grillen, alternativ in der Pfanne in heißem Olivenöl braten.

Währenddessen die Marinade in einem Topf erhitzen. Die fertigen Fische damit beträufeln und je mit einem Zitronenviertel servieren. Dazu passen grüner Salat in Vinaigrette und Rosmarinkartoffeln oder Baguette.

WILDLEBEN MIT MÜCKE – DIE CAMARGUE

*A*ls ich noch ein kleines Mädchen war, interessierte ich mich sehr für alles, was mit Pferden zu tun hat. Eines Tages schenkte mir jemand einen Bildband mit dem Titel „Die Pferde der Camargue“. Zwar enthielt er nur Schwarzweißaufnahmen, aber dennoch war ich hin und weg von der Schönheit der abgebildeten Pferde und der fremdartigen Landschaft. Hier, zwischen schier undurchdringbaren Wäldern aus Schilf, lebten die stolzen weißen Pferde in völliger Freiheit zwischen schwarzen Stieren und rosa Flamingos. Ein Paradies der Natur, der Himmel auf Erden für alle Pferdeliebhaber!

Jahrzehnte später war es endlich so weit: Ich machte mich auf den Weg in die Camargue. Voller Vorfreude malte ich mir aus, all die Bilder aus dem Buch meiner Kindheit endlich in der Wirklichkeit zu sehen. Wie herrlich musste das sein!

Als wir schließlich in der Camargue ankamen, wurde ich herb enttäuscht. Endlos flach zieht sich das Land hier im Rhônedelta dahin, weite Teile sind landwirtschaftlich genutzt. Auf dem Schwemmland werden Mais, Weizen und Reis angebaut, zur Rhône hin ist das Land komplett eingedeicht, sodass die Überschwemmungen, die einst das Gesicht des Schilflandes prägten, nicht mehr stattfinden können. Südlich von Salin-de-Giraud nimmt eine gewaltige Meerwassersaline das ganze Gebiet ein. Auf dem Weg nach

Saintes-Maries-de-la-Mer ziehen sich Wiesen und Schilfgebiete dahin. Hier habe ich auch endlich die Camargue-Pferde entdeckt. Sie standen gesattelt und aufgezügelt an Holzbalken festgebunden in der prallen Sonne und warteten auf vorbeifahrende Touristen, die eine Runde hoch zu Ross wagen wollten. Ihre dunklen Samtaugen blickten stumpf und freudlos ins Leere – ich war entsetzt.

Es war im Juli, und Saintes-Maries-de-la-Mer quoll über von sonnenhungrigen Urlaubern. Der Hafen lag voller kleiner Segelyachten, und an der Strandpromenade waren die Terrassen der Schnellrestaurants dicht gefüllt mit hungrigen Touristen.

Auf der Einkaufsstraße drängten sich die Menschen zwischen Läden mit buntem Plastikspielzeug, kitschigen Souvenirs und in Massenproduktion erzeugten „typischen“ Spezialitäten. Am Strand lagen die Sommerfrischler Leib an Leib in der prallen Sonne und kämpften um die begehrte Urlaubsbräune. Das war nicht der Ort meiner Träume. Ganz und gar nicht.

Die Schönheit der Camargue erschließt sich dem Neuling denn auch erst auf den zweiten Blick. Weite Gebiete der Region stehen unter Naturschutz und dürfen von Besuchern teilweise gar nicht betreten werden. Mancherorts ist das Gelände sumpfig und unwegsam. Die Flora ist eintönig und karg. Denn hier gedeihen nur Pflanzen, die in salzigem, wasserreichem Boden wachsen können.

Als Ausgleich für diese eher unspektakuläre Vegetation bietet die Camargue aber eine faszinierende Vogelwelt. Es gibt sie tatsächlich, die rosa Flamingos! Nirgendwo sonst in Südeuropa leben mehr davon als hier in der Camargue. Sie stelzen durch die Feuchtgebiete und leben von den kleinen Salinenkrebse, die es hier überall gibt. Aber sie sind bei weitem nicht die einzigen gefiederten Bewohner der Camargue.

Es sind – die Zugvögel mitgerechnet – weit mehr als 300 Vogelarten, die diesen Landstrich bevölkern. Hier gibt es seltene Piepmatze mit so merkwürdigen Namen wie Bienenfresser, Blauracke, Kuhreiher, Rohrdommel, Lachseschwalbe, Dünnschnabelmöwe oder Häherkuckuck. Sie alle zusammen sorgen dafür, dass die Camargue eines der wichtigsten Vogelschutzgebiete Europas ist. Wer es ganz genau wissen will, der besucht den Parc Ornithologique nördlich von Saintes-Maries-de-la-Mer.

Es lohnt sich also doch, das Auto zu verlassen und sich zu Fuß oder mit dem Fahrrad auf den Weg durch die Camargue zu machen, vorbei an Brackwasserseen, Salzsteppen, Tümpeln und Sümpfen, durch die Dünen bis hin zum Strand.

Und der hat es in sich: Fast hundert Kilometer misst der breite, feinsandige Strand der Camargue. In der Hauptsaison geben sich hier die Wohnmobilisten ein Stelldichein, doch außerhalb dieser Zeit ist der Strand oft ganz menschenleer.

Schon die Römer haben hier in der Camargue Salzgärten angelegt, und das „fleur de sel“ ist ein begehrtes Mitbringsel. Die Salinen erinnern in ihrer kahlen Leblosigkeit an Mondlandschaften oder zumindest an das Tote Meer. Bei Salin-de-Giraud kann man einen kleinen Aussichtsturm erklimmen und den Blick über die Salzwasserbecken schweifen lassen. Sie leuchten in überirdischem Rosa, während die weißen Salzberge unter der Sonne strahlen. Ihre rosa Farbe verdanken die Salzbecken den kleinen Krebsen, die sich bei dem hohen Salzgehalt in den Salinen stark vermehren. Sie sind es auch, die für die rosa Farbe ihrer Fressfeinde, der Flamingos, verantwortlich sind.

Salin-de-Giraud selbst ist kein wirklich reizvoller Ort. Ende des 19. Jahrhunderts siedelte sich hier eine belgische Chemiefabrik an, denn das Salz ist ein wichtiger Grundstoff der chemischen Industrie. Aus dieser Zeit stammen die tristen Arbeiterhäuser des Ortes. Doch jedes Jahr im Juli oder August blüht das Städtchen auf. Dann dreht sich alles um die Arène de Salin-de-Giraud, die große Arena: Es ist die Zeit des „course camarguaise“ – Stierkampf!

Denn die berühmten schwarzen Stiere der Camargue werden nicht nur als Fleischlieferanten, sondern hauptsächlich auch für den Stierkampf gezüchtet. Zwar gilt ihr Fleisch als Delikatesse, es ist mager, zart und erinnert ein wenig an Wild. Doch sie sind ziemlich aggressiv und konnten nie als Hoftiere gezähmt werden, man kann sie nur in der Freiheit der Camargue halten. Sie machen sich

wirklich imposant, die kräftigen Tiere mit den beeindruckenden Hörnern.

In mehr als sechzig Städten Südfrankreichs finden Stierkämpfe statt, zum Beispiel auch in der römischen Arena von Arles. Das finde ich weniger erfreulich, doch die Course Camarguaise sind völlig unblutig. Es sind eigentlich eher riskante Stierspiele, die strengen Regeln unterworfen sind. Dabei geht es darum, den Stier auszutricksen und die an seinem Gehörn befestigten Kokarden und Quasten mit einer Art Kamm, dem „crochet“, zu erhaschen. Pro erobelter Trophäe gibt es für den Stierkämpfer, den „raseteur“, einen Geldpreis, doch die kampfeslustigen Stiere machen es den jungen Männern nicht leicht. Oft hilft nur ein hastiger Sprung über die Bretterwand, um sich vor den Hörnern in Sicherheit zu bringen. Nach fünfzehn Minuten ist der Wettkampf beendet und der nächste Stier ist an der Reihe. Stiere, die ihre Quasten erfolgreich verteidigen, gelten als Sieger und werden wie Helden gefeiert. Ihre Karriere dauert fünfzehn Jahre, danach fristen sie ihren Ruhestand in der Freiheit der Camargue.

Doch wo sind die weißen Wildpferde? Das Camargue-Pferd wurde schon von Julius Caesar erwähnt. Er war so begeistert von den kleinen, robusten Pferden, dass er Gestüte für sie in der Gegend von Arles gründen ließ. Als die Mauren nach Südfrankreich kamen, mischten sich die Camargue-Pferde mit deren Araber- und Berberpferden, doch davon abgesehen sind die Camargue-Pferde

rasserein. Die Fohlen kommen mit dunklem Fell zur Welt und erst die ausgewachsenen Pferde werden im Alter von fünf bis sieben Jahren weiß. Sie haben einen ausgeprägten „Cow Sense“ und werden deshalb von den Cowboys, die die Herden der Kampfstiere hüten, sehr geschätzt.

Die Zucht dieser Tiere findet tatsächlich in einem sogenannten „Wilden Gestüt“ statt. Wie im Merfelder Bruch bei Dülmen in Westfalen leben die Pferde in riesig großen, naturbelassenen Freigehegen ohne jede züchterische Kontrolle wie in freier Wildbahn zusammen. Und sie leben nicht erst seit den Zeiten Caesars hier in der Camargue, sondern mindestens schon seit der Jungsteinzeit. Vermutlich stammen sie von eiszeitlichen Solutröpferden ab. Sie sind zutraulich und lammfromm, und doch wird man sie in freier Wildbahn eher nicht zu Gesicht bekommen. Zu groß ist das Gebiet, in dem sie leben, und zu undurchdringbar.

Ich muss mich also damit begnügen, die Camargue-Pferde auf der Weide anzuschauen. Und dabei mache ich die Bekanntschaft mit einer anderen Tierart, die die Camargue gleich milliardenfach bevölkert: blutrünstige Mücken. Das Wildleben der Camargue ist wohl doch etwas anders, als ich es mir vorgestellt hatte.

Wer aber die Sumpflandschaft auf dem Rücken eines echten Camargue-Pferdes entdecken möchte, der findet unter den zahllosen Reiterhöfen mit Sicherheit auch solche, die ihre Tiere freundlicher behandeln als diejenigen, die mir

bei meiner Ankunft aufgefallen waren. Ein Ausritt durch die Landschaft der Camargue ist für jeden Reiter ein Traum. Zumindest, wenn er sich genug Mückenschutzmittel mitgebracht hat.

BŒUF GARDIANE

Zutaten für 4 Personen: 1,2 kg Rinderschmorfleisch, 4 Zwiebeln, 6 Knoblauchzehen, 8 Möhren, $\frac{3}{4}$ l Rotwein, 150 g schwarze Oliven (entsteint), 1 Bouquet garni (Kräuterstrauß aus Petersilie, Thymian und Lorbeer), Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Das Fleisch in große Stücke schneiden, Knoblauch, Zwiebeln und Möhren schälen bzw. putzen und in kleine Würfel schneiden. In einer Schüssel das Gemüse mit dem Wein vermischen und das Fleisch in der Flüssigkeit 24 Stunden lang bei Zimmertemperatur marinieren.

Danach durch ein Sieb abgießen, Fleisch und Gemüse trennen, die Flüssigkeit auffangen. Das Fleisch mit Küchenkrepp trocken tupfen. In einem Bräter Olivenöl stark erhitzen und das Fleisch nach und nach darin anbraten. Mit der Marinade ablöschen und aufkochen lassen. Dann die Hitze reduzieren, das Gemüse, das Bouquet garni und die abgetropften Oliven begeben und das Ganze 2 $\frac{1}{2}$ Stunden lang bei geringer Hitze köcheln lassen. Anschließend das Bouquet garni entfernen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Auf tiefen Tellern mit der Sauce und dem Gemüse anrichten und mit Baguette servieren.

DER SCHÄDEL UND DAS HOROSKOP – DIE GESCHICHTE DES NOSTRADAMUS

„Dort ist es!“, brüllte der junge Soldat und stürmte los. Aufgeregt schloss sich ihm die Rotte seiner Kameraden an, die irritiert im Halbdunkel der Kirche gestanden hatten. Blinzeln hatten sie Orientierung gesucht. Irgendwo im Schatten des Säulengangs musste es sein. Das Grab des teuflischen Freundes der Monarchen.

Und tatsächlich! Der junge Soldat hatte es entdeckt! Wie im Fieber zerrten sie an der Grabplatte, wuchteten sie schließlich empor. Vor ihnen lagen die bleichen Gebeine des Mannes, der 225 Jahre zuvor gestorben war. Das wilde Gelächter der Männer hallte durch das Kirchenschiff. Sie rissen die Knochen heraus und warfen sie durch die Luft. Der junge Soldat aber griff sich den Schädel und hielt ihn triumphierend in die Höhe. „Nichts als ein leeres Gefäß bist du, Königsarzt“, rief er, „nun sieh, wozu du einzig taugst!“ Dann nahm er den Schädel und füllte ihn aus dem Trinkschlauch, in dem er Wein bei sich trug, hob ihn erneut und ließ unter dem tobenden Beifallsgebrüll seiner Kameraden die Flüssigkeit aus dem Schädel in seinen Mund laufen.

Diese makabre Geschichte soll sich während der Wirren der Französischen Revolution zugetragen haben. Soldaten der Nationalgarde aus Marseille waren in die kleine Minoritenkirche eingedrungen und schändeten in

blinder Zerstörungswut das Grab des Michel de Nostredame, genannt Nostradamus. Warum sie diese irrsinnige Wut verspürten, ist nicht überliefert. Aber es ist anzunehmen, dass es etwas mit der Karriere des Nostradamus zu tun hatte.

Denn es hieß, dass Nostradamus zwei Jahre vor seinem Tod im Jahr 1566 zum Leibarzt des Königs Karl IX. ernannt worden war. Insbesondere dessen Mutter, Caterina de' Medici, hatte Gefallen an dem eloquenten Mann gefunden. Sie interessierte sich für alle Mysterien, die für den menschlichen Geist im Dunklen verborgen liegen, für Okkultes, für Magie und Astrologie. Und Nostradamus war ein berühmter Seher. Schon seit vielen Jahren veröffentlichte er alljährlich seinen Almanach, in Metaphern verschleierte Verse, mit denen er behauptete, die Zukunft vorherzusagen. Einen gewaltigen Zeitraum umfassen diese Prophezeiungen, nämlich exakt 3797 Jahre. So jedenfalls hatte Nostradamus es seinem Sohn César erklärt.

Vieles über Nostradamus wurde mit dem Verrinnen der Jahrhunderte in die Vergessenheit gedrängt. Anderes wurde hinzugedichtet oder verfälscht. So kommt es, dass man über die meisten Tatsachen im Zusammenhang mit Nostradamus nur noch spekulieren kann. Fest steht, dass der berühmte Seher am 14. Dezember 1503 in Saint-Rémy bei Arles in der Provence geboren wurde. Doch schon um seine Abstammung ranken sich die ersten Mythen. Seine beiden Großväter sollen die Leibarzte des zur damaligen

Zeit sehr verehrten Königs René gewesen sein, doch tatsächlich war der eine wohl Getreidehändler und Notar, der andere Landarzt und Steuereintreiber. Jedenfalls war auch sein Vater im Getreidehandel tätig und außerdem kirchlicher Notar von Saint-Rémy.

Die Ahnen der Familie waren jüdischen Ursprungs und irgendwann zum Katholizismus konvertiert. Bei dieser Gelegenheit hatten sie den Namen „Nostredame“ angenommen.

Der Urgroßvater nahm den kleinen Michel unter seine Fittiche und lehrte ihn Latein, Griechisch, Hebräisch und Mathematik, aber auch die zur damaligen Zeit als Wissenschaft anerkannte Astrologie. Als Uropa starb, schickte man Michel auf die Universität von Avignon. Hier studierte er das „Trivium“, die drei sprachlichen Fächer der „Sieben Künste“. Das waren Grammatik, Dialektik und Rhetorik, also der korrekte Gebrauch der Sprache in Form, Inhalt und Verständlichkeit. Von diesem Wissenschaftszweig des „Trivium“ leitet sich übrigens das Wort „trivial“ ab, das ursprünglich nicht im Sinne von „banal“, sondern im Sinne von „zur grundlegenden Bildung gehörend“ benutzt wurde.

Auf dieses Studium sollte dann das „Quadrivium“ folgen, der mathematische Studienzweig mit den Fächern Arithmetik, Geometrie, Musik und Astrologie, womit die „Sieben Künste“ vollständig waren. Doch zu dieser umfassenden Ausbildung des Michel de Nostredame sollte es

nicht mehr kommen. In Avignon brach die Pest aus, der junge Student verließ die Stadt und die Provence.

Er verdingte sich fortan als Apotheker in Port-Sainte-Marie, einer Ortschaft zwischen Bordeaux und Toulouse. Ob er seine wissenschaftlichen Studien irgendwann wieder aufnahm, ist nicht bekannt. In den folgenden Jahren lebte er an verschiedenen Orten, er heiratete und wurde Vater, verlor seine junge Familie aber durch eine unbekannte Krankheit. Er bekam Ärger mit der Inquisition, weil man ihm unterstellte, mit dem damals aufkommenden Protestantismus zu liebäugeln. Ob er das wirklich tat, lässt sich nicht mehr belegen. Die Vorladung durch die Inquisition reichte jedenfalls für Nostradamus, um das Weite zu suchen. In den nächsten Jahren reiste er durch das Elsass, durch Lothringen und wohl auch durch Italien. Wo genau er sich herumgetrieben hat, weiß man nicht mehr.

Der Tod seines Vaters brachte ihn schließlich zurück in die Provence. Er heiratete erneut und wurde sesshaft. Offensichtlich hatte die Inquisition ihn in der Zwischenzeit vergessen oder verfolgte ihn nicht bis in seine Heimat, denn er blieb unbehelligt. Mehr noch, er hatte Erfolg als Unternehmer und Spekulant, kam zu Geld, Ansehen und fünf Kindern. Seine sprachliche Kreativität und seine überbordende Fantasie brauchten dringend ein Ventil, und jetzt konnte er sich etwas leisten: 1550 begann er mit dem Schreiben der Almanache, die er seit 1555 jährlich veröffentlichte. Inhaltlich nebulös, vieldeutig doch eloquent

dichtete er in französischer Sprache, erzählte von den wunderlichsten Dingen und prophezeite zukünftige Dramen, ohne sich hierbei allzu sehr festzulegen. In seine Schriften lässt sich alles Mögliche hineininterpretieren – üppiger Raum für die wildesten Spekulationen seiner Leser. Bisher war es üblich gewesen, derartiges Schrifttum auf Lateinisch abzufassen, die französische Sprache eröffnete Nostradamus aber eine viel breitere Leserschaft – sein Erfolg war gigantisch. Nostradamus wurde berühmt.

Heinrich II., König von Frankreich, lud den Star an seinen Hof ein, doch wusste der König mit dem merkwürdigen Guru wenig anzufangen. Anders Caterina de' Medici, die Königin: Sie war begeistert! Sie ließ Nostradamus Horoskope für ihre Kinder erstellen. Als Heinrich starb und sein Sohn Karl IX. zum König wurde, brachte dessen Mutter Caterina ihn dazu, Nostradamus zu seinem Leibarzt zu ernennen. Und das, obwohl der gar kein Arzt war.

Er vermochte sich auch selbst nicht zu heilen. Heftige Gichtanfälle hatten schließlich seine Nieren schwer geschädigt, er litt an Wassersucht und starb zwei Jahre nach seiner Beförderung zum königlichen Leibarzt im Alter von 62 Jahren in Salon-de-Provence, einem 30 Kilometer von Saint-Rémy entfernten Städtchen, wo er seine letzten Jahre verbracht hatte.

Was ist dran an den Vorhersagen des Nostradamus? Er hat behauptet, seine Prophezeiungen würden bis ins Jahr 3797 reichen, und ihre Formulierungen sind so offen, dass

sich das Eintreffen der Vorhersagen weder bestätigen noch dementieren lässt. Die von ihm erstellten Horoskope sind voller Fehler, manche sind sogar völlig falsch. Gilt das auch für seine Vorhersagen? Auf Grund welcher Basis hat er sie überhaupt erstellt? Wie kommt er auf die völlig willkürlich erscheinende Zahl 3797?

Er verehrte die astrologischen Schriften von Arcandam. Unter diesem Pseudonym veröffentlichte damals ein Arzt aus Lyon düstere Prophezeiungen. 2242 hatte dieser als das Jahr des Weltuntergangs erkannt, und 1555 veröffentlichte Nostradamus seinen ersten Almanach. Addiert man 1555 und 2242, so erhält man 3797. Das würde aber bedeuten, dass Arcandam den bevorstehenden Weltuntergang nicht für das Jahr 2242, sondern 2.242 Jahre in der Zukunft terminierte und Nostradamus in den Zeitraum seiner Prophezeiungen auch die Vergangenheit mit einbezog. Was wiederum die Möglichkeit der Zuordnung der von ihm beschriebenen Geschehnisse noch weiter erschwert. Denn auf die Angabe von Jahreszahlen hat er vollständig verzichtet.

Trotzdem – oder vielleicht gerade deshalb – ist es ihm gelungen, zum berühmtesten Zukunftspropheten aller Zeiten zu werden. Die Zahl seiner Anhänger ist heute größer denn je, das Mysterium um ihn scheint nichts von seiner Faszination eingebüßt zu haben. Und vielleicht liegt das gerade in der Vielschichtigkeit der Interpretationsmöglichkeiten, die Nostradamus seinen Lesern schenkt und

ihrer Fantasie damit weite und kraftvolle Schwingen verleiht.

Die Knochen des Nostradamus, die von den plündernden Soldaten 1791 so pietätlos verstreut wurden, hat man wieder zusammengeklaut. Sie wurden erneut bestattet und ruhen jetzt in der Dominikanerkirche Saint-Laurent im Städtchen Salon-de-Provence.

VIN D'ORANGE - ORANGENWEIN

Zutaten: 1 Flasche Roséwein, 5 unbehandelte Orangen, 2 Zimtstangen, 100 ml Orangenlikör

Später: 1 Bund frische Minze, 1 Flasche Crémant

Zubereitung: Die Orangen waschen und mit dem Zestensneider die äußere Schale entfernen. In einem gut verschließbaren Topf die Zesten mit dem Orangenlikör begießen, zwei Stunden lang ziehen lassen. Nun mit dem Roséwein aufschütten, die Zimtstangen hinzugeben und das Ganze an einem kühlen Ort 14 Tage lang stehenlassen. Dabei immer wieder mal durchrühren.

Vor dem Verzehr die Flüssigkeit durch ein Sieb in einen Bowletopf gießen und drei Stunden lang in den Kühlschrank stellen. Die Minzeblättchen waschen und abzupfen, trockentupfen und in den Orangenwein geben. Mit gut gekühltem Crémant aufschütten, nach Geschmack auf Eiswürfeln servieren.

EIN MÄRCHEN MIT TRAUIGEM ENDE – MARSEILLE

*N*ann war der König der Kelten. Er herrschte über ein sonnengeküsstes Land, seine Untertanen führten ein glückliches Leben. Und Gyptis, seine Tochter, war das schönste Mädchen weit und breit. Anmutig, gebildet und voller Herzenswärme, von schlanker und aufrechter Gestalt, ihr langes Haar in weichen, glänzenden Wellen über die Schultern fallend, gerade so, als sei sie eine zauberhafte Nymphe.

Wie glücklich musste sich der Mann schätzen, der Gyptis zur Frau nehmen durfte! Nann liebte seine Tochter über alles, deshalb erlaubte er es ihr, sich ihren künftigen Gatten selbst zu erwählen. An einem milden Abend zur Sommersonnenwende kamen die vornehmsten Jünglinge an der Küste zusammen. Am Strand zwischen den Felsen loderte ein Feuer, und die tief stehende Sonne verzauberte den Abend mit prachtvollen Farben. Gyptis hielt einen bronzenen Kelch in den Händen, diesen würde sie dem Mann ihrer Wahl überreichen, sodann sollte die Hochzeit stattfinden.

Da tauchte ein fremdes Schiff auf dem Meer auf, und während alle Augen gebannt auf Gyptis und ihrem Kelch ruhten, landete ein Beiboot mit Fremdlingen am Strand. Gyptis aber ging auf die Fremden zu. Deren Anführer war Protis, ein hochgewachsener Recke mit stolzem Blick und schwarzem Haar. Die Blicke von Protis und Gyptis trafen sich, und wie verzaubert hob Gyptis den Kelch und reichte ihn Protis...

Da mögen die keltischen Jungs ganz schön dumm aus der Wäsche geguckt haben! Jedenfalls erzählt eine alte Legende diese romantische Geschichte, und sie geht noch weiter: Gyptis und Protis heirateten. Gemeinsam gründeten Kelten und Griechen – denn nichts anderes waren die Neuankömmlinge auf dem Schiff – in der Bucht, in der sie aufeinandertrafen, eine Stadt und nannten diese Massalia – Marseille!

Zumindest eines an dieser Geschichte ist wahr: Marseille wurde um 600 v. Chr. von Griechen gegründet. Um genau zu sein waren es Phokäer aus Kleinasien, die mit den Bewohnern der Küste Liguriens Handel trieben. Von diesen bekamen sie das zur Bronzeherstellung begehrte Zinn, im Gegenzug lieferten sie feine Töpferwaren und kostbares Geschmeide.

Als zuhause in Kleinasien Probleme mit persischen Eindringlingen aufkamen, ließen sich die Phokäer in einem natürlichen Hafenbecken nieder, welches sie auf ihren Fahrten entlang der Riviera entdeckt hatten, und gründeten eine Stadt.

Da hatten sie das große Los gezogen: Durch die günstige Lage entwickelte sich die neue Stadt schnell zu einer Handelsmetropole. Denn die Küste war meist schroff und felsig, geschützte Landeplätze wie der Hafen von Massalia waren eine Seltenheit. Die ligurischen Herrscher hatten nichts gegen die neuen Nachbarn, und mit den einheimischen Kelten lebte man in friedlichem Einver-

nehmen. War es doch durch den prosperierenden Handel eine Win-win-Situation.

Streit gab es erst nach ein paar Jahrhunderten, als Kelten aus dem Norden Galliens angriffen. Man rief die machtpolitisch aufstrebenden Römer zu Hilfe – und die blieben. Massalia wurde römisch. Später, in der wirren Zeit nach dem Untergang des römischen Reiches, wechselten die Herrscher, bis Marseille sich schließlich befreite, unabhängig wurde und sich im ausgehenden 15. Jahrhundert dem Königreich Frankreich anschloss.

Fortan hatte Frankreich einen mächtigen Hafen am Mittelmeer. Von hier aus machte man sich auf den Weg, um Afrika und Südasien zu kolonialisieren. Mit der Eröffnung des Suezkanals wurde die Reise noch einfacher – Marseille geriet zum bedeutendsten Hafen Frankreichs und zu einem Zentrum der Mittelmeerseefahrt. Es war eine prachtvolle und superreiche Stadt.

Doch dann kam die Wende. Die traditionellen Industrien Frankreichs erlebten nach dem Zweiten Weltkrieg allmählich ihren Niedergang. Schiffbau und Schwerindustrie spielten keine Rolle mehr. Der aus den Kolonien herbeigeschaffte Reichtum versiegte, denn die Kolonien befreiten sich von Frankreichs Herrschaft und ließen sich nicht länger ausbeuten. Stattdessen kamen die Menschen.

Zehntausende von Algerienfranzosen, abfällig als „pieds-noirs“, „Schwarzfüße“, bezeichnet, ließen sich schon in den Sechzigerjahren des letzten Jahrhunderts in Marseille

nieder. Eilig errichtete man Wohnsilos für die neuen Mitbürger, billige Massensiedlungen, die schnell zu Ghettos gerieten. Denn es gab nicht genug Arbeit für all die vielen Menschen. Illegale Einwanderung, Kriminalität und Schmutz ließen die Situation immer prekärer werden. Schließlich kam es in den Siebzigerjahren zu rassistischen Übergriffen durch die alteingesessene Bevölkerung. Es gab an die hundert Tote, Frankreich war entsetzt. Aus dem ehemaligen Vorzeigehafen war ein Moloch aus Gewalt und Hass geworden.

Immer mehr Einheimische verließen in den Folgejahren die Stadt. Sie siedelten sich in vornehmeren Vororten an oder verließen die Gegend gleich ganz.

Den frei gewordenen Raum besetzten immer mehr Einwanderer aus dem Maghreb, viele davon kamen illegal nach Frankreich. Doch diese Menschen fanden keinerlei soziale Infrastruktur, die sie hätte auffangen können. Armut, Raub, Mord, Drogen und Prostitution waren an der Tagesordnung.

Die üblen Verhältnisse in der Stadt hatten zur Folge, dass auch ihre letzte große Bastion, der florierende Hafen, schließlich zu schwächeln begann. Die aus häufigen Streiks und schlechter Arbeitsmoral resultierende Unzuverlässigkeit sorgte für eine immer schlechter werdende Auftragslage. Hinzu kam, dass das Management der staatlichen Hafengesellschaft die mit Riesenschritten voranschreitende Entwicklung des Containergeschäfts komplett verschlief.

Der Hafen veraltete, verlor seine Bedeutung und dümpelte nur noch vor sich hin.

So kann es nicht weitergehen, sagten sich die Stadtväter in den Neunzigerjahren und begannen dagegenzuhalten. Sie investierten in Stadtsanierung und Kulturförderung. Die alte Prachtstraße Rue de la République wurde wieder auf Hochglanz poliert. Dieser Boulevard entstand während des Zweiten Kaiserreichs nach Pariser Vorbild im Stil Haussmanns. Doch als das Bürgertum, das er anlocken sollte, ausblieb, gab man ihn dem Verfall anheim. Nun verlieh man der verwahrlosten Straße durch Sanierung der alten palastartigen Häuser, durch Anpflanzung von Bäumen und verkehrsberuhigende Maßnahmen neuen Charme. Edle Boutiquen und schicke Apartments sorgten für vornehmes Flair. Überall wurde gebaut, so entstand am Hafen ein hypermoderner Museumswürfel, die alte Festung Fort-Jean wurde aufwändig restauriert und in einen erlebnisreichen Vergangenheitsparcours umgestaltet, mit dem Ziel, Tradition und Zukunft der Mittelmeerregion zu visualisieren.

Allerorts montierte Videokameras, Sicherheitszonen und unentwegte Polizeipatrouillen, die dank Mountainbikes auch enge Gassen und steile Treppen überwachen, sorgen jetzt für die ständige Kontrolle der Innenstadt. Der Einsatz trug Früchte: Marseille wurde europäische Kulturhauptstadt des Jahres 2013.

In der Folge dieser Entwicklung stiegen die Mieten in der City, die armen Leute wurden in die Randgebiete der

Stadt abgedrängt. Hier lebt ein Drittel der Einwohner an der Armutsgrenze.

So kommt es, dass man heute auf prunkvollen Boulevards durch Marseille flanieren kann, während wenige Kilometer weiter im Norden der Stadt die Autos brennen, angezündet von herumlungern den Jugendlichen ohne Zukunftsperspektive. In den Gegenden mit Betonkasernen aus den Sechzigerjahren floriert allein der Drogenhandel. Ganze Stadtviertel driften in eine finstere Parallelwelt voller Aussichtslosigkeit ab. Für jeden festgenommenen Drogendealer rücken umgehend ein paar andere nach. Denn in den sozialen Brennpunkten der Stadt ist das Rauschgiftgeschäft der größte Arbeitgeber. Dazu kommen die blutigen Bandenkriege, Tote sind hier an der Tagesordnung. Die bisherigen Maßnahmen der Stadt sind im Leeren verlaufen.

Das hat dazu geführt, dass Lokalpolitiker den Einsatz der Armee fordern. Doch kann es wirklich eine dauerhafte Lösung sein, auf Gewalt mit Gegengewalt zu reagieren? Fast siebzig Prozent der Jugendlichen verlassen zum Beispiel im Viertel Cité de la Castellane die Schule, ohne einen Abschluss erreicht zu haben. Jeder zweite Jugendliche in den verwahrlosten Hochhaussiedlungen ist arbeitslos. Teilweise liegt die Arbeitslosenquote unter allen Bewohnern bei bis zu siebzig Prozent.

Und es sind fast ausschließlich Migranten, die dieses Schicksal trifft. Wie viele Migranten tatsächlich unter den 850.000 Einwohnern sind, ist statistisch nicht erfasst. Denn

die Herkunft oder die Religion eines Bürgers dürfen in Frankreich per Gesetz nicht registriert werden. Doch fünfzig Jahre Einwanderung haben das Gesicht von Marseille verändert. Dieser Entwicklung gegenüber hat man sich blind gestellt und tatenlos dabei zugesehen, wie eine Subgesellschaft entstand. Wer dort hinein geboren wird, wächst mit den bizarren Normen und Gesetzen dieser Parallelwelt auf, ohne jede begründete Hoffnung, irgendwann einmal an der legalen Gesellschaft teilhaben zu können.

Im trostlosen Staub vor den Plattenbauten der Cité de la Castellane spielen ein paar Jungs Fußball auf dem Beton. Vor Jahren hat es einer von ihnen geschafft und wurde Frankreichs Star: der Ausnahmefußballer Zinédine Zidane. Wann wird Marseille auch seinen anderen Mitbürgern in diesem Viertel die Hand reichen?

BOUILLABAISSE

Zutaten für 4 Personen: Traditionell braucht man für die Fischsuppe aus Marseille mindestens 7 Sorten Fisch. Nehmen Sie, was Sie bekommen können, am besten je 150-200 g Petersfisch, Knurrhahn, Rotbarbe, Meeraal, Seeteufel, Seewolf, Wolfsbarsch und/oder Drachenkopf, dazu 200 g Garnelen mit Schale und 300 g Miesmuscheln, gerne auch ein bisschen Languste. Außerdem: 2 Möhren, 1 Zwiebel, 1 Fenchelknolle, 5 Knoblauchzehen, 10 Safranfäden, 4 Ästchen Thymian, 2 Lorbeerblätter, 500 g Tomaten, Olivenöl, 5 El Pastis, 250 ml Weißwein, 30 g Tomatenmark, Salz, Pfeffer, 1 unbehandelte Orange

Für die Rouille (Knoblauchsauce): 250 g Crème fraîche, 1 geschälte und gekochte Kartoffel, 5 Knoblauchzehen, 1 El Olivenöl, 2 El Fischbrühe, 1 Tl Zitronensaft, 10 Safranfäden, 2 kleine rote Pfefferschoten, Pfeffer, Salz, Zucker

Außerdem: 4 unbehandelte Orangen, 4 Scheiben Weißbrot, Baguette

Zubereitung: Für die Rouille die Knoblauchzehen schälen und in Stücke hacken. Die Pfefferschoten waschen, halbieren, entkernen und zusammen mit dem Knoblauch im Mörser zerdrücken. Die Kartoffel dazugeben und ebenfalls zerdrücken. In eine Schüssel füllen und die Crème fraîche, die Brühe, das Olivenöl und den Zitronensaft unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken, dann den Safran unterrühren und die Rouille in den Kühlschrank stellen.

Für die Suppe den Fisch putzen, Gräten entfernen, die Abschnitte und Gräten aufheben. Die Garnelen/Languste schälen. Die Muscheln unter fließendem Wasser abspülen, geöffnete Exemplare entfernen.

Die Fischabschnitte, Gräten und die Schalen in einem Topf mit 1 ½ Litern Wasser geben und 30 Minuten lang bei milder Hitze köcheln lassen. Dabei den Schaum abschöpfen. Anschließend durch ein Sieb abgießen.

Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden, Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken, den Fenchel würfeln, die Tomaten häuten, entkernen und vierteln. Die Orange waschen und mit dem Zestenschneider die äußere Schale ablösen.

In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Fischfilets darin kurz anbraten. Salzen, pfeffern und aus der Pfanne nehmen. Nun etwas Öl in die Pfanne nachfüllen, erneut erhitzen und Zwiebeln, Fenchel, Knoblauch und Möhren anbraten. Mit dem Pastis ablöschen, dann das Tomatenmark unterrühren und mit der Fischbrühe und dem Wein in einen Topf füllen. Aufkochen und dann die Hitze reduzieren. Thymian, Lorbeer, Orangenschale und Safran dazugeben, salzen und pfeffern und 30 Minuten bei schwacher Hitze ziehen lassen.

Dann die Fischfilets, Muscheln und Garnelen sowie die Tomaten hinzugeben. Abdecken und 5 Minuten lang ziehen lassen. Muscheln, die sich nicht geöffnet haben, entfernen. Thymian, Lorbeer und Orangenschale ebenfalls entfernen.

Die Weißbrotscheiben rösten. Die 4 Orangen waschen und in Scheiben schneiden.

Zum Servieren richtet man Fische, Meeresfrüchte und Gemüse auf einer vorgewärmten und mit den Orangenscheiben belegten Platte an. Die gerösteten Weißbrotscheiben in Suppenteller legen, mit der Suppe begießen und sofort servieren.

Dazu Baguette und Rouille reichen.

Das älteste schriftliche Rezept für diese traditionelle Suppe stammt aus dem 18. Jahrhundert. Von alters her wurde sie von den Fischern aus den Resten ihres Fangs in Meerwasser zubereitet. Sie hieß damals aber noch „matelote de Poisson“. Die „bouillabaisse“ ist eine verfeinerte Version dieser Suppe. Unter einer „bouillabaisse“ verstand man ehemals in der Provence verschiedene Suppen, die auch nicht unbedingt Fisch enthalten mussten.

DER MIT DEM BALL TANZT – ZINÉDINE ZIDANE

*A*uch er hatte seinen ersten Ballkontakt in der tristen Trostlosigkeit von Marseilles Cité de la Castellane: Zinédine Zidane. Doch er ist in jeder Beziehung eine Ausnahme: Atemberaubend ist sein Aufstieg aus dem Ghetto, ist sein scheinbar müheloses Spiel mit dem Ball, seine machohaftige Aura und sein oft unkontrollierter Jähzorn. Er ist All-Star der EURO, er ist auf der Liste der FIFA 100 und wurde 2004 zum besten europäischen Fußballer der letzten 50 Jahre gekürt. Dreimal wurde er zum Weltfußballer des Jahres gewählt. Seine Karriere ist beispiellos.

Und wer ihn noch nicht kannte, dem ist er spätestens seit der WM 2006 ein Begriff, als er sich mit seinem Kopfstoß gegen den italienischen Spieler Materazzi ungehobelt ins Rampenlicht ballerte. Die unbeherrschte Attacke löste Empörung aus, doch mischte sich dazu auch schnell Verständnis, als Materazzi später einräumte, den Angriff mit der Beleidigung von Zidanes Schwester provoziert zu haben. Tatsächlich hatte der Italiener diese während des Spiels als „Nutte“ bezeichnet, was nun auch nicht gerade von Fair Play auf dem Fußballplatz zeugt.

Zidane entschuldigte sich später bei allen Kindern, die seinen Ausbruch während des Endspiels der WM mitangesehen hatten. Als Wiedergutmachung verpflichtete er sich zur Jugendarbeit im Rahmen humanitärer Aktionen

der FIFA. Bei Materazzi hingegen entschuldigte er sich nicht. Zumal dieser in der Folge ein Buch herausbrachte, in dem er 249 mögliche Äußerungen, mit denen er Zidane aus der Reserve gelockt haben könnte, veröffentlichte. Worüber man nun im Grunde nur den Kopf schütteln kann.

Das eigentlich Tragische an diesem Kopfstoß ist, dass er die Karriere des Zinédine Zidane beendete, und ein derartig unrühmliches Ende hatte der Zauberer des Spielfeldes nun wirklich nicht verdient. Mit hängendem Kopf verließ er den Platz durch den Hinterausgang, nachdem er als Konsequenz seines Ausbruchs die rote Karte kassiert hatte. Die nachfolgende Spielsperre konnte ihn hingegen nicht mehr treffen. Bereits im Vorfeld der WM hatte Zidane erklärt, dass seine Karriere mit dem Turnier beendet sein werde. Das Endspiel gegen Italien war sein letzter Wettkampf als Fußballprofi. Und bereits vor diesem Spiel war er zum besten Spieler der WM gekürt worden. Denn er war einer der wenigen Stars der personell ansonsten weniger glanzvollen Weltmeisterschaft. So durfte er auch den ihm verliehenen „Goldenen Ball“ trotz des Kopfstoßes behalten.

Er hatte sich im Laufe seiner aktiven Zeit in die Herzen der Franzosen gespielt, die ihn liebevoll „Zizou“ nennen, und dem unschönen Abgang ihres Lieblings beim Endspiel der WM zum Trotz landete er bei der Umfrage eines Pariser Journals unangefochten auf Platz eins der fünfzig beliebtesten Franzosen.

Seine jähzornigen Ausbrüche hatten Zidane im Laufe seiner Karriere immer wieder zu schaffen gemacht. Der Verlust der Contenance gehörte fast schon zu seinen prägenden Charakterzügen, insgesamt zwölfmal trug ihm sein Verhalten einen Platzverweis ein. Genie und Wahnsinn schienen bei ihm eng beieinanderzuliegen.

Zidanes Eltern waren Berber aus der Kabylei, einem der ärmsten Gebiete Algeriens. Der karge Boden erlaubt dort fast keine Landwirtschaft, die Arbeitslosigkeit ist exorbitant. Die Eltern versuchten ihr Glück in Frankreich und landeten in der Cité de la Castellane von Marseille – ein zweifelhafter Tausch. Als Kind spielte Zidane dort in einem Nachbarschaftsverein, und er träumte davon, eines Tages für Marseilles großen Verein zu spielen, die Olympique de Marseille. Daraus wurde freilich nichts. Denn der AS Cannes kam Olympique zuvor, dessen Talentscout entdeckte den vierzehnjährigen Zidane 1986 bei einem kleinen Vorortturnier und ermöglichte ihm die Aufnahme ins Ausbildungszentrum von Cannes. Ein wahrer Glücksgriff: Zidane trug maßgeblich dazu bei, der französischen Nationalmannschaft 1998 zur Weltmeisterschaft, zwei Jahre später zur Europameisterschaft und 2006 zur Vizeweltmeisterschaft zu verhelfen.

Und womöglich ist es gerade das Machohaft, das einen Teil der Faszination Zidanes ausmacht. Der in Frankreich lebende Künstler Adel Abdessemed, wie Zidane mit algerischen Wurzeln, verewigte den Moment des Kopfstoßes in einer fünf Meter hohen Bronzestatue mit dem

schlichten Titel „coup de tête“ – Kopfstoß. Das Werk wurde zunächst vor dem Pariser Centre Pompidou ausgestellt und dann nach Katar verkauft. Im Oktober 2013 wurde es an der Strandpromenade von Katars Hauptstadt Doha aufgestellt, die sich mental schon auf die WM 2022 vorbereitet. Doch bereits nach wenigen Tagen verschwand die Statue wieder. Eine offizielle Begründung dafür gab es nicht, doch mögen wohl die vielen Proteste ausschlaggebend gewesen sein. Konservative Muslime mokierten die Vergötterung des Fußballs, andere Gegner des Werkes empfanden die darin Ausdruck findende Verherrlichung von Gewalt als geschmacklos. Die Statue wanderte ins Arabische Museum für moderne Kunst.

Zinédine Zidane lebt mittlerweile in Spanien, wo er sich als Berater und Co-Trainer bei Real Madrid verdingt. Zwei seiner vier Söhne trainieren in der Jugendmannschaft des spanischen Clubs. Gelegentlich zeigt er sich auf neuem Terrain, so als UN-Botschafter des guten Willens im Kampf gegen die Armut, bei einem kurzen Gastspiel in einer Asterix-Verfilmung, als Kunstreiter bei einer wohltätigen Zirkusveranstaltung, als Buchautor („Der mit dem Ball tanzt“) oder als politischer Kommentator, wenn er die Einführung einer Reichensteuer in Frankreich befürwortet. Nach dieser Erklärung zog er sich jedoch sofort wieder zurück, mit ungewohnter Bescheidenheit: „Wer bin ich schon, um anderen Lektionen zu erteilen?“

CRÈME BRÛLÉE AU SAFRAN

Zutaten für 4 Personen: 500 ml Sahne, 30 ml Milch, 50 g weißer Zucker, 50 g brauner Zucker, 6 Eigelb, 30 g Speisestärke, 1 Tl Safranfäden, Salz

Zubereitung: Am besten bereitet man die Crème Brûlée bereits am Vortag zu, um ihr Zeit zum Festwerden zu geben.

Die Safranfäden im Mörser zerdrücken und mit der Milch vermischen. Beiseitestellen.

Die Eigelb mit dem weißen Zucker, der Stärke und einer Prise Salz gut verquirlen. Die Sahne erhitzen, bis sie fast kocht, dann die Eigelbmischung mit dem Schneebesen nach und nach einrühren. Bei schwacher Hitze unter ständigem Rühren vorsichtig eindicken lassen. Sollte die Masse zu heiß werden und deshalb gerinnen, sofort vom Herd nehmen und kräftig schlagen, sie wird dann wieder glatt. Zum Schluss die Safranmilch unterrühren.

Auf Portionsschälchen verteilen, abkühlen lassen und abgedeckt in den Kühlschrank stellen.

Eine Stunde vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen, damit die Crème Zimmertemperatur annimmt.

Kurz vor dem Servieren mit dem braunen Zucker bestreuen und diesen mit dem Crème-Brûlée-Brenner schmelzen.

EIN RAUSCHENDES FEST – DIE ZEIT DER LAVENDELBLÜTE

Die schönste Zeit in der Provence ist der Juli. Der Hochsommer liegt prachtvoll über dem Land, und mit ihm eine farbenfrohe, beschwingte Lässigkeit. Alle Sorgen und Probleme sind in weite Ferne gerückt, der Alltag macht eine Pause. Was gibt es Herrlicheres, als jetzt im offenen Auto durch die Landschaft zu cruisen?

Doch es gibt tatsächlich noch eine Steigerung. Wir fahren um eine Kurve, und plötzlich tauchen wir in einen Ozean aus Lavendelduft ein. Und die Landschaft, eben noch grün und strohgelb, erstrahlt mit einem Mal in leuchtendem Violett! Fährt man aus Richtung Westen kommend nach Sault, so schaut man, bevor es hinunter in das Tal von Sault geht, von einem Aussichtspunkt aus auf ein wahres Mosaik von lila Feldern. Und unten angekommen begibt man sich in einen Rausch aus Farben und Aromen, ein Fest für die Sinne.

Die Lavendelfelder findet man in der Hochprovence zwischen Beaucaire und Salon-de-Provence, im Vaucluse zwischen Sault und dem Tal der Durance und auf der Hochebene zwischen Valensole und Riez. Von der zweiten Junihälfte bis zur Mitte des Augusts verzaubern sie die Landschaft, als wollten sie diese für ein märchenhaftes Sommerfest schmücken. Die Ernte beginnt aber schon im Juli, deshalb schwindet die Pracht zum August hin mehr

und mehr. Wer schwelgen will, der kommt am besten Anfang Juli. Die Ernte beginnt in den Regionen jeweils zu unterschiedlichen Zeiten, genaue Auskunft können die einzelnen Tourismusbüros geben. Denn der Zeitpunkt der Ernte variiert auch von Jahr zu Jahr, je nach der jeweiligen Wetterlage.

Der Lavendel ist eine typische Pflanze der mediterranen Macchie und wurde schon während der Antike in der Provence kultiviert. Heute werden hier zwei Sorten Lavendel angebaut. Da ist zum einen der Echte Lavendel, der in Lagen zwischen 600 und 1.500 Höhenmetern wächst. Seine Heilkräfte sind schon seit vielen Jahrhunderten bekannt und geschätzt. Er liefert das kostbarste Lavendelöl.

Aber er ist nicht so ertragreich wie die andere Sorte der Provence, der Lavandin. Lavandin ist eine natürliche Hybride von Echtem Lavendel und Breitblättrigem Lavendel. Er wächst in 300 bis 600 Metern Höhe und ist wesentlich üppiger als der Echte Lavendel. Auch kann man ihn bereits nach einem Jahr ernten, während der Echte Lavendel zwei bis vier Jahre bis zur ersten Nutzung heranwachsen muss. Infolgedessen verdrängt der Lavandin den Echten Lavendel in der Provence mehr und mehr. Leider ist aber der Lavandin nicht so wertvoll wie der echte Lavendel, Qualität und Wirkungskraft seines Öls sind nicht ganz so hoch und er duftet nicht so intensiv. Generell gilt, je höher die Lage, in der Lavendel wächst, desto schwächer der Geruch.

Lavendel kann eine ganze Menge. Sein Duft ist angenehm und wirkt beruhigend, entspannend und wohltuend, deshalb nimmt er einen zentralen Platz in der Aromatherapie ein. Aber Lavendelöl hat auch eine antibakterielle Wirkung, darüber hinaus auch antivirale und antimykotische Kraft. Er wirkt entzündungshemmend und hautberuhigend. Daher nutzt man ihn zur Behandlung von Haut- und Nagelpilzerkrankungen, gegen Infektionen im Hals-, Nasen und Ohrenbereich, zur Behandlung von Wunden und Narben, in der Haut- und Haarpflege und bei Problemen mit dem Magen- und Darmtrakt, weil er blähungshemmend, verdauungsfördernd und galletreibend wirkt. Bei rheumatischen Erkrankungen verschafft es Linderung, sich mit Lavendelöl einzureiben. Lavendelduft hilft beim Einschlafen und sorgt für entspannte Nachtruhe. Außerdem wirkt er gegen Migräne. Gegen Nervosität helfen Tees, Badezusätze und Duftlampen mit Lavendelextrakt. Bei Lungenerkrankungen und Nebenhöhlenproblemen inhaliert man ätherisches Lavendelöl, Insektentische jucken gleich weniger, wenn man ein bisschen davon daraufstreicht. Und dann wehrt das Zauberzeug auch noch Motten ab!

Es gibt ihn als ätherische Öle in verschiedener Qualität, als aromatisierendes Duftspray, als getrocknete Blüten für Tees und Duftsäckchen oder zum Würzen, als Pulver, als Parfum, als Zutat von Lotionen, Emulsionen, Shampoos und Seifen oder einfach als attraktiven Trocken-

strauß. In den Läden und auf den Märkten der Provence bekommen Sie alles, was das Herz begehrt. Hier finden Sie auch die jungen Blätter, die zum Verfeinern von Eintöpfen, Fisch, Lammfleisch oder Suppen verwendet werden. Mit getrockneten Blüten aromatisiert man Desserts, Limonaden, Eiscreme oder Schokolade. Und die Bienen der Provence machen köstlichen Lavendelhonig aus den Blüten, da deren Nektar einen sehr hohen Zuckergehalt hat.

Außerdem findet man mancherorts unterwegs Direktverkaufsläden der Lavendelbauern gleich neben den Lavendeldestillen. Hier ist die Luft schwül getränkt vom Duft. Nebenan auf dem Lavendelfeld fährt gerade die Mähmaschine und schneidet die Blütenstängel fast schon rabiât von den Pflanzen. Die nächste Erntemaschine presst den Lavendel zu riesigen Ballen. Diese Ballen werden in großen Töpfen ausgekocht, das Destillat fließt über kühlende Lavendelkanäle ab. Ausgekochte Ballen landen noch dampfend auf großen Halden und verbreiten ihren erschöpften Geruch. Scheuen Sie sich nicht, einmal auf einem solchen Lavendelhof anzuhalten und sich das Ganze anzusehen.

Entlang der insgesamt mehr als neunhundert Kilometer der Lavendelstraßen „les routes de lavande“ kann man einige schöne Touren fahren. In Coustellet gibt es ein ganzes Lavendelmuseum, in dem man alles über die talentierte Pflanze erfährt. In der Lavendelstadt Sault können Sie sich auf einen vier Kilometer langen Rundgang

durch die Lavendelfelder begeben, an dessen Wegrand auf Schildern alles Wissenswerte erläutert wird. Am 15. August, nach Ende der Ernte, schmückt sich Sault dann für das alljährliche Lavendelfest. Solche Feste gibt es im Juli und August vielerorts in der Provence. Und ein mitgebrachtes Duftsäckchen zaubert später den Hauch der Erinnerung an die blühende Provence in die heimische Wohnung.

TRUFFES D'ORANGE – ORANGENTRÜFFEL

Zutaten: 1 unbehandelte Orange, 50 ml Sahne, 200 g gute weiße Kuvertüre oder weiße Schokolade, 1 El Orangenlikör, 1 El Lavendelblüten

Zubereitung: Die Kuvertüre bzw. die Schokolade mit der Küchenreibe grob zerreiben. Die Orange waschen und mit dem Zestenschneider einen 4 cm langen Streifen der Schale abtrennen, in Stückchen schneiden und beiseite legen. Die restliche Schale (nur den orangen Anteil) abreiben und die Orange auspressen. In einem kleinen Topf Saft und Schalenabrieb aufkochen und um die Hälfte einreduzieren lassen. Dann die Sahne dazuschütten, kurz aufkochen und vom Herd nehmen. Sofort die geriebene Kuvertüre/Schokolade unterrühren und schmelzen lassen. Den Orangenlikör und die Hälfte der Lavendelblüten unterrühren.

Etwas abkühlen lassen, dann kleine Kügelchen daraus formen und jeweils in Papierförmchen setzen. Sofort mit den Schalenstreifen und den restlichen Lavendelblüten dekorieren.

FELSEN, DICHTER UND GEHEIMNISVOLLE HÖHLEN – VON MARSEILLE NACH TOULON

Was den Deutschen ihr Brockhaus, das ist den Franzosen ihr Larousse. Der „Petit Larousse“ ist Frankreichs meistverkauftes enzyklopädisches Wörterbuch, das „Grand dictionnaire“ verhalf dem Verlag zu seinem in Frankreich unangefochtenen Status. Deshalb vertrauen wir den Machern des Larousse, wenn sie die Côte d’Azur als den Küstenabschnitt zwischen Cassis bei Marseille und Menton an der Grenze zu Italien festlegen. Andere billigen der provenzalischen Küste diese Bezeichnung nämlich erst ab der Höhe von Saint-Tropez zu, aber ich finde, man tut den Gestaden von Cassis unrecht, wenn man sie ausnimmt.

Denn zum Beispiel die fünfzehn Kilometer lange, schmale und kurvige Küstenstraße „corniche des grêtes“, die von Cassis nach La Ciotat führt, zählt sicherlich zu den schönsten Panoramastraßen, die die Côte d’Azur zu bieten hat. Sie windet sich entlang der Steilküste hinauf zum Cap Canaille, der mit 362 Metern zweithöchsten Klippe Frankreichs. Und der Ausblick von hier oben ist wahrhaft phänomenal. Wie eine natürliche Festung ragt der helle Fels aus dem Meer empor. Der Kalkstein dieser Region war schon in der Antike ein geschätztes Baumaterial, er ist widerstandsfähig und ließ sich dank der Nähe zum Meer leicht mit Schiffen abtransportieren. Er wurde in vielen Hafenanlagen rund ums Mittelmeer verbaut und dient auch

als Sockel der Freiheitsstatue von New York. Um die Küstenfelsen zu schützen, hat man die letzten Steinbrüche aber in den Achtzigerjahren des vergangenen Jahrhunderts geschlossen.

Denn heute lebt die Region um Cassis vom Tourismus. Ihr vielleicht größter Schatz sind die Calanques, die schroffen Felseinschnitte der Küste, die sich zwischen Marseille und Cassis erstrecken. Hier gibt es zauberhafte kleine Buchten mit verträumten Stränden vor türkisfarbenem Wasser und hohen, hellen Felsen. Sie sind nur mit dem Schiff oder zu Fuß zu erreichen, den Autofahrern bleiben die kleinen Paradiese verborgen.

Zahlreiche Wanderwege durchziehen dieses Gebiet, und mit Bootstouren ab Cassis kann man vom Meer aus in die engen, fjordähnlichen Buchten einfahren. Die Ausblicke, die sich auf einer solchen Tour eröffnen, sind unvergesslich. Es lohnt sich übrigens, rechtzeitig vor der Abfahrt am Anleger zu sein und einen Platz auf der rechten Seite des Schiffes zu ergattern. Denn hier gibt es die beste Sicht. Die Ausflugsschiffe haben oft auch Fenster im Rumpf, die einen Blick in die faszinierende Unterwasserwelt der Buchten gestatten. Deren glasklares Wasser hat sie zu einem beliebten Tauchrevier gemacht.

Ein Taucher war es auch, der 1985 am Cap Morgiou den unter dem Meeresspiegel gelegenen Eingang zu einer Höhle entdeckte. Voller Neugierde, aber auch mit nicht zu unterschätzendem Mut quetschte er sich immer wieder

durch die Eingangsröhre in die Höhle hinein und entdeckte schließlich sechs Jahre später an den Wänden eines trocken liegenden Bereichs im Inneren der Höhle die Zeichnungen von Seehunden, Pferden, Wisenten, Robben, Steinböcken, Fischen und Vögeln. Die Höhlenmalereien sind annähernd dreißigtausend Jahre alt, ein sagenhafter Fund. Allerdings steht die nach ihrem Entdecker Henry Cosquer benannte Höhle unter Naturschutz, ihr Besuch ist streng untersagt. Vermutlich wäre der Besucheransturm auch nicht allzu hoch, denn der Eingang der Höhle liegt 37 Meter unter dem Meer. Nun fragt man sich natürlich, wie die Menschen der Vorzeit in sie hineingekommen sind. Doch diese Zeit liegt lange zurück, die Welt hat sich verändert. Damals, als gegen Ende der letzten Eiszeit die großen Eismassen noch nicht abgeschmolzen waren, lag der Wasserspiegel deutlich tiefer. Der Höhleneingang befand sich achtzig Meter über dem Meer und außerdem elf Kilometer von der Küste entfernt.

Die Henry-Cosquer-Höhle können Sie also leider nicht in Ihr Besichtigungsprogramm aufnehmen. Bleiben die Wanderwege durch die bizarren Calanques. Doch auch hier gibt es Einschränkungen: Die Vegetation des sensiblen Ökosystems ist außerordentlich empfindlich. Die extremen Wachstumsbedingungen ohne Nährboden, mit großer Trockenheit und salziger Gischt haben eine einzigartige Flora geschaffen, die es zu erhalten gilt. Wegen der sommerlichen Brandgefahr sind die Wanderwege deshalb

von Juli bis September gesperrt. Nur der Pfad „sentier du petit prince“ auf der Halbinsel Port-Miou ist dann noch zugänglich. Er wurde zur Erinnerung an Antoine de Saint-Exupéry angelegt, den Schöpfer der Erzählung „Der kleine Prinz“. Denn vermutlich wurde Saint-Exupéry 1944 auf dem offenen Meer vor der Halbinsel mit seinem Flugzeug abgeschossen, jedenfalls kehrte er von seinem Aufklärungsflug nicht mehr zurück.

Die von Marseille herkommende Küstenstraße macht um den Ort Cassis einen Bogen. Doch man sollte sich das malerische Städtchen mit seinem traumhaften Strand nicht entgehen lassen, es lohnt sich, abzubiegen und die Klippenstraße hinabzufahren. Hier werden die Touristen dann auch gleich ins Parkhaus „park du port“ geleitet, eine Aufforderung, der man nur Folge leisten sollte, wenn man Spaß an abenteuerlichen Rangiermanövern hat. Möchte man den restlichen Tag mit anderen Beschäftigungen zubringen, fährt man besser weiter abwärts, wo sich große Parkplätze befinden.

Von Cassis aus kann man über die Küstenstraße weiter ostwärts nach Toulon fahren, diese Route führt durch hübsche Hafenorte und bietet immer wieder schöne Ausblicke auf das Meer und die Berge. Praktischerweise gibt es zahlreiche Parkbuchten, sodass man anhalten und das Panorama auf sich wirken lassen kann. Der nächste größere Ort ist La Ciotat mit seinem großen Industriehafen. Aber es gibt auch einen kleinen historischen Hafen, an

dessen Promenade Cafés und Restaurants zur kleinen Pause einladen, um ganz entspannt das bunte Treiben zu beobachten. Der Strand von La Ciotat besteht aus feinem Kies. Das ist ausgesprochen angenehm, denn er ist fast so weich wie Sand, haftet aber nicht wie dieser bei jedem Windhauch gleich an allem fest.

Der Badeort Bandol hat sich mit schicken Villen und hübschen Gärten fein herausgeputzt. Seine palmengesäumte Uferpromenade verleiht ihm das Flair mediterraner Noblesse. Noch berühmter als das Städtchen ist jedoch der gleichnamige Wein, der in seinem Hinterland erzeugt wird. Probieren Sie ein Gläschen, es gibt ihn sowohl als Rotwein, Weißwein als auch als Rosé.

Sanary-sur-Mer, der nächste Ort auf unserer Küstentour, hat eine besondere Geschichte: Denn nach dem Ersten Weltkrieg zog er Schriftsteller und Künstler geradezu magisch an. Unter den ersten, die sich hier niederließen, waren Julius Meier-Graefe und seine Frau Anne-Marie Epstein. Meier-Graefe war Schriftsteller und Wortführer des Impressionismus. Die beiden hatten 1930 ein Anwesen in Sanary-sur-Mer gemietet, dessen Tore sie in den Folgejahren für deutsche Künstler öffneten, die dem in Deutschland aufkeimenden Nationalsozialismus entflohen. Das gab den Impuls zur Entstehung einer großen Flüchtlingskolonie, hier lebten Leute wie Thomas, Heinrich und Golo Mann, Bertolt Brecht, Lion Feuchtwanger, Ludwig Marcuse, Stefan Zweig oder Albert Drach. Im Zweiten

Weltkrieg versteckte sich hier auch Jacques-Yves Cousteau vor den Nazis, der später mit seinem Forschungsschiff Calypso als Meereskundler zu Ruhm gelangen sollte.

Die Großstadt Toulon beendet unsere Fahrt entlang der Ostküste des Golfe du Lion, des großen Meerbusens, der sich vom spanischen Cap de Creus her in das südfranzösische Festland einbuchtet. Toulon beheimatet den größten Teil der französischen Flotte. Es ist eine pulsierende Stadt, deren Charme sich bestenfalls auf den zweiten Blick erschließt.

Doch was die Küstenlandschaft zwischen Marseille und Toulon zu bieten hat, gibt dem Larousse durchaus recht. Es scheint jedenfalls nicht vermessen zu sein, auch ihr den Titel „côte d’azur“ zu verleihen.

POULET À BANDOL – HÄHNCHEN BANDOL

Zutaten für 4 Personen: 4 Hähnchenkeulen, 250 ml weißer Bandolwein, 2 Zwiebeln, 4 Knoblauchzehen, 80 g gehobelte Mandeln, 4 El Olivenöl, 3 Thymianästchen, 8 Feigen, 15 Safranfäden, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Die Hähnchenkeulen waschen, trockentupfen und mit einem spitzen Messer mehrfach an der Oberfläche einstechen, salzen und pfeffern. Die Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen und die Keulen darin kurz scharf anbraten. Dann mit der Hautseite nach oben in eine Auflaufform legen.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und hacken. Die Thymianblättchen abzupfen. Das restliche Öl in der Pfanne erhitzen und Mandeln, Zwiebeln und Knoblauch darin goldbraun anbraten. Mit dem Weißwein ablöschen, die Thymianblättchen und den Safran dazugeben und die Keulen mit dem Sud begießen.

Den Backofen auf 200°C vorbeizen und die Keulen darin 45 Minuten lang backen. Dabei gelegentlich etwas Sud aufschöpfen und sie erneut damit begießen.

Die Feigen waschen, vierteln und 15 Minuten vor Ende der Backzeit mit in die Auflaufform legen.

Mit grünem Salat und Baguette servieren.

DIE HERDE DES GERYON – BESUCH IN LES BAUX

Es war eine ganz schöne Zumutung für Herakles. Nun gut, er hatte es im Grunde selbst zu verantworten. Hätte er sein zügelloses Temperament nur ein kleines bisschen besser im Griff gehabt, dann wäre es vielleicht nie zum Krieg zwischen Minyern und Thebanern gekommen. Wäre er nicht so arrogant gewesen, dann hätte er dem Eurystheus gedient, wie es das Gesetz verlangte. Aber nein, der Starrkopf weigerte sich. Das ärgerte Obergöttin Hera und sie überzog Herakles zur Strafe mit Wahnsinn. Er drehte durch und brachte seine Frau und die drei gemeinsamen Kinder um. Eine schlimme Geschichte. Konnte es noch eine glückliche Wendung geben?

Ja, meinte das Orakel von Delphi, aber nur, wenn Herakles jetzt endlich kleinbeigeben und für Eurystheus arbeiten würde. Und zwar gleich für zwölf Jahre. Reumütig ging Herakles daraufhin zu Eurystheus und bat um einen Job. Der fackelte nicht lange und dachte sich zwölf Arbeiten für Herakles aus. Und zwar keine Kinkerlitzchen. Schließlich galt es, dem Angeber zu zeigen, wer der Herr im Haus war. Da fanden sich Herausforderungen wie die Erlegung des Nemäischen Löwen und die Tötung der neunköpfigen Hydra. Damit Herakles mal sehen konnte, was echte Maloche ist, sollte er den verkommenen Stall des Augias ausmisten. Die anderen Aufgaben waren schon

deutlich ehrenvoller für den kraftstrotzenden Burschen: Einen wilden Stier fangen, menschenfressende Gäule zähmen, der Amazonenkönigin ihren Gürtel klauen, goldene Äpfel pflücken und einen Wachhund aus der Unterwelt heraufholen, Vögel verjagen, einen Hirsch und einen Eber fangen sowie einem monströsen Hirten in Spanien seine Herde stibitzen.

Letzteres war kein Pappenstiel, denn Geryon, der Hirte, war ein Riese mit drei Leibern, die an der Hüfte zusammengewachsen waren, kämpfte mit drei Schwertern und besaß zu allem Überfluss noch einen zweiköpfigen Hund. Aber seine Herde aus roten Stieren war außergewöhnlich schön. Und Herakles machte kein großes Federlesen, er tötete den Monsterhirten mit einem vergifteten Pfeil und bemächtigte sich der Herde.

Das war die zehnte Arbeit des Herakles gewesen, und nun hieß es, die prachtvolle Herde nach Griechenland zu schaffen. Auf dem Weg dorthin kam Herakles in der Provence vorbei, wo ihn die Ureinwohner, die Ligurer, angriffen. Die fanden die Herde nämlich ganz entzückend und wollte sie gerne für sich selbst haben. Und blöderweise waren dem Herakles die Pfeile ausgegangen, er konnte sich nicht gegen die Räuber verteidigen.

Da hatte Götterpapa Zeus ein Einsehen und beschloss, dem heldenhaften Herakles zu helfen. Herakles war nämlich sein Sohn, allerdings war dieser einer der zahlreichen Liebschaften des Zeus entsprungen. Das erklärt

auch den ständigen Ärger, den Herakles mit Papas rechtmäßiger Ehefrau Hera hatte, und sogar seinen Namen, der bedeutet nämlich so viel wie „der Ruhm gegen Hera erlangt hat“.

Zeus holte kräftig aus und warf ein paar Steine auf die räuberischen Ligurer. Motiviert durch den unverhofften Beistand tat Herakles es ihm gleich und warf Steine, was das Zeug hielt. Die Ligurer waren schnell besiegt und die Landschaft für immer verändert: So entstanden die Felsen von Les Baux.

Die Felsen von Les Baux heben sich extrem vom sie umgebenden Landschaftsbild ab. Sie liegen auf einem Plateau etwa fünfzehn Kilometer nordöstlich von Arles und sind aufgrund ihrer exponierten und gut zu verteidigenden Lage schon seit der Bronzezeit besiedelt. Außerdem bietet der Platz oben auf den Felsen einen fantastischen Weitblick über die südlich davon gelegene Ebene, niemand konnte sich da unbemerkt heranschleichen.

So entwickelte Les Baux sich denn auch im Mittelalter zum kulturellen Zentrum der ganzen Region. Seine Burg beherbergte eine mächtige Ritterdynastie, die über 79 Orte herrschte. Diese Herren behaupteten felsenfest, Nachkömmlinge eines der Heiligen Drei Könige zu sein, nämlich Balthasars, und infolge dieses Glanzes blühte das höfische Leben an der Burg von Les Baux auf, bis es schließlich zum musikalischen Mittelpunkt seiner Zeit gedieh: Hier war das Herz der Minnekunst. Von weit her

kamen die besten Troubadoure, um am höfischen Leben von Les Baux teilzuhaben. Das war im 12. und 13. Jahrhundert.

Danach ging es bergab. Während der Religionskriege im 17. Jahrhundert ließ Kardinal Richelieu die Burg belagern und schließlich schleifen. Kurz darauf wurde das Verhältnis zwischen dem französischen Königreich und dem Fürstentum von Monaco vertraglich geregelt, und Les Baux ging an die monegassischen Grimaldis. Erst während der Französischen Revolution wurde es wieder Frankreich angeschlossen.

Kurz darauf entdeckte man eine interessante Nutzungsmöglichkeit des bei Les Baux gefundenen Minerals. Denn mithilfe von Elektrolyse konnte man daraus Aluminium herstellen. Das war ein echter Bodenschatz, und weil er hier entdeckt wurde, benannte man ihn nach der Festung: Bauxit. Erst die Globalisierung machte den Abbau dieses Rohstoffes bei Les Baux in den letzten Jahren unrentabel.

So hat denn Les Baux heute eine andere Einnahmequelle: Touristen. Nur noch rund 400 Bürger leben in Les Baux, die historische Altstadt ist nahezu unbewohnt, der Zugang zu diesem attraktivsten Teil des Ortes ist gebührenpflichtig. Aber Les Baux ist eines der schönsten Dörfer der Provence, und deshalb ist es heute einer der meistbesuchten provenzalischen Anziehungspunkte überhaupt. Denn die außergewöhnlichen Felsen, der fantastische Panorama-

blick sowie attraktives Kunsthandwerk, Museen, Gastronomie und nicht zuletzt das charmante Flair des Weilers haben Les Baux hochberühmt gemacht. Die Felsformationen sind wirklich spektakulär, und neben dieser Gesamtwirkung liegt ein weiterer Zauber im Detail: Die Verwitterung hat hier wundervolle filigrane Muster geschaffen. An klaren Tagen blickt man von Les Baux aus bis hin zu den Pyrenäen. Das an den Hängen gedeihende Olivenöl gilt als hervorragend. Les Baux ist ein einziges Freilichtmuseum provenzalischer Schönheit.

Wen wundert es, dass jeder Gast der Provence einmal hierherkommen möchte? Entsprechend voll ist Les Baux zur Hauptreisezeit. Dann schiebt man sich inmitten der Menschenmenge durch die verwinkelten Gassen der malerischen Ortschaft und fragt sich, ob man nun Teil der sagenhaften Herde des Geryon geworden ist...

GÂTEAU À LA LAVANDE – LAVENDELKUCHEN

Zutaten: 300 g Mehl, 120 g Zucker, 150 g Butter, 4 Eier, 100 g gemahlene Mandeln, 1 Tl Backpulver, 2 unbehandelte Zitronen, 2 El Lavendelblüten, Puderzucker, Butter zum Einfetten der Form

Zubereitung: Die Zitronen waschen, den gelben Teil der Schalen abreiben, den Saft auspressen. Die Butter in einer Schüssel mit dem Handrührgerät schaumig schlagen. Den Zucker hinzugeben und weitere drei Minuten lang schlagen. Nun die Eier, die Mandeln, das Backpulver, den Schalenabrieb und nach und nach das Mehl hinzugeben und gut unterrühren. Zum Schluss vorsichtig die Hälfte der Lavendelblüten unterheben.

Den Backofen auf 180°C vorbeizien. Eine Springform gut mit Butter einfetten und den Teig hineingeben. Ca. 30 Minuten lang backen, bis die Oberfläche goldbraun ist. Mit einem kleinen Holzspieß hineinstechen, bleibt nichts vom Teig daran kleben, ist der Kuchen fertig. Anderenfalls braucht er noch ein paar Minuten.

Aus dem Ofen nehmen, sofort mit dem Holzspieß mehrfach ringsum in die Oberfläche des Kuchens stechen und dann den Zitronensaft darüberträufeln. Mit etwas Puderzucker bestäuben und die restlichen Lavendelblüten darüberstreuen.

Erst nach dem vollständigen Abkühlen die Springform entfernen.

TRAUMSTRASSEN DER CÔTE D'AZUR – DIE CORNICHES

In den 1950er Jahren sehnten sich die Menschen nach den schönen Dingen des Lebens. Hinter ihnen lagen zwei fürchterliche Kriege, deshalb richtete sich jetzt der Blick nach vorne, gelenkt von einer kollektiven Sehnsucht nach Glück und Glamour. Deutschland erfand Sissi, und Alfred Hitchcock schuf im gleichen Jahr eine der legendärsten Szenen der Filmgeschichte: das Bild der jungen und strahlend schönen Grace Kelly im saphirblauen Cabrio vor dem atemberaubenden Hintergrund einer spektakulären Küstenfahrt. Wer möchte nicht selbst einmal auf dieser Straße fahren?

James Bond hat es getan, aber er ließ sich keine Zeit, das Panorama zu genießen: Golden Eye aus dem Jahr 1995 beginnt mit einer rasanten Verfolgungsjagd auf der gleichen Straße, die Grace Kelly vierzig Jahre zuvor entlanggecruist war. Aber es ist viel zu schade, auf dieser Straße zu rasen, und außerdem auch viel zu gefährlich. Denn mit ihren engen Serpentinaugen liegt sie in bis zu fünfhundert Metern Höhe über dem Meeresspiegel auf steilen Klippen. Die Ausblicke sind grandios, auch wenn Hitchcock ein bisschen gefuscht hat und Szenen aneinander schneiden ließ, die an ganz verschiedenen Stellen gedreht wurden.

Es handelt sich um La Grande Corniche, eine der schönsten Panoramastraßen der Welt und vielleicht die

berühmteste. Sie wurde im Auftrag Napoleons auf den Spuren der alten Römerstraße Via Aurelia in den Fels geschlagen und verläuft entlang des nobelsten Abschnittes der Côte d'Azur von Nizza nach Menton. Es ist, als wolle diese Straße dem Besucher alles vorführen, was die Region zu bieten hat: Auf der einen Seite liegen das Meer und die Orte der Träume von Glanz und Schönheit wie Èze, Monaco oder das Cap Ferrat, das mit um die 30.000 Euro pro Quadratmeter die weltweit höchsten Grundstückspreise aufweisen kann. Auf der anderen Seite erheben sich im Landesinneren die Gipfel der Alpen bis zu 4.000 Meter in die Höhe. Es ist eine Route der Superlative.

Zwischen Nizza und Menton gibt es vier Verbindungsstraßen. Die schnellste und teuerste davon ist die Autobahn, aber sie ist auch die mit Abstand hässlichste und langweiligste Verbindung. Die drei anderen Strecken tragen das Wort „corniche“ im Namen, ein französisches Wort, das sich als Bezeichnung für eine Küstenstraße in vielen Sprachen eingebürgert hat.

Die Corniche Inférieure führt zwischen Nizza und Menton direkt an der Küste entlang. Sie passiert die bereits erwähnten Orte und ist die meistbefahrene der drei Corniches.

Die Corniche Moyenne ist die mittlere der Küstenstraßen. Es empfiehlt sich, sie von Nizza aus in Richtung Moyenne zu befahren, da sämtliche Haltebuchten an der Meerseite liegen. Weil auch diese Straße viel frequentiert ist,

hat man in umgekehrter Richtung fahrend kaum eine Chance, die Fahrbahnseite zu wechseln, um kurz anzuhalten und das Panorama zu genießen. Außerdem behindert die Schutzmauer der Straße die Sicht, wenn man westwärts unterwegs ist.

Einer der besten Aussichtspunkte an dieser Strecke ist der Parkplatz Mont des Mules, auf dem man sich direkt über Monaco befindet. Der Blick schweift über die Luxusjachten im Hafen, das Schloss der Grimaldis, das legendäre Spielcasino und die hässlichen Zweckbauten, die sich in dem kleinen Ort aneinanderpressen, um jeden Fleck des teuren Untergrundes so effektiv wie möglich auszunutzen. Mitunter kann man auch ein gigantisches Kreuzfahrtschiff bei seinem komplizierten Manöver vor der Küste beobachten.

Für den Rückweg in Richtung Nizza empfiehlt sich dann die Grande Corniche. Allerdings sollte man diese Tour während der Vormittagsstunden antreten, weil man nachmittags westwärts auf die Sonne zufährt.

Es ist leichter, die Zufahrt zur Grande Corniche in Menton zu finden, denn in Nizza ist diese gut versteckt: Man muss den Weg zum Observatorium entdecken, der ist aber schlecht ausgeschildert und schnell verpasst man die unscheinbare Abfahrt.

In Menton dagegen muss man nur vom Ortsteil Roquebrune aus in Richtung La Turbie weiterfahren, um auf die Grande Corniche zu gelangen.

Wahrzeichen von La Turbie ist das fünfzig Meter hohe römische Denkmal Tropaeum Alpium, das in den Jahren 7-6 v. Chr. zur Zeit des Kaisers Augustus anlässlich des Sieges römischer Legionen über einige wilde Alpenvölker entstand. Die Bewohner von La Turbie haben allerdings im Laufe der Jahrhunderte keine Mühe gescheut, um sich dieses Wahrzeichens zu entledigen, denn die Häuser des Ortes sind aus dessen Steinen erbaut. So kommt es, dass das Tropaeum Alpium heute nur noch eine Ruine ist.

Von der Grande Corniche aus eröffnen sich zahllose Ausblicke über das Cap Ferrat, Monaco oder das zauberhafte Èze. Wer diese Straße entlangfährt, tut es zu seinem Vergnügen und hat entsprechend viel Zeit mitgebracht. Deshalb kann man unterwegs auch immer wieder mal kurz anhalten, um die famose Aussicht zu genießen, wenn man aus fünfhundert Metern Höhe auf das türkisblau glitzernde Meer und die schneeweißen Yachten hinabschaut.

Diese legendäre Straße war es, auf die Alfred Hitchcock die junge Grace Kelly in „Über den Dächern von Nizza“ schickte. Damit erschuf er nicht nur den Traum unzähliger Kinobesucher, er prägte auch den Lebenstraum der Schauspielerin, die nur ein Jahr später zur Fürstin von Monaco avancierte und den Rest ihres Lebens hier verbrachte. Dabei musste sie die Erfahrung machen, dass Träume, die zur Wirklichkeit werden, auch einen ernüchternden Beigeschmack haben können. Und tragischerweise ereignete sich 1982 der Unfall, der sie das Leben kostete,

ausgerechnet auf diesen Straßen. Es geschah auf der Route de la Turbie, einer schmalen Verbindungsstraße zwischen Corniche Moyenne und La Grande Corniche. In einer Haarnadelkurve kam ihr Fahrzeug von der Straße ab und stürzte 40 Meter in die Tiefe. Sie war mit ihrer Tochter Stefanie unterwegs, die den Unfall überlebte. Die genauen Umstände des Unfallhergangs konnten nie geklärt werden.

SALADE NIÇOISE

Zutaten für 4 Personen: 1 Kopfsalat, ½ Salatgurke, 4 Tomaten, 1 Bund Radieschen, 4 Eier, 2 El Kapern, 3 Stängel glatte Petersilie, ½ Bund Basilikum, 150 g Prinzessbohnen, 1 rote Paprikaschote, 4 Artischockenherzen, 1 rote Zwiebel, 200 g Thunfisch in Öl, 100 g schwarze Oliven, 50 g Anchovis in Öl, 80 ml Olivenöl, 3 El Weißweinessig, 3 Knoblauchzehen, Pfeffer, Salz

Zubereitung: Für die Vinaigrette die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Das Öl und den Essig in einem hohen Glas mischen, die Knoblauchzehen hineinrühren. Die Petersilienblättchen und die Basilikumblättchen abzupfen und fein hacken, beides ebenfalls unterrühren. Salzen, pfeffern und beiseitestellen.

Die Prinzessbohnen putzen, halbieren und in siedendem Salzwasser 8 Minuten lang abkochen. Dann in ein Sieb geben, abschrecken und abkühlen lassen. Die Eier hart kochen, abkühlen lassen, pellen und vierteln. Die Gurke schälen und in Scheiben schneiden. Die Radieschen waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Die Artischockenherzen abtropfen lassen und achteln. Die Paprika waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Den Salat waschen, putzen und trockenschleudern. Tomaten waschen und achteln. Kapern, Oliven, Thunfisch und Anchovis abgießen.

Alles gemischt auf einer Platte anrichten, zuoberst Thunfisch, Anchovis, Eier und Kapern legen. Mit der noch einmal gut durchgerührten Vinaigrette begießen und mit knusprigem Baguette servieren.

BERG DER BLITZE – DIE NATURWUNDER DES PARC NATIONAL DU MERCANTOUR

*A*chtzig Kilometer nördlich von Nizza erhebt sich das Massiv des Mont Bégo 2.872 Meter in die Höhe. Wir sind in den Seealpen angekommen, dort, wo die Region Provence-Alpes-Côte d’Azur an Italien grenzt. Der Mont Bégo ragt exponiert aus seiner Umgebung heraus und dominiert die Landschaft auffällig. Wer ihn besteigt, wird mit einer grandiosen Aussicht belohnt. Denn man überschaut nicht nur die umliegenden Alpengipfel, sondern auch die Küste und das Mittelmeer, an klaren Tagen sieht man sogar Korsika in der Ferne.

Dieser mächtige Berg hat die Menschen schon immer fasziniert. Und seit mindestens viertausend Jahren haben sie sich immer wieder darangemacht, ihn zu besteigen. Vermutlich war er in der Bronzezeit eine heilige Stätte der damaligen Religion. Viel weiß man nicht darüber, aber die Ortsbezeichnungen der Gegend wie „vallée des merveilles“ – Tal der Wunder –, „cime du diable“ – Gipfel des Teufels – oder gar „val d’enfer“ – Tal des Infernos – zeugen von den Mythen, die sich seit jeher um diese Region ranken. Der griechische Geschichtsschreiber Herodot gab den Menschen, die hier lebten, im 5. Jahrhundert v. Chr. den Namen „Ligurer“. Sie ernährten sich durch Ackerbau und Viehzucht. Beherrscht von den Naturgewalten im Gebirge war es kein einfaches Leben, das sie führten.

Hier, im warmen Klima der Südalpen, kommt es zu besonders heftigen Gewittern, wenn vom Meer her die feuchte, heiße Luft aufsteigt und sich an den Gipfeln zusammenballt. Aufgrund des hohen Eisengehaltes seines Gesteins zieht der Mont Bégo die Blitze wie ein Magnet an. So ist es nicht verwunderlich, dass die Menschen dem markanten Berg besondere kultische Bedeutung beimäßen. Mit welcher Ehrfurcht müssen sie die Naturspektakel beobachtet haben!

Wenn sich dann im Frühsommer die Schneemassen zurückgezogen hatten, machten die Menschen sich auf den Weg hinauf. An den Ufern des Bergsees Lac Long Supérieur lag ihr spirituelles Zentrum. Doch dieses Gebiet ist jedes Jahr acht Monate lang vom Schnee bedeckt.

In der Sommerzeit verrichteten sie hier oben eine besondere Arbeit: Sie ritzten Bilder in den von Gletschern glattgeschliffenen Schieferfels des Berges. Bilder von solcher Einzigartigkeit, dass man nirgends sonst stilistisch vergleichbare Felsritzarbeiten findet. Sie zeigen kultische Symbole: konzentrische Kreise, Spiralen und Netze, aber auch Häuser, Waffen, Augen, Wagen, Pflüge und Tiere. Eines der berühmtesten Bilder zeigt einen Mann mit Zickzackarmen, möglicherweise einen Gewittergott, dessen Arme die Blitze symbolisieren. Von diesen Darstellungen gibt es sagenhafte 36.000 Exemplare am Mont Bégo. Das macht ihn zur größten Fundstätte Südeuropas und zu einem Freilichtmuseum der besonderen Art.

Natürlich hat man die Piktogramme unter besonderen Schutz gestellt. Die Wanderwege der Region dürfen nicht verlassen werden. Doch ein öffentlich zugänglicher Rundweg zwischen dem Lac Vert und dem Tal Fontalba („Weiße Quelle“) sowie einer im Vallée des Merveilles führen an zahlreichen Felsgravuren vorbei und ganz nebenbei auch durch eine traumhafte Landschaft. Die besterhaltenen Gravuren kann man nur in Begleitung eines Führers besichtigen, verständlicherweise müssen sie vor Vandalismus geschützt werden.

Um ihre Einzigartigkeit zu erhalten, hat man die ganze Landschaft unter Naturschutz gestellt und den Nationalpark Mercantour geschaffen. Die Parkverwaltung arbeitet eng mit dem benachbarten italienischen Parco Naturale delle Alpi Marittime zusammen, ihr gemeinsames Ziel ist es, einen europäischen Nationalpark zu schaffen.

Denn hier gibt es nicht nur schützenswerte Felsgravuren. Es gibt eine außerordentlich vielfältige Flora mit mehr als 2.000 Arten, von denen sogar vierzig endemisch sind, also nur hier vorkommen. Dazu zählen Bertolonis Akelei, Grünes Koboldmoos und Ligurischer Enzian. Eine der exotischsten Pflanzen ist eine Steinbrechvariante, die nur alle dreißig Jahre einmal blüht und danach abstirbt. In den Wäldern gedeihen Fichten, Lärchen, Bergkiefern, Zirben, Stein- und Flaumeichen.

Doch auch die Fauna des Nationalparks Mercantour ist bemerkenswert: Schon in den Zwanzigerjahren des letz-

ten Jahrhunderts hat man Steinböcke wiederangesiedelt. Und mittlerweile leben hier außer ihnen auch Gämsen, Murmeltiere, Auerhähne, Fledermäuse, Mufflons, Luchse, Bartgeier, Steinadler und sogar Wölfe.

Gründe genug für eine Wanderung durch die paradiesische Landschaft des Mercantour, über Alpenwiesen, durch Gebirgswälder und Gletschertäler, vorbei an glitzernden Bergseen und stets gerahmt von hohen Gipfeln. Der innerste Teil des Nationalparks ist unbewohnt, darum herum liegt ein Gürtel mit einsamen kleinen Dörfern, in denen zum Teil nur eine Handvoll Menschen leben. Es gibt zahlreiche gut ausgebaute Wanderwege, beispielsweise den „le sentier panoramique du Mercantour“. Daneben führt der französische Weitwanderweg „sentier de la grande Randonnée GR5“ auf seinem Weg vom Genfer See nach Nizza mitten durch den Parc National du Mercantour. Und wer es noch weiter mag, der macht sich auf die Via Alpina, einen Fernwanderweg, der von Triest bis Monaco durch alle acht Alpenstaaten Europas führt. Denn auch auf dieser langen Wanderschaft geht es quer durch den Nationalpark Mercantour.

**LEGUMES DES JARDINS DE PROVENCE – GEMÜSE
AUS DEN GÄRTEN DER PROVENCE**

Zutaten für 4 Personen: 10 Möhren, 8 kleine Artischocken, 200 g grüne Bohnen, 200 g weiße Bohnen (vorgegart), 3 weiße Rübchen, 1 Fenchelknolle, 8 Radieschen, 200 g Erbsen, 2 gelbe Paprika, 1 rote Paprika, 12 Stangen grüner Spargel, 4 Tomaten, 2 rote Zwiebeln, 4 Knoblauchzehen, Saft einer Zitrone, 1 Bund Blatt-petersilie, Olivenöl, 300 ml Gemüsefond, Salz, Pfeffer, falls verfügbar: 30 g schwarze Trüffel

Zubereitung: Möhren und Radieschen putzen und in Scheibchen schneiden, Fenchel, Paprika und Rübchen putzen und würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und hacken. Die oberen harten Blätter und die Stiele der Artischocken abschneiden, die äußeren Blätter entfernen, sodass die Herzen übrigbleiben. Diese achteln. (Beim Verarbeiten der Artischocken Einmalhandschuhe tragen, denn der Saft der Artischocken verfärbt die Haut.) Jedes der Gemüse separat in Olivenöl anbraten, salzen und pfeffern.

Die Tomaten häuten und achteln. Die grünen Bohnen halbieren und in siedendem Salzwasser 4 Minuten lang blanchieren. Das unterste Drittel der Spargelstangen entfernen, den Spargel waschen, in Stücke schneiden und ebenfalls 4 Minuten in Salzwasser blanchieren. Auch die Erbsen 4 Minuten in Salzwasser blanchieren.

Die Petersilienblättchen abzupfen, fein hacken und unter den Gemüsefond mischen. Die Trüffel bürsten, fein hacken und ebenfalls untermischen, den Fond salzen und kräftig pfeffern.

Nun alles Gemüse in einen Bräter füllen und mit dem Gemüsefond begießen. Vorsichtig umrühren, dann bei 180°C im vorgeheizten Backofen 30 Minuten lang backen.

Mit frischem Baguette servieren.

VOM MUT, DEN APFEL ZU ESSEN – EINE KINDERRECHTLERIN IN DER PROVENCE

K. war ein kleiner Junge. Seine Mutter war schweigsam und in sich gekehrt, der Vater stolz und ehrgeizig. Beide Eltern arbeiteten tagsüber in ihrem Geschäft. Der kleine K. und seine Geschwister wurden deshalb vom Hauspersonal aufgezogen. Die Magd ärgerte sich oft über den naseweisen Kleinen. Und sie ärgerte sich über seine Eltern, ihre Herrschaften. Jede Demütigung, die ihr von diesen zuteil wurde, gab sie an den kleinen K. weiter. Denn dieser konnte sich nicht gegen sie wehren. K. verstand die Welt nicht. Seine Eltern waren nicht da, und wenn doch, dann beschäftigten sie sich mit anderen Dingen und nahmen ihn nicht wahr. Und die Magd fügte ihm Strafen und Grausamkeiten zu, ohne dass er wusste, warum. Seine Welt war ein Jahrmarkt der Irrsinnigkeiten. Bizarr, kalt und ohne jede Logik. K. litt unsagbar. Denn er war ein äußerst sensibles und hochintelligentes Kind.

Viele Jahre später, K. war inzwischen erwachsen geworden, setzte er sich an den Schreibtisch und begann, eine Geschichte aufzuschreiben. Die Geschichte von K., der sich machtlos der Willkür von Personen ausgesetzt sieht, deren Verhalten ihm völlig unverständlich ist, und er nannte die Geschichte „Das Schloss“.

„Große Werke verdanken ihre Existenz der frühen Traumatisierung des Dichters“, sagte die Psychoanalytikerin

Alice Miller. Die intensiven Negativerlebnisse der frühen Kindheit suchen in späteren Jahren ein Ventil. Im Falle von Franz Kafka war es die große Literatur. Andere werden selbst zu misshandelnden Eltern, zu manipulativen Ausbeutern, zu gefühllosen Chefs, zu Menschen, die ihre Macht missbrauchen, im schlimmsten Falle zu Mördern, Diktatoren, Amokläufern und anderen Verbrechern. Oder aber der Hass richtet sich nach Innen und findet ein Ventil in Drogensucht, Alkoholabhängigkeit oder sonstigen gegen das eigene Selbst gerichteten Verhaltensweisen. Zu den Symptomen gehören auch Erkrankungen mit psychischer Ursache.

Die Wurzel all dessen, so stellte Alice Miller fest, liegt in der Erfahrung des ohnmächtigen Ausgeliefertseins gegenüber Gewalt, Vernachlässigung, Gefühlskälte, Demütigungen und/oder Missbrauch in der frühen Kindheit. Sie liegt in der „schwarzen Pädagogik“, mit der die Erwachsenen das Kind strafen, es schlagen, verspotten, manipulieren, unter Erfolgsdruck setzen oder emotional peinigern, seine Seele verletzen und ihm Qualen zufügen, deren Grund das Kind nicht verstehen kann. Denn es sucht die Liebe der Erwachsenen, die es zum Überleben braucht. Es wird sich anpassen und versuchen, die Erwartungen der Erwachsenen zu erfüllen, um deren Liebe und Anerkennung zu gewinnen. Vielleicht wird es ein braves, wohlerzogenes Kind oder ein Musterschüler sein. Aber es wird sein eigenes Ich nicht entdecken können, denn dieses muss es verleug-

nen. Es bleibt verborgen unter der zwanghaften Verbiegung des Selbst, der brutalen Ordnung und dem Leid, welches das Kind durchmacht. Es wird seine emotionale Lebendigkeit einbüßen. Erst später, wenn das Kind erwachsen geworden ist und endlich die Möglichkeit dazu hat, wird sich der aufgestaute Druck entladen. Die eigenen Kinder werden wiederum zu Opfern werden. Es ist ein Teufelskreis, aus dem es nur ein Entrinnen geben kann, wenn man sich der in der Kindheit liegenden Ursachen dieses Verhaltens bewusst wird.

Doch genau an dieser Stelle versagt die herkömmliche Psychoanalyse, indem sie die Schuld beim Kind selbst sucht und die Erfahrungen von Misshandlungen und Missbrauch ins Reich der Fantasie abdrängt. Ganz im Sinne des allgemeinen gesellschaftlichen und kirchlichen Konsenses, der von Kindern verlangt, ihre Eltern zu respektieren, aber nicht eine Spur von Barmherzigkeit geschweige denn Respekt für die kleinen Kinder erübrigt. Deshalb verließ Alice Miller 1985 die Internationale Psychoanalytische Vereinigung und zog sich zurück. Sie ging nach Saint-Rémy-de-Provence, wo sie den Rest ihres Lebens verbrachte.

Aber es war kein Leben in Isolation. Besonders in den letzten Jahren vor ihrem Tod im Jahr 2010 widmete sie sich über ihre Webseite intensiv ihren zahlreichen Lesern und Anhängern, deren Fragen und Problemen. Denn ein breites Publikum war von ihren erfolgreichen Büchern

„Das Drama des begabten Kindes“, „Am Anfang war Erziehung“ und „Du sollst nicht merken“ wachgerüttelt worden, zu einer Zeit, als die Fachwelt noch hartnäckigen Widerstand leistete. Dieses dauernden Konflikts war sie müde geworden. Und in der Schönheit und Gelassenheit der Provence fand sie geistigen Frieden, Harmonie und die Ruhe, die sie brauchte, um ihre Studien fortzusetzen und ihre Theorien weiter fortzuentwickeln.

Sie war 1923 im damals noch polnischen Lemberg als Kind einer jüdischen Familie geboren worden. Seit 1931 lebte die Familie in Berlin, kehrte jedoch nach der Machtergreifung durch die Nationalsozialisten nach Polen zurück. Sie wurden 1940 ins Ghetto eingewiesen, doch Alice gelang mithilfe gefälschter Dokumente die Flucht nach Warschau, wo sie an der Geheimen Universität studierte. Nach dem Krieg setzte sie ihr Studium in der Schweiz fort und promovierte in Philosophie. Daran schloss sich eine Ausbildung in freudianischer Psychoanalyse an. Sie heiratete und bekam zwei Kinder. Gemeinsam mit anderen Analytikern gründete sie später ein daseinsanalytisch ausgerichtetes Seminar in Zürich, bevor sie die Provence zu ihrer Wahlheimat machte.

Hier widmete sie sich neben ihrem Kampf für die Rechte der Kinder ihrer zweiten großen Leidenschaft: der Malerei. Dazu bediente sie sich verschiedenster Techniken, von Aquarell bis Öl, von Gouache bis Öl-Pastell. Sie malte spontan und aus dem Moment heraus, ohne großen Plan

und ohne akribischen Perfektionismus. Sie improvisierte, sie erlangte Übung durch das Kopieren von Werken großer Meister und durch Ausprobieren. Ihre Bilder sind immer auch Ausdruck der inneren Gefühle, sie sprechen die Sprache des Unbewussten. Alice Miller betrachtete die Malerei als wichtiges Hilfsmittel, um geistige Klarheit für ihr psychologisches, soziologisches und therapeutisches Werk zu finden.

Unter Liebe seien nicht Anpassung und Gehorsam zu verstehen, postulierte Alice Miller. Sie glaubte, dass der Mensch nur dann die Freiheit hat, lieben zu können, wenn er sich selbst gefunden hat. Wenn er seine Persönlichkeit leben kann, ohne Masken, Fassaden und Ausflüchte. Um dorthin zu kommen ist aber ein umfassendes Wissen erforderlich, die Erkenntnis der eigenen Geschichte und der damit verbundenen Verletzungen, Gefühle und Bedürfnisse. Vor dieser Wahrheit dürfe man nicht fliehen, meinte Alice Miller, und empfahl deshalb, mutig zu sein und den biblischen Apfel vom Baum der Erkenntnis trotz des väterlichen Verbotes zu essen.

Ihre Bücher sind Bestseller, die in dreißig Sprachen übersetzt wurden. Der weltweite Erfolg ihrer Theorien scheint ihr Recht zu geben. Doch der Weg ist noch weit.

**BISCUITS AUX FLEURS DE LAVANDE –
LAVENDELBLÜTENPLÄTZCHEN**

Zutaten: 125 g Mehl, 50 g Stärkemehl, 200 g feine Haferflocken, 200 g Zucker, 250 g Butter (Zimmertemperatur), 50 g gebackte Mandeln, 1 Päckchen Vanillezucker, 3 Eier, 1 Tl Backpulver, 1 El Lavendelblüten

Zubereitung: Die Butter in einer Schüssel mit dem Handrührgerät schaumig schlagen, dabei den Zucker, den Vanillezucker und die Eier hinzugeben und weiter aufschlagen. Mehl, Stärkemehl, Haferflocken, Mandeln, Backpulver und Lavendelblüten mischen und nach und nach unter die Butter-Zucker-Ei-Masse rühren.

Den Backofen auf 170°C vorbeizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und mit einem Esslöffel in regelmäßigen Abständen kleine Teigmengen daraufsetzen. Etwa 12 bis 15 Minuten lang backen, bis die Plätzchen beginnen, goldbraun zu werden.

Auf einem Rost abkühlen lassen und in einer gut verschließbaren Dose aufbewahren.

Diese einfachen Plätzchen kann man auch gut gemeinsam mit kleinen Kindern backen.

WASSER MARSCH! – VON DER BAUKUNST DER AQUÄDUKTE

Die Römer waren den Griechen, Kelten und Ligurern, die Südfrankreich besiedelten, in jeder Hinsicht überlegen. Sie gewannen deshalb nicht nur schnell die militärische Oberhand, sie beeindruckten die eingesessene Bevölkerung durch ihre kulturellen und vor allem auch ihre technischen Errungenschaften. Die weiten Ebenen wurden seit je her für den Ackerbau genutzt. Doch in den langen und trockenen Sommern verdorrte das Getreide immer wieder. Hunger und Elend waren die Folge. Und in den großen Städten fehlte das Trinkwasser. Doch die Römer setzten dem ein Ende. Denn sie wussten Abhilfe.

Mit gewaltigem Aufwand bauten sie Wasserleitungen, die Aquädukte, um aus den Bergen das dort reichlich vorhandene Wasser herbeizuschaffen. So gab es nicht nur genug Wasser für die Felder, große Überlandleitungen schafften das Wasser auch bis in die Städte. Es gab mit einem Mal den unglaublichen Luxus des stets und unerschöpflich fließenden Frischwassers für Brunnen und Thermalbäder.

Eines der markantesten Aquädukte führte über eine Gesamtstrecke von fünfzig Kilometern nach Nîmes, einer mächtigen Römerstadt mit damals 20.000 Einwohnern, die heute zum Département Gard gehört. Täglich flossen an die 20.000 Kubikmeter Wasser frisch von der Quelle in

einem offenen Kanal über diese gewaltige Leitung. Für ihren Bau mussten Bergketten umgangen und Flussläufe überbrückt werden, weite Umwege waren nötig. Das war eine technische Meisterleistung. Denn das Gefälle auf der Strecke von der Quelle zur Stadt beträgt nur etwa 12 Meter.

Und dennoch gelang es den römischen Ingenieuren, auf der gesamten Streckenlänge ein gleichbleibendes Gefälle von 24 Zentimetern pro Kilometer zu erreichen. Niemand weiß, mithilfe welcher Berechnungen sie das geschafft haben.

Um die Stadt zu erreichen, musste auch ein tief in die Landschaft eingeschnittener Fluss überwunden werden. Tausend Männer, viele davon Sklaven, waren drei Jahre lang damit beschäftigt, Steine herbeizuschaffen, mit Meißeln und Schlägeln präzise zu bearbeiten und unter Zuhilfenahme von Kränen, Flaschenzügen und Gerüsten aufeinanderzuschichten.

Dabei verwendeten sie keinerlei Mörtel, das Bauwerk hielt alleine durch den genau durchdachten Druck und die Reibung, den die in Quaderbauweise zusammengefügte Steine aufeinander ausübten. Und wie es hielt! Es hält seit sage und schreibe zweitausend Jahren!

Es ist der berühmte Pont du Gard, eines der wichtigsten noch erhaltenen Brückenbauwerke aus römischer Zeit überhaupt und eine der größten Sehenswürdigkeiten Südfrankreichs. Mit einer Länge von 275 Metern, einer Breite von sechs Metern und einer Höhe von 49 Metern

überspannt er in drei Etagen aus lichten Arkadenbögen den Fluss. Die oberste Etage trägt das Gerinne der Wasserleitung.

Nach dem Zusammenbruch des römischen Reichs verkam die Wasserleitung. Ablagerungen füllten den Kanal, der Wasserfluss versiegte. Die Menschen begannen damit, die Steine der Leitung für andere Zwecke zu verwenden. Der Pont du Gard aber wurde seit dem Mittelalter für den Straßenverkehr genutzt. Unter dieser Zweckentfremdung litt das Bauwerk auf die Dauer, sodass man im 18. Jahrhundert eine neue Brücke zu seiner Entlastung direkt danebensetzte.

Von dieser Brücke aus können heute Besucher das Wunderwerk römischer Architektur bestaunen. Ein nahegelegenes Museum stillt ihren Wissensdurst und der Souvenirshop ihre Bedürfnisse nach Konsum.

Was die Römer damals konnten, das können wir heute schon lange, sagten sich die Stadtväter von Marseille im Jahr 1841. Und wir können das noch weitaus besser!

Nach einer extremen Trockenheit hatte eine fürchterliche Choleraepidemie die Bewohner der Stadt gepeinigt. Man erkannte, dass das Hauptproblem in der mangelhaften Versorgung der Einwohner mit sauberem Trinkwasser zu suchen war.

So begann man mit dem Bau des Aquäduktes von Roquefavour, der zur Trinkwasserleitung Canal de Marseille gehört und 1847 fertiggestellt wurde. Noch heute ist diese

Wasserleitung die wichtigste Quelle der Trinkwasserversorgung von Marseille.

Sie brachte das Frischwasser ursprünglich aus dem Fluss Durance über eine Strecke von achtzig Kilometern von Pertuis im Département Vaucluse herbei, seit der Errichtung eines Kraftwerkskanals entlang des Flusslaufs der Durance liegt die Entnahmestelle etwa zehn Kilometer näher an Marseille. Bei Aix-en-Provence galt es nun, das Tal des Flusses Arc zu überwinden.

Man errichtete einen Aquädukt aus drei Ebenen von Säulenbögen, der mit 393 Metern nicht nur deutlich länger als die Römerbrücke ist. Mit einer Höhe von fast 83 Metern ist er auch ein ganzes Stück größer. Diese Maße machten ihn zur gigantischsten Wasserbrücke der Welt. Er überquert nicht nur den Fluss, sondern auch eine Straße und eine Eisenbahnlinie und steht seit 2005 unter Denkmalschutz. Sein Wasser fließt mittlerweile nicht mehr offen, sondern geschützt durch ein 220 Zentimeter dickes Rohr. Und wenn er auch bei weitem nicht so alt ist, so bietet er doch einen nicht minder spektakulären Anblick als der Pont du Gard.

AÏOLI

Zutaten: 200 ml gutes Olivenöl, 6 Knoblauchzehen, 3 Tl Zitronensaft, 1 hartgekochtes Eigelb, 1 rohes Eigelb, ½ Tl Senf, Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer

Zubereitung: Die Zubereitung gelingt am besten in einem Steinmörser. Alle Zutaten sollten Zimmertemperatur haben.

Den Knoblauch schälen, grob zerschneiden und unter Zugabe von etwas Salz im Mörser zu einer Paste zerdrücken. Die Eigelb und den Senf hinzugeben und die Masse so lange zerdrücken, bis eine gleichmäßige Paste entstanden ist. Nun unter sehr kräftigem Rühren mit dem Schneebesen zunächst tropfenweise, dann in einem feinen Strahl das Öl ganz langsam hinzugeben, bis eine dicke Majonäse entstanden ist. Den Zitronensaft unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer kräftig abschmecken.

Aïoli bezeichnet in der Provence ein typisches Gericht, bei dem diese Knoblauchsauce zu gedünsteten Kartoffeln, Möhren, grünen Bohnen, Seeschnecken und Fischfilet gereicht wird.

AM ZENIT DES GLAMOURS – DIE FILMFESTSPIELE VON CANNES

Endlich ist es wieder so weit: Frühjahr in Cannes, der rote Teppich ist entrollt! An seinen Seiten drängen sich in dezentem Dunkel gekleidete Fotografen, die wuchtigen Kameras schussbereit, die Augen erwartungsvoll in Richtung Promenade de la Croisette gerichtet: Von dorther werden sie kommen, die Gottheiten der Neuzeit, und für einen kurzen Augenblick, nämlich das Stück des Wegs von ihrer Luxuslimousine bis zum Eingang des Palais des Festivals, werden sie den Windhauch ihres Glamours verströmen. Dann überstrahlt Blitzlichtgewitter das milde Licht der Abendsonne von Cannes. Und bis es so weit ist, erfüllen die Gedanken der anwesenden Presseleute die wichtigen, die alles entscheidenden Fragen: Was wird Nicole Kidman tragen? Wird Cate Blanchett eleganter sein als sie? Wer kommt mit wem?

Dann endlich ist es so weit. Die Diven geben alles, um sich ins rechte Licht zu rücken. Auffallen, aus der Reihe der anderen herausstechen, das ist jetzt das Einzige, was zählt. Die Russin Elena Lenina hat sich mit einer gigantischen Kette aus riesigen silbernen Christbaumkugeln behängt und die Haare dazu passend kugelförmig aufgetürmt. Das Sommerkleid im Stil der Fifties, das Nadja Auermann trägt, ist deutlich zu eng. Hat das Topmodel etwa zugenommen? Laetitia Casta erscheint in einem

unförmigen Wulst aus weißen Blättern und Blüten – wie unvoreteilhaft! Ah, Nicole Kidman, jung und betörend schön wie immer, mit vornehmer Blässe und strassbesetzter Armani-Robe. Herrlich, nur ihr Gesichtsausdruck wirkt etwas zu verkniffen. Das zauberhafte „Victoria’s Secret“-Model kommt züchtig hochgeschlossen – wie enttäuschend! Und was hat sie denn da an den Füßen? Etwa Jesuslatschen? Hui, Blake Lively zeigt Bein und macht mit ihrem extrem hoch geschlitzten Kleid alles wieder gut! Dafür sieht Audrey Tautou aus wie Puttchen Brammel. Aber da – Jane Fonda, die Grande Dame des amerikanischen Films. Großartig, figurbetont in Rot, trotz ihrer 76 Jahre. Die unermüdliche Plagerei mit Aerobic seit den frühen Achtzigern hat also doch etwas gebracht.

Die Namen sind austauschbar, die Geschichten bleiben. Ein Lächeln, eine kurze Pose für die Kameras, eine huldvoll zum Gruß erhobene Hand, und schon entschwinden sie alle in dem hässlichen, sandfarbenen Betonklotz am Hafen von Cannes. Das Gebäude wurde 1982 eingeweiht, nachdem der ehemalige Austragungsort der Festspiele, das Alte Casino von Cannes, sich als zu klein erwiesen hatte. Denn die Filmfestspiele waren ein gigantischer Erfolg geworden. Durch sie rückte die kleine Stadt an der Côte d’Azur ins Licht der Weltöffentlichkeit. Es war eine grandiose Marketingidee gewesen!

Diese Idee hatte der französische Kultusminister schon in den Dreißigerjahren des letzten Jahrhunderts

gehabt. Bedingt durch den Zweiten Weltkrieg dauerte es allerdings bis 1946, bis die Idee erstmals umgesetzt werden konnte. Es gab gewisse Anlaufschwierigkeiten, zweimal fielen die Festspiele wegen Geldmangels aus.

Doch seit 1955 der Filmpreis „Goldene Palme“ hinzukam, ging es steil bergauf. Es begann die große Ära des französischen Films mit Regisseuren wie Louis Malle, François Truffaut und Claude Chabrol, mit Stars wie Simone Signoret, Brigitte Bardot, Jeanne Moreau, Michel Piccoli, Catherine Deneuve oder Jean-Paul Belmondo.

Während der Studentenunruhen 1968 zeigte sich die intellektuelle Filmelite solidarisch mit den Demonstranten. Die Jury, der unter anderem die Regisseure Malle, Truffaut und Polański angehörten, trat in den Streik und verlieh damit den Festspielen erstmals auch politisches Gewicht. Die Festspiele von Cannes waren zu einem der bedeutendsten Ereignisse der Filmbranche avanciert.

Die Jury, die über Wohl und Wehe der Filmschaffenden entscheidet, setzt sich im Wesentlichen aus Mitgliedern aus deren eigenen Reihen zusammen. Jedes Jahr wird sie von der Festspieldirektion neu zusammengesetzt. Die edlen Trophäen liefert der Schweizer Juwelier Chopard, und er spendiert sie sogar. Im Gegenzug darf er auch die prominenten Damen mit Preziosen ausstatten, die über den roten Teppich schreiten. Eine bessere Werbung gibt es wohl kaum.

Neben dem Hauptpreis, der Goldenen Palme, wird der Große Preis der Jury verliehen, das ist der Preis der internationalen Filmkritik, außerdem die Goldene Palme für den besten Kurz- und den besten Debütfilm sowie Preise für die jeweils beste Darstellerin, den besten Darsteller, die beste Regie und das beste Drehbuch. Abgerundet wird der Reigen der Preise ab und an durch eine Ehrenpalme.

Es ist also nicht ganz so eine Invasion der Preise wie bei der Oscarverleihung. Vielleicht aus diesem Grund erfand die Presse noch einen eigenen Ehrenpreis, der anlässlich der Filmfestspiele von Cannes an Schauspieler vergeben wird, den Prix Orange.

Zu den ausgezeichneten Filmen der letzten sechzig Jahre gehörten Werke wie „La Dolce Vita“, „Il Gattopardo“, „Blow Up“, „Taxi Driver“, „Apocalypse Now“, „Die Blechtrommel“, „Padre Padrone“, „Das Piano“ und „Pulp Fiction“. Unter den Regisseuren sind Billy Wilder, Roberto Rossellini, Orson Welles, Federico Fellini, Luis Buñuel, Francis Ford Coppola, Martin Scorsese, Quentin Tarantino, Wim Wenders und Lars von Trier. Ehrenpreise gingen an Woody Allen, Clint Eastwood und Bernardo Bertolucci.

Unter diesen Namen ragt die neuseeländische Regisseurin Jane Campion als bisher einzige weibliche Preisträgerin heraus. Ihr Film „Das Piano“ erhielt die Goldene Palme genauso wie ihr Kurzfilm „Peel“. Natürlich werden Auszeichnungen an Schauspielerinnen vergeben. Darunter sind Diven wie Bette Davis, Sophia Loren, Katherine Hepburn,

Vanessa Redgrave, Cher und Meryl Streep. Als deren Kollegen gesellen sich Marlon Brando, Anthony Perkins, Marcello Mastroianni, Jack Nicholson, Jack Lemmon oder Gérard Depardieu hinzu.

Im Gegensatz zur Oscarverleihung, bei der in der Regel US-Produktionen oder zumindest Filme in englischer Sprache die Preisträger sind, macht die Verleihung der Goldenen Palme nicht vor solchen Grenzen halt. Hier hat jeder eine Chance.

Doch Frauen scheinen unter den Gewinnern der Goldenen Palme bisher ziemlich unterrepräsentiert zu sein. Als positiver Schritt in Richtung einer diesbezüglichen Veränderung mag gelten, dass Jane Campion im Jahr 2014 die Festivaljury leitete. Und außerdem bleibt der glanzvolle Auftritt der weiblichen Stars und Sternchen für die meisten Beobachter sicherlich der Höhepunkt der Filmfestspiele von Cannes.

ÎLES FLOTTANTES – SCHWIMMENDE INSELN

Zutaten für 4 Personen: 4 möglichst frische Eier, 500 ml Milch, 1 Vanilleschote, 30 g Speisestärke, 120 g Zucker, Salz

Zubereitung: Die Eier in Eiweiß und Eigelb trennen, Eigelb abdecken und beiseitestellen. Die Eiweiße mit einer Prise Salz und der Hälfte des Zuckers ganz steif schlagen. Von der Milch 4 Esslöffel abnehmen, den Rest in einem breiten Topf erhitzen, aber nicht kochen lassen. Nun mit einem Esslöffel aus dem Eischnee Nocken formen und diese auf die heiße Milch setzen. Bei schwacher Hitze 3 Minuten lang ziehen lassen, dann wenden und noch einmal 3 Minuten lang ziehen lassen. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen, gut abtropfen und auf einem Teller beiseitestellen.

Die Vanilleschote aufschneiden, das Mark in die Milch kratzen und danach die Schote hineinlegen. Die vorab entnommene Milch mit den Eigelben und der Speisestärke gut verquirlen und unter ständigem Rühren zusammen mit dem restlichen Zucker mit dem Schneebesen in die Milch geben. Kurz aufkochen, dabei weiter rühren.

Durch ein Sieb abgießen und 1 Stunde lang abkühlen lassen. Dann noch einmal gut durchrühren, in Dessertschalen füllen und die Eischneenocken daraufsetzen.

DER GRAND CANYON VON EUROPA – LES GORGES DU VERDON

*M*anchmal ist die Welt wirklich erstaunlich klein. Es war am Strand von Saint-Aygulf, einem palmengesäumten und herrlich breiten, weißen Traumstrand an der Côte d'Azur. Meine Kinder hatten deutsche Spielkameraden gefunden. Ich war ziemlich verblüfft, als sich im Gespräch mit deren Eltern herausstellte, dass sie aus unserem Nachbarort im Bergischen Land kamen. Im weiteren Verlauf der Unterhaltung fragten sie mich dann, ob wir auch schon im Grand Canyon gewesen seien. Ich schaute etwas konsterniert und verneinte betreten. Wähten meine bergischen Landsleute sich etwa auf dem falschen Kontinent?

Sie schwärmten daraufhin so nachhaltig von einer abenteuerlichen Schluchtenfahrt, dass ich mich bei der Rückkehr in unser Feriendomizil gleich schlau machte. Und auf diese Art gelang es mir zum Glück, meine Bildungslücke zu schließen. Wir hätten sonst eines der beeindruckendsten Erlebnisse unserer Reise verpasst. Die Faszination des „grand canyon“ wirkte so nachhaltig, dass wir seit dieser Zeit bereits mehrfach dorthin zurückgekehrt sind.

Die Gorges du Verdon sind ein 21 Kilometer langer und bis zu 700 Meter tiefer Canyon, an dessen Grund der strahlend türkisfarbene Fluss Verdon verläuft. Neben der Taraschlucht in Montenegro ist der Grand Canyon du Verdon der größte seiner Art in Europa.

In den Erdzeitaltern des Trias und des Jura war die Provence von tropischem Flachmeer bedeckt. In dieser Zeit lagerten sich Sedimente aus abgestorbenen Muscheln und anderen Meeresbewohnern an dessen Boden ab. Als sich dann zur Kreidezeit der Untergrund der Provence anhob, wurde eine mächtige Schicht aus Kalkstein freigelegt. Im Tertiär begann der kolossale Druck der sich gegeneinander verschiebenden Kontinentalplatten, die Alpen aufzutürmen. Diese Kräfte rissen das Kalkgestein der Provence auseinander.

Einer der Flüsse, die neu entstanden, um die Wasserfluten aus dem Gebirge abzutransportieren, war der Verdon. Er suchte sich seinen Weg in Richtung Meer und machte sich dabei einen Riss in den Kalksteinschichten zunutze. Insbesondere während der Gletscherschmelze nach den Eiszeiten schollen die Wassermassen ungeheuer an, brausten mit Macht hinab und gruben die Schlucht immer tiefer in den relativ weichen Kalkstein hinein. Es bildete sich ein spektakulärer Einschnitt ins Land.

Zu Beginn der Siebzigerjahre staute man den Verdon am Ausgang der Schlucht zwischen den Felsen, um ein Wasserkraftwerk zu versorgen. So entstand am westlichen Ende der Gorges du Verdon ein See, dessen strahlendes Hellblau man auf den ersten Blick als völlig surrealistisch empfindet. Diese Farbe entsteht - wie auch das leuchtende Türkis des Verdon selbst - durch die Brechung des Lichts im stark kalkhaltigen Wasser.

Die grandiose Schlucht des Verdon ist auf beiden Seiten durch Straßen erschlossen, die sich für eine fantastische Rundfahrt anbieten. Wählt man aus Richtung Riez kommend für die Hinfahrt die Nordstrecke „route de Castellane“, so erreicht man nach der steilen Auffahrt zunächst einen Aussichtspunkt, von dem aus man auf den Stausee und den Verdon aus schwindelnder Höhe hinablickt. Bei Sonnenschein wirkt das Wasser wie künstlich eingefärbt, unten in der Tiefe tummeln sich unzählige Tret- und Ruderboote.

In La Palud-sur-Verdon zweigt dann die 23 Kilometer lange Kamringstraße Route des Crêtes ab (die westliche Zufahrt nehmen!). Diese Straße ist der mit Abstand spektakulärste Streckenabschnitt am Grand Canyon du Verdon. Zahlreiche Halteplätze bieten ausreichend Gelegenheit, die Faszination der Tiefe am eigenen Leib zu erfahren. Die fast senkrechten Steilwände am Aussichtspunkt Trescaire sind einer der Höhepunkte der Tour, hier geht es 700 Meter in die Tiefe. Es lohnt sich, eine Weile zu verharren und das Leben in der Schlucht zu beobachten. Mit etwas Glück sieht man hier nicht nur waghalsige Freeclimber, die vor dem Abgrund nicht zurückschrecken und sich todesmutig daran entlanghangeln. Fast noch spannender ist es, den eleganten Gleitflug der hier lebenden Gänsegeier zu beobachten. Diese Riesenvögel haben eine Spannweite von 2,50 Metern und sind deshalb trotz ihres unauffälligen Gefieders kaum zu übersehen. Sie waren in der

Region ausgestorben, doch die Wiederansiedlungen zwischen 1999 und 2004 waren erfolgreich. Hundert Einzeltiere, Gänse-, Mönchs- und Schmutzgeier, wurden in jenen Jahren in den Gorges du Verdun in die Freiheit entlassen, die Zahl der Küken steigt seitdem stetig Jahr für Jahr an.

Vorbei am Bergdorf Trigance begibt man sich dann auf die Südstrecke der Verdonschlucht. Man erreicht zunächst den „balcon del la Mescla“, eine Aussichtsplattform, die ein Stück unterhalb der Straße liegt. Hier eröffnet sich der Blick auf die dramatische Mescla, eine enge Schleife des Verdon.

Dann führt die Strecke über den „pont de l'Artuby“, eine hundert Meter lange Stahlbetonbrücke, die eine 180 Meter tiefe Schlucht überspannt. Sie ist eine Hochburg der Bungee-Jumper. Sollten Sie den waghalsigen Sprung in die Tiefe nicht selbst wagen wollen – man muss für das abenteuerliche Angsterlebnis auch noch eine stattliche Summe entrichten – dann nehmen Sie sich wenigstens die Zeit, einmal zuzuschauen. Von der Mitte der Brücke stürzen sich die Todesmutigen hinab, und als wenn das nicht schon schlimm genug wäre, baumeln sie anschließend geradezu halsbrecherisch zwischen den Felswänden hin und her. Erst wenn sich das Seil beruhigt hat, kommen sie endlich unten an.

Zum Lohn dürfen die Springer sich dann an den Aufstieg zurück nach oben machen. 180 Höhenmeter, wie gesagt. Ich persönlich habe es vorgezogen, oben zu bleiben.

Auf der Rückfahrt in Richtung Riez warten noch zahlreiche fantastische Aussichtsplätze, zuletzt ergibt sich ein wahrhaft märchenhaftes Panorama über die sich weit öffnende Schlucht und den leuchtenden Stausee. Es ist eine Rundreise der Superlative.

Die Verdonschlucht eignet sich natürlich noch zu weitaus mehr als nur zu einer Rundfahrt. Hier können Sie mit dem Kajak fahren, im Wildwasser schwimmen oder raften. Sie können endlos wandern oder klettern, es gibt Möglichkeiten zum Paragliding, Drachen- oder Segelfliegen. Am Ausgang der Schlucht können Sie ins Tret- oder Ruderboot steigen, unter der „Galeta-Brücke“ hindurch ein Stück weit in sie einfahren und die unwirklichen Farben aus der Nähe bestaunen.

Schließlich können Sie sich in Moustiers-Sainte-Marie, einem zauberhaften Dorf im Norden des Stausees, unter die einheimischen Boule-Spieler mischen. „Moustiérains“ nennen sich die Bewohner dieses neben steilen Felswänden gelegenen Weilers. Zwischen den Gipfeln hängt hoch über diesen Felsen an einer 225 Meter langen Kette ein goldener Stern, den ein Kreuzritter nach seiner Rückkehr aus der Gefangenschaft bei den Sarazenen aufhängen ließ. So will es jedenfalls die Legende wissen. Und wer die Verdonschlucht umfahren hat, der ist den Legenden auf jeden Fall ein ganzes Stück näher gekommen.

Eine Miniaturausgabe des Canyons gibt es übrigens bei Sault in der Nähe des Mont Ventoux: die Gorges del la

Nesque. Eine kleine Landstraße führt durch die unbewohnte, karge Schlucht hindurch und verbindet die Ortschaften Monieux und Méthamis. Hier hat sich das Flüsschen Nesque, das im Sommer austrocknet, auf einer Länge von 17 Kilometern bis zu 400 Meter tief in das umliegende Kalkgestein eingegraben. Die Schlucht ist nicht ganz so bombastisch wie die des Verdon, bietet jedoch ein durchaus vergleichbares Naturerlebnis.

Manchmal ist es eben gar nicht so schlecht, wenn man auf Reisen seinen Nachbarn begegnet.

QUICHE PROVENÇALE

Zutaten für 2 Personen: 250 g Blätterteig, 200 g Crème fraîche, 50 g getrocknete Tomaten in Öl, 50 g entsteinte schwarze Oliven, 2 Knoblauchzehen, 1 Zwiebel, 1 Zweig Rosmarin, 2 Zweige Thymian, Olivenöl, Pfeffer, Salz

Zubereitung: Eine Springform mit Olivenöl gut einölen und mit dem Blätterteig auslegen, an den Rändern leicht hochziehen. Den Teig mit einer Gabel mehrfach einstechen.

Die Knoblauchzehen schälen und in dünne Scheiben schneiden. Rosmarinnadeln und Thymianblättchen abzupfen und fein hacken. Die Crème fraîche in einer Schüssel mit Rosmarin, Thymian, Knoblauch, Salz, Pfeffer und 1 El Olivenöl gut vermischen, anschließend den Teig damit bestreichen. Die Tomaten abtropfen und in dünne Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Beides zusammen mit den Oliven auf dem Teig verteilen.

Den Backofen auf 200°C vorbeizen und die Quiche ca. 25 Minuten lang darin backen, bis die Oberfläche goldbraun zu werden beginnt. Warm servieren.

VOM SIEGESZUG DER LIEBESLIEDER – DIE TROUBADOURE

Mit einem unergründlichen Lächeln hat die Hofdame der Darbietung gelauscht. Als der Gesangsvortrag beendet ist, neigt sie ihren Kopf leicht und klatscht dann einige Male verhalten in die Hände. Der Burgherr streift sie mit einem Seitenblick, lächelt dann der Trobairitz zu, die in der Mitte des Saales steht, und nickt kurz. Ihr Gesang hat gefallen. Die restlichen Hofleute applaudieren.

Es ist das frühe 13. Jahrhundert, wir sind am Hof von Les Baux. In Südfrankreich ist eine neuartige Mode entstanden, die europaweit für Furore sorgen soll: höfischer Gesang. Meist sind es Männer, die schwermütige Liebeslieder singen, wehmütige Weisen um verlorene Lieben, um angebetete Damen, die doch für immer unerreichbar bleiben, um gebrochene Herzen und tiefen Schmerz. Die höfische Welt ist begeistert.

Doch mitunter singt auch eine Frau. Die Sängerin Castelloza hat ein selbstkomponiertes Lied über eine betrogene Liebe vorgetragen. Es trägt den Titel „amics, s'ie us trobes avinen“, und sie hat großen Anklang damit gefunden. Castelloza ist eine hübsche junge Frau mit züchtig geflochtenem braunem Haar, sie trägt ein rotes, unter den Brüsten gebundenes und hochgeschlossenes Kleid sowie einen blauen Umhang. Ihre helle Sopranstimme ist glasklar.

Sie ist gemeinsam mit dem berühmten Troubadour Peirol an den Hof gekommen, der sie entdeckt hat.

Im Gegensatz zum Minnegesang des deutschsprachigen Raumes, der sich seit Mitte des 12. Jahrhunderts nach dem französischen Vorbild zu entwickeln begann, treten in den ritterlichen Burgen der Provence auch Sängerinnen auf. Man bezeichnet sie als Trobairitz, sie sind das Pendant zu den männlichen Troubadours.

Sie alle dichten in der okzitanischen Sprache, einem galloromanischen Idiom, das noch heute in zahlreichen Dialekten gesprochen wird. Die verschiedenen okzitanischen Dialekte der Provence werden als „provenzalische Sprache“ zusammengefasst. Diese Sprache hat sich aus dem Vulgärlatein Südgallics entwickelt und ist im 12. und 13. Jahrhundert zur Literatursprache avanciert, der sich die Kulturschaffenden bei Hofe bedienen.

„Trobar“ heißt in dieser Sprache so viel wie „finden“, und so sind die Troubadoure, die man in provenzalischer Sprache auch als „trobador“ bezeichnet, Er-„Finder“ von Gedichten, Melodien und Liedern. Gute Troubadoure, die anrührende Geschichten wortgewandt und von einschmeichelnden Melodien untermalt vorzutragen vermögen, sind die umjubelten Entertainer dieser Zeit. Und es gelingt immerhin auch etwa zwanzig Frauen in Südfrankreich, eine erfolgreiche Karriere als Trobairitz vorzuweisen. Es sind nicht viele verlässliche Dokumente über sie erhalten, sodass man über ihr Leben in den meisten Fällen

nur noch spekulieren kann. Ihre Lyrik unterscheidet sich aber prägnant von der ihrer männlichen Kollegen, denn sie ist aus dem Blickwinkel weiblicher Sicht verfasst. Das zentrale Thema der Sängerinnen ist die reine, die perfekte Liebe, das von jedem ersehnte, doch in der Realität so unerreichbare Ideal.

Die männlichen Troubadoure wissen diesen höfischen Liebesliedern auch noch andere Kompositionen entgegenzusetzen. Zu fortgeschrittener Stunde unterhalten sie die anwesenden Edelleute gerne mit derberen, manchmal sogar obszönen Texten, sie prahlen mit ihrer Potenz oder singen mit mehr oder weniger versteckten Andeutungen über sexuelle Themen, sie unterhalten mit Spottliedern, Nonsens und Parodien.

Die Troubadourdichtung entstand im 12. Jahrhundert an den Fürstenhöfen der Provence scheinbar aus dem Nichts heraus. Mit einem Mal traten Sänger auf, die erstaunlich hochentwickelte Melodien und komplexe Reime vorzutragen wussten. Es ist anzunehmen, dass sich diese Kunstform über einen längeren Zeitraum entwickelt hat, doch erstmals um 1150 begannen in der Provence auch Sänger adeliger Herkunft aufzutreten. Im Gegensatz zu den Spielmännern aus dem Volk waren sie gebildet und konnten daher ihre Werke auch in schriftlicher Form niederlegen. Und ihr umfassendes Wissen manifestierte sich auch in ihrem rhetorisch und inhaltlich ausgefeilten Textwerk.

Selbstbewusst stellten sie sich selbst in den Mittelpunkt ihrer Lieder. So konnte sich ein Personenkult entwickeln, die gefragtesten Troubadoure waren gefeierte Popstars ihrer Zeit. Von der Provence aus traten sie ihren Siegeszug an und eroberten mit und mit ganz Frankreich und Norditalien.

Und wenn auch einige Frauen zu großem Ruhm als Trobairitz gelangten, so waren es doch deutlich mehr Männer, die auf diese Art Karriere machten. Etwa 2.500 Lieder sind noch erhalten, sie stammen aus den Federn von ungefähr 450 verschiedenen Sängern.

Einer von ihnen war Bertran Caronel aus Marseille. Er dichtete das Lied von der Mühle, das zur Maxime der Troubadourichtung geraten sollte: „Eine Strophe ohne Melodie ist so wie eine Mühle, die kein Wasser hat.“ Was wäre die Welt ohne Musik?

**SOUPE AUX FÈVES DE MARSEILLE –
BOHNENSUPPE AUS MARSEILLE**

Zutaten für 4 Personen: 250 g rote Kidneybohnen, 250 g weiße Riesenbohnen (beides bereits gekocht bzw. abgetropft aus der Dose), 2 kleine Zucchini, 5 Tomaten, 4 Frühlingszwiebeln, 1 Bund Blatt-petersilie, 1 Bund Basilikum, 1 rote Zwiebel, 3 Knoblauchzehen, Saft von 1 Zitrone, 1 Chilischote, 250 ml Gemüsebrühe, 200 ml Weißwein, Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Die Zwiebel schälen und würfeln, die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Die Zucchini waschen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Die Chilischote aufschneiden, die Kerne entfernen, dann die Schote fein hacken. Die Tomaten häuten und in Würfel schneiden. Die Petersilienblättchen abzupfen und fein hacken, die Basilikumblättchen in dünne Streifen schneiden.

In einem Topf Olivenöl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin scharf anbraten, danach die Frühlingszwiebeln, Zucchini und Chili zugeben. Bei starker Hitze leicht bräunen lassen, anschließend mit der Gemüsebrühe und dem Wein ablöschen. Die Tomaten zugeben, aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und fünfzehn Minuten lang köcheln lassen.

Nun die Bohnen und den Zitronensaft zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch einmal kurz aufkochen lassen. Zum Schluss die Petersilie unterrühren, die Suppe auf Tellern anrichten und mit dem Basilikum bestreuen.

Mit frischem Baguette servieren.

HEILKRÄFTE UND BLÜTENPRACHT – DIE GÄRTEN VON SALAGON

Der Himmel über der kleinen Ortschaft Mane im Département Alpes-de-Haute-Provence ist gerahmt: Im Süden ragt die Bergkette des Grand Luberon mit dem 1.125 Meter hohen Gipfel Mourre Nègre empor, im Norden der Gebirgszug der Montagne de Lure, dessen Berge mehr als 1.800 Meter Höhe erreichen.

Mane hatte nie eine besondere Bedeutung. Und doch war der Ort schon in römischer Zeit von Bauern besiedelt. Davon zeugen die Mauerreste einer Landvilla, die freigelegt wurden und besichtigt werden können. Nur wenige Kilometer von Mane entfernt verlief die alte Römerstraße Via Domitia, die Italien und Spanien miteinander verband und noch heute in vielen Abschnitten erhalten ist. Diese Verkehrsader brachte immer wieder Neuankömmlinge nach Mane, und manche davon blieben.

So kamen im 12. Jahrhundert Benediktinermönche vorbei, entschieden sich zum Bleiben und gründeten ein Kloster. Sie bauten die kleine Kirche Notre-Dame-de-Salagon und eine romanische Priorei. Im 16. Jahrhundert ließ sich ein italienischer Handwerker vor den Toren des Klosters nieder, der eine ganz besondere Kunst aus seiner Heimat mitgebracht hatte: Die Keramikmalerei. Fortan wurden in Mane kostbare Fayencen gefertigt. Im 19. Jahr-

hundert gehörte die Töpferwerkstatt von Mane zu den erfolgreichsten der ganzen Provence.

Doch irgendwann kamen die Fayencen aus der Mode, zudem versiegte das Interesse am Klosterwesen. Die Keramikmacher und die frommen Brüder verschwanden, aber die alten Mauern blieben. Da entschloss man sich um 1980, die Anlage des Priorats einer neuen Nutzung zuzuführen: der Wiederbelebung der mittelalterlichen Gartenkunst der Provence.

In den folgenden Jahren entstand um die schöne Klosteranlage herum ein ethnobotanisches Museum mit zahlreichen thematischen Gärten, den Gärten von Salagon, in denen die uralte regionale Flora gehegt und gepflegt wird. Der mittelalterliche Garten allein beherbergt vierhundert verschiedene Arten von Nutzpflanzen. Daneben gibt es einen Kräuter- und einen Dorfgarten mit traditionellen Zier-, Würz- und Heilpflanzen der Haute Provence, einen Aromagarten mit Pflanzen, die für die Parfümherstellung gezüchtet werden, einen modernen Garten mit Pflanzen aus aller Welt, einen Garten mit weißen Eichen sowie einen Obst- und Gemüsegarten.

Ziel dieser Anlage sind die Rekonstruktion und der Erhalt der alten Gartenkunst und vor allem auch des damit verbundenen Wissens. Um das zu erreichen, haben die Gärtner von Salagon umfangreiche Recherchen angestellt. Sie sind kreuz und quer durch die Provence gereist, um die alteingesessene Bevölkerung zu befragen. Dabei haben sie

Pflanzen und Informationen über Anbau und Nutzung gesammelt und dokumentiert. So entstand mit den Jahren eine in ihrer Art einmalige Gartenanlage.

Das Themenspektrum umfasst mittlerweile mehr als zweitausend Heil-, Gift-, Blüh- und Gewürzpflanzen, zu den uralten provenzalischen Arten hat sich auch eine Auswahl von in Frankreich heimisch gewordenen Gewächsen anderer Kontinente gesellt. In den Gärten von Salagon werden die einzelnen Exemplare vorgestellt und ihre Nutzung erläutert, sei es als Heilpflanze, als Insektizid, als Gewürz, als Färbe- oder Nahrungsmittel, als Schmuckblume oder Kosmetikum.

Wilder Wein rankt sich an den Trockenmauern entlang, und üppig wachsen Flaum- und Steineichen. Am Zürgelbaum reifen dunkelrote, wohlschmeckende Früchte. Doch Vorsicht vor der Safranrebendolde! Sie hilft gegen Krätze, Epilepsie, Delirien und Schwindel, doch nur in homöopathischer Dosierung. Niedrigere Verdünnungen als D3 können schnell gefährlich werden, denn die krautig aussehende Pflanze ist giftig. Zu viel davon kann ein Koma nach sich ziehen, schlimmstenfalls gar zum Tode führen.

Im nächsten Beet wachsen das Wermutkraut *Artemisia*, aus dem man Absinth herstellt, und die seltene Silberraute, die gegen Fieber hilft. Der Saft der Walzen-Wolfsmilch wurde zur Darmreinigung verwendet, die „Jungfer im Grünen“ liefert ein Alkaloid, das wurm- und harntreibend wirkt, in zu hoher Dosierung allerdings giftig ist. Das Öl

der Pflanze dient wiederum zur Herstellung von Lippenstiften, könnte es etwa die Küsse vergiften?

Zwischen all diesen eher unscheinbaren Gewächsen stechen zahlreiche prächtige Blumen wie die Dalmatische Glockenblume, der Blauzungenlauch oder die Hoog-Schwertlilie heraus. Die Gärten von Salagon sind ein üppiges Paradies und ein Ort zum Schwelgen. Wenn ab der zweiten Maihälfte auch die Pflanzen aus den Gewächshäusern ins Freiland umgezogen sind, bietet sich hier ein herrlicher Spaziergang zwischen würzigen Aromen, farbenfrohen Blüten und der malerischen alten Priorei. Und spätestens dann versteht man, warum der kleine Ort Mane schon immer die Reisenden angezogen hat.

PISTOU

Zutaten: 1 Bund Blatt Petersilie, 1 Bund Basilikum, 3 Zweige Rosmarin, 3 Zweige Zitronenthymian, 3 Knoblauchzehen, Saft von 1 Zitrone, 200 ml gutes Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Die Blättchen von den Kräutern abzupfen, Rosmarinnadeln von den Zweigen streifen und alle Blättchen und Nadeln sehr fein hacken. Anschließend sofort mit dem Zitronensaft beträufeln. Die Knoblauchzehen schälen und mit dem Messerrücken zerdrücken oder im Mörser zerquetschen. Zusammen mit dem Olivenöl mit den Kräutern vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pistou ist der provenzalische Pesto. Man isst ihn auf Baguette, mit Nudeln oder würzt eine leichte Gemüsesuppe damit.

NIETZSCHE, KAKTEEN UND LUXUSHOTELS – ÈZE

Friedrich Nietzsche war ein schwieriger Mensch. Seine komplexen Gedankengänge waren für die meisten seiner Zeitgenossen nicht nachvollziehbar. Er polarisierte, und er brach mit allen, die seiner Philosophie nicht folgen wollten. Auch litt er an einer unbekanntem Krankheit, ständige Kopfschmerzen trieben ihn fast in den Wahnsinn. Seine Psyche litt unter den Wechselbädern zwischen höchster Euphorie und tiefer Depression. Als er sich verliebte, die Angebetete ihn aber zurückwies, er sich zudem mit Mutter und Schwester überworfen hatte, packte er seine Sachen und verließ die Heimat. Krank, einsam und voller irrlichternder Gedanken wollte er eigentlich seinem Leben ein Ende bereiten.

Doch so weit sollte es nicht kommen. Im italienischen Rapallo begann er, seine Gedanken zu sortieren und in Worte zu fassen. Er reiste weiter und entdeckte einen noch schöneren Ort: Èze an der Côte d'Azur. Èze besteht aus dem unten am Meer gelegenen Ortsteil Èze-sur-Mer und dem wildromantischen Èze-Village oben auf den Felsen. Von diesen steilen Felsen geschützt hat die Bucht vor Èze ein ganz besonderes Kleinklima: Im Sommer weht bedingt durch die Hanglage eine erfrischende leichte Brise, im Winter ist es stets ein paar angenehme Grad wärmer als in den Nachbarorten.

Hier verbrachte Nietzsche den Winter 1883/1884 und verfasste, inspiriert vom grandiosen Zauber der spektakulären Küstenlandschaft, einen großen Teil seines epochalen Werkes „Also sprach Zarathustra“. Er philosophierte von der ewigen Wiederholung aller Geschehnisse und vom Ausbruch aus diesem Teufelskreis durch den Tod Gottes und die Erschaffung des Übermenschen, ein gewaltiges Gedankenkonstrukt, das bis heute die Gemüter in Aufruhr versetzt, und das den Nazis Raum bot, es für ihre Zwecke zu missbrauchen. Aber Nietzsches Zarathustra enthält weit mehr, als ein kleingeistiger Faschist zu erfassen vermag. Es ist die Essenz der Gedanken eines großen Philosophen.

Während des Winters in Èze entdeckte Nietzsche einen Wanderpfad, den er fortan immer wieder entlangging. Vom Meer aus führt er hinauf in das malerische Bergdorf Èze-Village, das mehr als vierhundert Meter oberhalb wie ein Adlerhorst auf einer Felskuppe thront. Es ist ein recht beschwerlicher, steiler und steiniger Weg, aber er belohnt den Wanderer mit fantastischen Ausblicken über die herrliche Küstenlandschaft. Heute ist er ausgeschildert und trägt den Namen „sentier-Friedrich Nietzsche“.

Mit seinen schmalen, autofreien mittelalterlichen Gassen hat das Bergdorf Èze-Village einen Charme, dem man sich kaum entziehen kann. Immer wieder fällt der Blick auf das azurblaue Meer und das westlich des Ortes liegende Cap Ferrat. Auf dem Wasser schaukeln die pracht-

vollen Yachten der High Society, die von der magischen Schönheit dieses Küstenabschnitts so unwiderstehlich angezogen wird.

Auch in Èze trägt man der Anwesenheit von so vielen finanzkräftigen Gästen Rechnung. Die berühmten Parfümerien aus Grasse haben hier Filialen aufgemacht, zahlreiche Kunsthandwerker, Ateliers, Galerien und Boutiquen versuchen, ihre Produkte auf möglichst lukrative Art an den Mann zu bringen. Hinzu haben sich zwei Luxushotels gesellt, die ihre Räumlichkeiten auf diverse alte Gebäude des Bergnestes verteilt haben. Wer es sich leisten kann, verbringt hier eine traumhafte Zeit vor einer atemberaubenden Aussicht.

Doch auch Gäste mit einem schmaleren Budget können sich von Èze verzaubern lassen. Der Eintritt in den „jardin exotique“ zum Beispiel kostet nur wenige Euro. An den Hängen der Küste wurde hier um die Reste einer alten Burg herum ein Sukkulentengarten angelegt, in dem prächtige Kakteen, Agaven, Aloen, aber auch andere exotische Pflanzen aus der Mittelmeerregion, aus Afrika und Amerika gedeihen. Zwischen den teilweise meterhohen Gewächsen flattern wunderschöne Schmetterlinge herum. Der Garten ist mit Skulpturen des Künstlers Jean-Philippe Richard geschmückt, die in weich fließenden Formen meist weibliche Figuren darstellen. Dahinter eröffnen sich unvergessliche Rundumblicke über die Küste und die Dächer von Èze. Der großartigste Aussichtspunkt ist die Terrasse der Burg

am höchsten Punkt des Gartens. Das Panorama von hier oben ist eines der besten an der gesamten Côte d'Azur, der Blick reicht vom Cap Ferrat bis zum Cap d'Ail, und wendet man sich um, so sieht man alle drei Corniche-Straßen.

Èze hat in den vergangenen Jahrzehnten eine rasante Entwicklung durchgemacht. Aus dem ehemals typisch provenzalischen Dörflein, in dem es bis in die 1950er Jahre hinein nicht einmal fließendes Wasser gab, ist ein Besuchermagnet geworden, der jährlich hunderttausende von Touristen anzieht. Um zu vermeiden, sich in engem Gedränge durch die Gassen quetschen zu müssen, kommt man am besten früh morgens oder in den Abendstunden, wenn die Tagestouristen weitergefahren sind und man nur noch mit den wenigen Gästen der exklusiven Hotels in der Ortschaft zurückbleibt. Denn in diesen Stunden enthüllt Èze seine märchenhafte Magie erst so ganz.

CONFITURE DE MELON - MELONENMARMELADE

Zutaten für vier Personen: 1300 g Melonenfruchtfleisch, Saft von 3 Zitronen, 1 unbehandelte Limone, 200 ml Roséwein, 3 Zweige Zitronenmelisse, 500 g Gelierzucker (3:1)

Zubereitung: Das Melonenfleisch in Stücke schneiden und dabei alle Kerne sorgfältig entfernen. Anschließend mit dem Pürierstab zu Brei zerkleinern und den Zitronensaft unterrühren.

Die Limone waschen und mit dem Zestensneider schälen. Danach auspressen. Den Saft unter die Melonenmasse rühren, die Schale in kleine Stückchen schneiden und ebenfalls unterrühren.

Die Zitronenmelissenblättchen abzupfen und in kleine Stücke hacken, beiseitestellen.

Anschließend die Masse zusammen mit dem Gelierzucker und dem Wein in einen Topf füllen und unter ständigem Rühren aufkochen. 5 Minuten lang sprudelnd kochen lassen, dann die Zitronenmelisse unterrühren und die Masse sofort in saubere, gut verschließbare Marmeladengläser umfüllen. Am besten stellt man die Gläser auf ein nasses Tuch, dann werden sie nicht durch die plötzliche Hitze zerplatzen. Die Gläser verschließen und 5 Minuten lang auf den Kopf stellen.

Am schönsten ist es natürlich, wenn Sie diese Marmelade aus den berühmten Melonen von Cavaillon zubereiten. Es eignen sich aber auch alle anderen Melonenarten dazu.

BEGEGNUNG MIT DER BELLE ÉPOQUE – DAS HOTEL NEGRESKO

Die Belle Époque war die große Zeit des europäischen Aufbruchs. Seit dem Deutsch-Französischen Krieg, der 1871 zu Ende gegangen war, herrschte Frieden. Die industrielle Revolution spülte Geld in die Taschen der Fabrikanten, der Spekulanten, der Konstrukteure und Unternehmer. Mit einem Mal waren es nicht nur die alten Adelsstände, die sich etwas leisten konnten. Es war das mittlere und gehobene Bürgertum, das der Epoche den Weg wies. Wohin mit dem neuen Reichtum?

Ganz klar: hin zu den großen Boulevards, in die Cafés und Cabarets, die Ateliers, Modehäuser und Salons, die Konzertsäle und die Galerien! Verschwenderische Pracht, große Abendgesellschaften, Luxus und Genuss standen auf der Wunschliste der gesellschaftlichen Elite. Und eine weitere neue Mode kam auf: das Reisen. Die Erfindung der Eisenbahn ließ Europa näher zusammenrücken, schnell sprach sich herum, wo es am schönsten war. Und ganz besonders schön war es unter der Sonne des Südens, weit weg von den rauchenden Schloten und der Tristesse der Industrieregionen.

Der Dichter Stéphen Liégeard veröffentlichte 1887 ein Buch mit dem Titel „la côte d’azur“. Und wenn auch sein Werk mittlerweile in den Nebeln des Vergessens entschwunden ist, so hat er doch einen großen schöpferi-

schen Akt vollbracht: Er erfand den Namen der Küste der Provence, den wir heute so selbstverständlich gebrauchen. Und er schürte die Sehnsucht seiner Zeitgenossen nach diesem gesegneten Stückchen Erde.

Damit begannen die Gründerjahre der Côte d'Azur. Viele machten sich auf den Weg, um den wohlhabenden Reisenden ein angemessenes Willkommen zu ermöglichen. Mein Großvater war einer davon, er war Hotelier und arbeitete vor dem Ersten Weltkrieg in einem edlen Hotel an der Prachtstraße Rue la Croisette von Cannes.

Ein anderer machte sich in den gleichen Jahren von Rumänien aus auf den Weg: Henri Negresco. Er war der Sohn eines Gastwirts und hatte schon mit fünfzehn Jahren seine Heimat verlassen, um als Kellner sein Glück in der Hauptstadt der Belle Époque zu machen: in Paris. Strebsam, arbeitsam und mit dem rechten Gespür für die Wünsche der begüterten Klientel hatte er dort schnell Erfolg, und auf dessen Wellen wurde er schließlich an die Gestade der Côte d'Azur gespült, wo er Direktor des Casinos von Nizza wurde. Und weil er ein aufmerksamer Beobachter war, sah er sofort, was Nizza fehlte: ein angemessenes Hotel! Ein Hotel, in dem nur die reichsten Leute der Welt Unterkunft finden sollten.

Es gelang dem Charismatiker schnell, die Finanzierung auf die Beine zu stellen. In Édouard Niemanns fand er einen Architekten, der versprach, aus den Möglichkeiten des Jugendstils alles herauszuholen, was dieser zu bieten

hatte. Mit Gustave Eiffel gewann er dazu noch einen hochberühmten Konstrukteur. Eiffel erschuf die pinkfarbene Kuppel des Neubaus, und die Legende sagt, dass der Busen einer seiner zahlreichen Geliebten dafür Modell stand. Ziemlich skandalös für die damalige Zeit!

Am herrlichen Uferboulevard „promenade des anglais“ wurde schließlich 1912 der Traum des Henri Negresco Wirklichkeit: Das Hotel Negresco, ein strahlend weißer, pompöser fünfgeschossiger Prachtbau der Superlative. Und die Rechnung ging auf. Sowohl gekrönte Häupter als auch die Mitglieder der High Society begannen sogleich, ins Negresco zu strömen.

Doch der Segen währte nicht lange. Der Erste Weltkrieg kam und setzte der Belle Époque brutal ein jähes Ende. Die Zeit der Vergnügungsreisen war vorbei, aus dem Luxushotel wurde ein Militärhospital.

Und als der schreckliche Krieg endlich vorbei war, musste Henri Negresco feststellen, dass dieser die Leichtigkeit der Vorkriegsjahre unwiederbringlich mit sich hinforgespült hatte. Die Gäste blieben aus. Seine Gläubiger, die die Kriegsjahre abgewartet hatten, verloren die Geduld. Negresco musste verkaufen. Er starb 1920 in Paris als gebrochener Mann.

Die folgenden Jahre brachten keine Wende. Europa hatte vorerst andere Sorgen, das Negresco dümpelte vor sich hin und verkam. Erst als die Côte d'Azur in den Fünfzigerjahren einen neuen Aufschwung erlebte, kam auch das

Negresco wieder zu neuer Blüte. Es wurde von der Familie Augier übernommen. Vor allem Madame Augier hatte das richtige Gespür für die edle Bausubstanz und verwandelte das Gebäude in einen Palast.

Fortan stellte sich das glamouröse Publikum wieder ein und half nach Kräften mit, das Negresco zu einer Hotellegende zu machen. Nun ist es voller Geschichten, wie der von Richard Burton, der nach übermäßigem Alkoholgenuss das Smaragdgeschmeide an der Bar liegen ließ, das er für Liz Taylor gekauft hatte. Oder der von Michael Jackson, der sich hier einen Tanzraum zum Üben einrichten ließ und jeden Tag in neuen Verkleidungen erschien, um nicht erkannt zu werden. Romy Schneider verbrachte hier die Zeit der rosa Wölkchen ihrer Liebesbeziehung mit Alain Delon. Anthony Quinn reiste mit zwanzig Koffern an und fuhr danach mit dem Fahrrad durch Nizza, immer gefolgt von seiner Frau im weißen Cadillac. Übertroffen wurde er allerdings vom Bruder des saudischen Königs, der mit zwei Jets und einem Tross von fünfzig Leuten anreiste. Einer der Jets beförderte nur das Gepäck des königlichen Bruders, darunter Fernseher, Möbelstücke und dergleichen. Auch die Beatles wohnten schon im Negresco, Marlene Dietrich, Frank Sinatra, Greta Garbo, Mick Jagger und sogar die Queen.

Denn Madame Augier hat einen fantastischen Sinn für das Einzigartige bewiesen. Es war ihre Idee, im Negresco auf stilvolle Weise die Geschichte Frankreichs

und seiner Kunst nachzuzeichnen und den Gästen des Hauses auf diese Weise nahezubringen. Sie verwandelte ihr Hotel so ganz nebenbei in eine prächtige Kunstaussstellung. Mittlerweile beherbergt es mehr als 6.000 Exponate, darunter Werke von Salvador Dalí, Andy Warhol, Pierre-Auguste Renoir, Niki de Saint Phalle oder Victor Vasarely, die auf eindrucksvolle Weise mit historischen Gemälden kombiniert wurden.

Ein Portier im napoleonischen Reiterkostüm empfängt die Gäste des Grand Hotels. Le Chantecler, das Restaurant des Hauses, darf sich mit zwei Michelin-Sternen schmücken, in seinem Weinkeller lagern an die 15.000 Flaschen der erlesensten Weine und Champagner. Die Brasserie La Rotonde ist verspielt im Stil eines Zirkuskarussells gestaltet. Keines der Zimmer und keine der Suiten des Hotels gleicht den anderen. Jede Etage ist einer anderen Stilepoche nachempfunden. Kein Wunder, dass das Hotel mittlerweile unter Denkmalschutz steht.

Es heißt, dass Bill Gates Madame Augier eines Tages einen Blankoscheck überreichte und sie aufforderte, die Summe selbst zu bestimmen, zu der sie ihr Hotel verkaufen würde. Madame lehnte ab. Ein solches Kleinod gibt man eben nicht mehr her.

PISSALADIÈRE

Zutaten für vier Personen: 500 g Mehl, 20 g Hefe, 1 kg Gemüsezwiebeln, 12 Anchovis, 1 rote Paprikaschote, 1 gelbe Paprikaschote, 2 Knoblauchzehen, 6 Thymianzweige, 100 g schwarze Oliven (entsteint), 4 El Olivenöl, 4 Stiele Blattpetersilie, 1 El Zucker, Salz, Pfeffer, Mehl für die Arbeitsplatte

Zubereitung: Die Hefe und den Zucker in einer Tasse mit einem Löffel so lange zerdrücken, bis die Hefe flüssig geworden ist. Das Mehl mit 300 ml lauwarmem Wasser und 1 Tl Salz in einer Schüssel vermischen, die flüssige Hefe dazugeben und alles zu einem glatten Teig verarbeiten. 10 Minuten lang kräftig kneten, dann mit einem Geschirrtuch abdecken und 1 Stunde lang an einem warmen Ort gehen lassen.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Die Paprikaschoten vierteln, putzen und in Streifen schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. In einer großen Pfanne das Öl erhitzen und die Zwiebeln darin 10 Minuten lang bei mittlerer Hitze rösten. Dann Knoblauch und Paprika hinzugeben und noch einmal 5 Minuten lang rösten. Salzen und pfeffern, die Thymianblättchen abzupfen und untermischen.

Den Teig nach Ende der Gehzeit noch einmal kräftig durchkneten, dann eine Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben und den Teig darauf etwa 3 mm dick ausrollen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Teig darauf legen. Den Belag darauf verteilen und die Oliven darübergeben.

Den Backofen auf 220°C vorbeizen und die Pissaladière 20 Minuten lang darin backen. In der Zwischenzeit die Anchovis gut abtropfen lassen, die Petersilienblättchen abzupfen und fein hacken.

Nach Ende der Backzeit die Anchovis auf die Pissaladière legen und die Petersilie darüberstreuen. Warm genießen.

EINE SPEKTAKULÄRE SICHTUNG – UFOs ÜBER DER PROVENCE!

„Mama, komm schnell, da ist ein UFO!“ Die Kinder waren völlig außer sich. Ich lächelte milde. So ein Unsinn. Als ich keinerlei Anstalten machte, meinen gemütlichen Schattenplatz zu verlassen, begannen sie, an meinem Arm zu zerren. Ich müsse unbedingt mitkommen, und zwar unverzüglich. Das Ding bewege sich mit ziemlicher Geschwindigkeit über den Himmel, und gleich sei es weg!

Widerstrebend erhob ich mich. Es war am Nachmittag, und die Temperaturen betrug um die 30 Grad. Wie gerne wäre ich faul auf dem Liegestuhl geblieben. Aber die Kinder waren wirklich beunruhigt. Mir blieb keine Wahl, als ihre Sorge ernst zu nehmen und der Sache auf den Grund zu gehen.

Ich kam gerade noch rechtzeitig, um ein leicht schräg liegendes, irisierend helles, rundes Etwas mit beachtlicher Geschwindigkeit Richtung Horizont verschwinden zu sehen. Das war eine fliegende Untertasse, es konnte keinen Zweifel geben! Die Kinder hatten recht gehabt. Ihre Aufregung begann, mich anzustecken.

Nein, nein, beschwichtigte meine französische Freundin lächelnd und schüttelte den Kopf. Das war kein Raumschiff von einem anderen Stern, sondern eine Lenticulariswolke, erklärte sie uns und riss uns aus unserem schönen Traum, Zeuge einer spektakulären Sichtung geworden zu sein.

Lenticularis, so dozierte sie, kommt aus dem Lateinischen und bedeutet Linse. Diese Wolken haben nämlich die Form von Linsen. Ihre Begrenzungen sind ungewöhnlich scharf definiert und oft irisieren sie, ihre Oberfläche scheint in unterschiedlichen Farben zu leuchten. Dadurch sehen sie wirklich einem UFO verblüffend ähnlich. Es ist gar nicht ungewöhnlich, dass sie als solches missinterpretiert werden.

Ich hatte unwillkürlich zu meinem Umhang gegriffen, der über der Lehne eines Gartenstuhls lag, und ihn mir umgehängt, denn es war ein frischer Wind aufgekommen. „Wird es dir etwa kühl?“, fragte meine Freundin und grinste wissend. Das sei auch kein Wunder, fuhr sie fort.

Die Lenticulariswolken entstehen, wenn die Luft über den Bergen angehoben wird. Dann stehen sie auch bei starkem Wind starr am Himmel. Bewegen sie sich aber, ist das ein Zeichen dafür, dass sie sich an der Grenze zweier übereinanderliegender Luftschichten befinden. Und das heißt nichts anderes, als dass eine plötzliche Wetterveränderung bevorsteht: Mistral!

Der Mistral vertreibt alle Wolken und lässt einen strahlend blauen Himmel zurück. Und zwar im Handumdrehen, denn er erreicht Geschwindigkeiten von bis zu 135 Stundenkilometern.

Die Kehrseite der Medaille ist, dass sich auch die Temperaturen in Windeseile ändern, und zwar nach unten. Innerhalb kürzester Zeit kann es um zehn Grad kälter geworden sein.

Wenn über Nordfrankreich ein Tiefdruckgebiet liegt, das in Richtung Osten abzieht, wird durch den entstehenden Sog kalte Polarluft angezogen. Diese Luft strömt mit Macht in Richtung Süden, wobei die Alpen und der Gebirgszug der Cevennen ihren Weg blockieren und sie wie in einem Trichter ins Rhône-tal drücken, denn das Rhône-tal ist ein Grabenbruch zwischen den beiden Gebirgen. Durch diese Kanalisierung entsteht der sogenannte Düsen-effekt: Die Windgeschwindigkeit steigert sich rasant. So kommt dann die eisige Polarluft als stürmischer Mistral aus Richtung Nordwest in der Provence an. Und seine Vorboten sind oft die UFO-artigen Lenticulariswolken. Erscheinen sie am Himmel, dann weiß man, dass man wärmere Kleidung bereithalten sollte.

Puristen bezeichnen nur den geschilderten in der Provence eintreffenden kalten Wind aus dem Rhône-tal als Mistral. Eine klare Definition gibt es aber nicht. Manche nennen jeden im Mittelmeerraum eintreffenden kalten Nordwind so. Die Sizilianer haben ihren Maestrale, die Kroaten ihren Maestral. Die Griechen nennen den Wind Maïstrali, in Katalonien nennt man ihn Cers, was aber nur eine andere Bezeichnung für den Mistral ist.

Der Mistral ist sehr trocken, was den klaren Himmel erklärt. Alle Luftfeuchtigkeit ist sprichwörtlich wie weggeblasen, wenn der Mistral aufkommt. Das trocknet auch die Böden der Provence aus und erhöht die Waldbrandgefahr. Aber neben Trockenheit und Kälte bringt der Mistral auch

ein ganz besonderes Geschenk mit sich: Er verzaubert die Nächte in der Provence mit einem unglaublichen Sternenhimmel. Und wenn sich daran auch kein UFO zeigen mag, so gibt dieser provenzalische Sternenhimmel doch einen majestätischen Einblick in die unendlichen Weiten des Weltraums.

NOUGAT PROVENÇALE

Zutaten: 150 g Haselnüsse, 150 g Mandeln (beide ohne Schalen und ohne braunes Häutchen. Das Häutchen lässt sich leicht entfernen, wenn man die Nüsse kurz in siedendes Wasser getaucht hat), 450 g Zucker, 50 g gehackte Pistazien, 50 g kandierter Ingwer, 50 g Orangeat, 50 g Zitronat, 50 g Amarenakirschen, 80 g Honig, 2 Eiweiß, 4 El Traubenkernöl, 400 g Zartbitter-Kuvertüre, Salz

Zubereitung: Haselnüsse und Mandeln grob zerhacken und bei 180°C 15 Minuten lang auf einem Backblech im Ofen rösten. Ingwer, Orangeat und Zitronat in kleine Stücke schneiden. Die Amarenakirschen abtropfen lassen und ebenfalls kleinschneiden. Die Eiweiße mit 50 g Zucker und 1 Prise Salz zu sehr steifem Eischnee schlagen. Den restlichen Zucker mit 150 ml Wasser in einem Topf vermischen und aufkochen, sodass Zuckersirup entsteht. Der Sirup muss zum Zeitpunkt der Verarbeitung eine Temperatur von 150°C haben, sonst misslingt der Nougat. Man kann die Temperatur mit einem Zuckerthermometer prüfen.

In einem anderen Topf den Honig erhitzen. Wenn der Honig zu sieden beginnt, gießt man ihn ganz langsam und unter Rühren mit dem Handmixer auf kleinster Stufe zu dem Eiweiß. Anschließend gießt man genauso langsam den heißen Sirup hinzu. Die Masse ca. 3 Minuten lang weiterschlagen, bis sie dick und schaumig ist.

Nun die warmen Nüsse unter die Masse rühren, anschließend Pistazien, Amarenakirschen, Orangeat, Zitronat und Ingwer unterheben. Einen Bogen Backpapier mit der Hälfte des Öls gut einstreichen und die Masse daraufschütten. Einen zweiten Bogen mit dem restlichen Öl einstreichen und mit der Ölseite nach unten auf die Masse legen. Leicht andrücken und dann die Masse mit einem Nudelholz etwa 3-4 cm dick ausrollen. Mit einem Brett beschweren und über Nacht fest werden lassen.

Am nächsten Tag dann die Kuvertüre hacken und im Wasserbad zum Schmelzen bringen. Das obere Backpapier von der Nougatmasse ziehen und die Oberseite der Masse mit der Kuvertüre bestreichen. Abkühlen lassen, dann einen neuen Bogen Backpapier darauflegen, die Masse wenden und mit der anderen Seite genauso verfahren.

Sobald die Kuvertüre fest geworden ist, den Nougat mit einem scharfen Messer in mundgerechte Stücke schneiden. Dabei das Messer immer wieder mit einem feuchten Tuch abwischen.

Die Nougatstücke dann mit einer kleinen Gabel jeweils aufpiksen und in die restliche Kuvertüre tauchen. Auf Backpapier setzen und fest werden lassen, danach dunkel und trocken aufbewahren.

DIE PRINZESSIN UND DIE MILLIONÄRE – AUSFLUG NACH MONACO

Gefühlt bin ich gemeinsam mit Caroline von Monaco aufgewachsen. Denn meine Großmutter pflegte in den Siebzigerjahren regelmäßig diverse Frauenzeitschriften zu studieren, die dann auch in meine kindlichen Hände fielen. Zumindest in meiner Erinnerung war die hübsche, junge Fürstentochter eigentlich ständig auf dem Titel oder zumindest in einer tragenden Story präsent. Die Hintergründe verstand ich damals allerdings noch nicht. Sie wurde „Prinzessin“ genannt, das kannte ich eigentlich nur aus dem Märchen.

Ein kurzer Blick auf die Landkarte verrät, dass das Reich, aus dem die schöne Prinzessin Caroline kam, geradezu lächerlich klein ist. Es ist ein Landklecks von gerade einmal zwei Quadratkilometern Fläche. Da stellen sich zwei Fragen: Zum einen, warum ist dieses winzige Stückchen Land so berühmt und von der Boulevardpresse geliebt? Zum anderen, wieso ist dieser Küstenfleck überhaupt vom Rest der Provence abgetrennt?

Monaco ist in der Tat nur eine winzige Exklave auf dem Gebiet der Region Provence-Alpes-Côte d'Azur. Aber schon seit 1489 ist Monaco unabhängig, denn damals wurde es vom Königreich Frankreich offiziell als solches anerkannt. Herrscher über das Miniaturland waren die Fürsten Grimaldi, die ursprünglich aus Genua stammten. In den Jahrhunderten hatte es immer wieder Streit um diese

Küstenregion gegeben, nicht nur Genua erhob Besitzansprüche, auch Spanier, Franzosen und Sarden meldeten ihr Interesse an.

Frankreich stellte Monaco mit der Anerkennung unter seinen besonderen Schutz. Das Fortbestehen der Unabhängigkeit des Stadtstaates war aber an die Existenz der Grimaldi-Dynastie gebunden. Sollten der Grimaldifürst sterben, ohne einen Erben zu hinterlassen, so würde Monaco umgehend an Frankreich fallen. Kein Wunder, dass die Thronfolge fortan sehr ernst genommen wurde. Seit 1918 gewährt der Schutzvertrag zwischen Monaco und Frankreich allerdings in diesem Fall die Einrichtung eines autonomen Staates unter dem Protektorat Frankreichs. Monaco kann sich also entspannen, es wird weiterexistieren. Aber das möchten die Grimaldis in ihrem schönen Schloss natürlich auch.

Warum aber ist dieses winzige Fleckchen Erde so unglaublich attraktiv? Auf den zwei Quadratkilometern quetschen sich fast vierzigtausend Menschen zusammen, knappe achtzig Prozent davon sind Ausländer. Tatsächlich hat Monaco die weltweit mit Abstand höchste Einwohnerdichte.

Wer einmal in Monaco gewesen ist, der weiß, dass ein Grund für die Beliebtheit des Ländchens definitiv ausscheidet: Es kann unmöglich seine Schönheit sein. Denn der knappe Raum ließ keinen großzügigen Platz für die vielen Bewohner. In der Folge entstanden zahllose mehr oder

weniger hässliche Zweckbauten, in denen man sich hier zusammendrängt.

Und das tut man aus einem einzigen Grund: Monaco erhebt weder Einkommen- noch Erbschaftsteuern. Deshalb tummeln sich in Monaco vor allem die Reichen, die ihr Vermögen am heimischen Fiskus vorbeischleusen wollen. Es heißt, dass jeder zweite Bewohner Millionär ist. Wobei die meisten davon natürlich keine echten Monegassen sind, also Inhaber eines Passes des Stadtstaates. Sie sind hierhergekommen, weil sie sich die astronomischen Mieten und Immobilienpreise leisten können und trotz dieser Ausgaben noch immer von der Steuerersparnis daheim profitieren. Monaco kann also nicht nur die höchste Einwohnerdichte aufweisen, es verfügt zudem noch über die weltgrößte Millionärsdichte. Und es ist dabei nach dem Vatikanstaat der kleinste Staat der Erde.

Der berühmteste Ortsteil von Monaco ist Monte Carlo. Diesen Glanz verdankt das Viertel vor allem dem berühmten Spielcasino, das Mitte des 19. Jahrhunderts hier entstand. Damals war das Haus Grimaldi ziemlich klamm und man machte sich Gedanken darüber, wie man frisches Geld in die Kassen spülen könnte. Die Geschichte der Spielbank ist äußerst wechselhaft, nicht immer liefen die Geschäfte gut. Eine große Blütezeit erlebte das Haus während des Zweiten Weltkriegs, als es zum Tummelplatz für Nazioffiziere, französische Kollaborateure, vom Krieg profitierende Geschäftsleute und Abenteurer geriet.

Nach dem Krieg setzte eine erneute Flautezeit ein, die der griechische Reeder und Milliardär Aristoteles Onassis durch die feindliche Übernahme des Casinos beendete. Das große Bohei in der Folge der Glamourhochzeit zwischen der Schauspielerin Grace Kelly und Fürst Rainier von Monaco gab dem Geschäft einen zusätzlichen An Schub. Denn es fiel auch noch in die Zeit des allgemeinen Aufschwungs der Region Côte d'Azur. Erst nach einem Streit mit Fürst Rainier zog sich Onassis Jahre später wieder aus dem Geschäft zurück, das sich seit dem Ausscheiden des brillanten Geschäftsmanns wieder rückläufig entwickelt.

Legendär sind die Geschichten der Verzweifelten, die sich nach dramatischen Verlusten am Roulettetisch von den Klippen in den Tod stürzten. Ob sie der Wahrheit entsprechen, weiß ich nicht. Tatsache ist aber, dass Monaco beabsichtigte, sich aus den Einnahmen der Spielbank zu finanzieren. Deshalb wurden auch die Steuern für Privatpersonen abgeschafft. Die Rechnung ist allerdings nicht ganz aufgegangen. Nur um die fünf Prozent des Staatshaushaltes werden von der Spielbank getragen. Da war die Abschaffung der Steuern wohl die bessere Idee, denn dank der indirekten Steuern beteiligen sich die reichen Gäste nach Kräften an der Finanzierung des Kleinstaates.

Zur Unterhaltung der illustren Gäste hat sich Monaco denn auch so einiges einfallen lassen. Ein schicker Yachthafen, elegante Clubs und Restaurants, ein Opern-

haus, in dem nur die Crème der Szene auftritt, Museen und Kulturpreise, ein Tanztheater und das berühmte Zirkusfestival von Monte Carlo sorgen für ein abgerundetes Unterhaltungsangebot. Der Fußballverein spielt recht erfolgreich in der französischen Liga. Das Monte Carlo Masters gehört zu den wichtigsten Turnieren im Herrentennis. Dazu gibt es noch das bedeutendste Pokerturnier Europas, die EPT Monte Carlo.

Der Knaller unter den Sportevents sind aber die Motorsportereignisse: Die Rallye Monte Carlo ist eine wilde Rennfahrt im französischen Hinterland des Kleinstaates. Sie findet seit 1911 statt und gilt als die Mutter des Rallyesports. Ursprünglich war sie eine Sternfahrt aus verschiedenen europäischen Städten mit dem gemeinsamen Ziel Monaco, und der Hintergedanke war es, Touristen ins Land zu bringen. Die Rallye wurde zur Legende, ihr dramatischster Part ist die „Nacht der langen Messer“, eine rasante Passfahrt bei Dunkelheit über den kurvenreichen Col de Turini.

Noch spektakulärer ist der Große Preis von Monaco, denn hier tritt die Formel 1 an. Und zwar nicht auf einer eigens dafür geschaffenen Rennstrecke, sondern quer durch die Stadtbezirke Monte Carlo und La Condamine. Das Rennen fand erstmals 1929 statt, seit 1955 ist es fester Bestandteil der Formel-1-Weltmeisterschaft. In 78 Runden quälen sich die Piloten durch die engen Straßen der Stadt, dabei können sie kaum schneller als 150 Stundenkilometer

fahren. Es sei wie Hubschrauber fliegen im Wohnzimmer, meinte der brasilianische Rennfahrer Nelson Piquet dazu.

Die Monegassen haben sogar eine eigene Sprache, das Monegassische. Es ist eine romanische Sprache, die ein bisschen wie der ligurische Dialekt der italienischen Nachbarn klingt. Monegassisch ist zwar Pflichtfach an den Schulen, Amtssprache ist jedoch Französisch.

Das Problem Monacos ist eigentlich nur der fehlende Raum. Für ein Penthouse muss man hier mindestens 100.000 Euro pro Quadratmeter hinblättern. Aber es gibt ganz offensichtlich genug Leute, die sich das leisten können und wollen. Deshalb bemüht man sich schon seit den Siebzigerjahren des vergangenen Jahrhunderts, dem Meer durch Aufschüttung neues Land abzutrotzen. Überall wird gebaut, jeder noch so kleine Flecken der kostbaren Erde wird so effizient wie möglich ausgenutzt, hoch und eng reihen sich die Bauten aneinander. Deshalb nennt man Monaco auch das „Manhattan des Mittelmeers“. Es ist das Gegenteil dessen, was man sich unter einem pittoresken mediterranen Hafenstädtchen vorstellt.

Vielleicht liegt es daran, dass Caroline, die Begleiterin meiner Kindertage, den Kleinstaat längst verlassen hat. Ich weiß nicht, was die Tochter von Fürst Rainier und dem Hollywoodstar Grace Kelly heutzutage macht, denn meine Lesegewohnheiten haben sich seit jener Zeit verändert. Aber sie lebt mit ihren Kindern in Saint-Rémy-de-Provence, dem Geburtsort des Nostradamus. Dort ist es

sicherlich beschaulicher als in Monaco und weitaus lieblicher als in der Heimat ihres hannoverschen Ehemanns. Zumal letzterer, so habe ich gehört, nicht gerade als Sympathieträger gelten soll.

BARBAJUAN – TEIGTASCHEN AUS MONACO

Zutaten für 4 Personen: 250 g Mehl, 4 Eier, 400 g Kartoffeln, 40 g Paniermehl, 1 Bund Blattpetersilie, 60 g gebackte Mandeln, 50 g geriebener Hartkäse, 2 Zweige Thymian, 50 g schwarze Oliven (entsteint), 1l Olivenöl, Pfeffer, Salz, Mehl zum Bestäuben der Arbeitsplatte

Zubereitung: Für den Teig das Mehl mit 50 ml Olivenöl, 1 Ei, einer Prise Salz und 70 ml Wasser gut vermischen und zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Abgedeckt 2 Stunden lang ruhen lassen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser garen. Anschließend zu Brei zerstampfen und mit 30 ml Olivenöl, den Semmelbröseln, Mandeln und dem Käse vermischen. Die Oliven backen und untermischen. Die Thymianblättchen und die Petersilienblättchen abzupfen, fein backen und ebenfalls untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nun den Teig etwa 0,5 - 1 cm dick auf einer eingemehlten Arbeitsplatte ausrollen und in ca. 8 x 4 cm große Rechtecke schneiden. In die Mitte jeweils einen Klecks der Kartoffelmasse setzen, dann zusammenfalten, an den Seitenrändern mit etwas Wasser anfeuchten und gut zusammendrücken.

Das restliche Olivenöl in einem Topf gut erhitzen und die Teigtaschen darin goldbraun ausbacken.

BÜCHER, FISCHER UND PLATANEN – DREI FREUNDE AUS AIX-EN-PROVENCE

Paul und Émile hatten an einem Sommertag nach dem Baden im Flüsschen Arc ihren Kumpel Jean-Baptiste verabschiedet. Jean-Baptiste musste zurück nach Hause. Im Hôtel des Thermes, das seinen Eltern gehörte, würde es eine Abendgesellschaft geben, und Jean-Baptiste sollte dort helfen. Es war ihm schwergefallen, sich nach dem fröhlichen Schwimmen und der erfrischenden Plauderei von seinen beiden besten Freunden zu trennen. Die drei gingen zusammen zur Schule und wurden allgemein nur als „die Unzertrennlichen“ bezeichnet. Sie waren ein eingeschworenes Trio. Am liebsten steckten sie ihre Nasen in Bücher und tauschten sich hinterher über das Gelesene aus. Theater, Gedichte, Romane, das fanden sie toll. Sie dichteten auch selbst, Paul bediente sich dabei der lateinischen Sprache, doch Émile kritisierte die Verse seines Freundes. Er fand sie viel zu oberflächlich. Paul lachte nur, wenn Émile diese Einwände vorbrachte, und zitierte übertrieben theatralisch ein paar Verse von Homer. Für ihn war alles nur ein großer Spaß.

An anderen Tagen saßen sie nach dem Baden noch am Ufer des Arc zusammen, fischten und debattierten währenddessen über ihre schöngeistigen Interessen. Aber heute war es zu heiß. Paul und Émile schlenderten lieber noch ein bisschen im Schatten der prächtigen Platanen des

Cours Mirabeau. Dieser herrliche Flanierboulevard verband das Zentrum ihrer Heimatstadt Aix-en-Provence mit dem edlen Mazarin-Viertel.

Irgendwann vor vielen Jahren, es musste wohl im 17. Jahrhundert gewesen sein, hatte ein Bischof mit Namen Mazarin dieses Viertel bauen lassen, schachbrettartig und wohlgeordnet, als angemessenes Quartier für den Adel von Aix, dem Chaos und Schmutz der alten Innenstadt nicht mehr zuzumuten waren. Anstelle der alten Stadtmauern entstand eine großartige Platanenallee, auf der die noblen Karossen der feinen Herrschaften standesgemäß von den Geschäften und Unternehmungen in der City zurück zu deren Wohndomizilen rollen konnten.

An dieser Straße gab es jetzt, im Jahr 1850, elegante Häuser mit üppig geschmückten Eingangsportalen und kunstvoll geschmiedeten Balkongeländern, elegante Hotels, vornehme Läden, Büchereien und schicke Cafés. Das „deux garçons“ sollte später der Lieblingstreffpunkt von Paul und Émile werden, aber noch war es nicht so weit. Noch waren sie Kinder.

Und während sie den Boulevard entlangschlenderten, richtete Paul seinen Blick nach oben in das Blätterdach der Platanen, dessen sattes Grün die Nachmittagssonne zum Leuchten brachte. „Was für herrliche Farben“, sagte er zu seinem Freund, „das müsste man malen!“ Émile, der eine feine Dame beobachtet hatte, die am Arm eines vornehm gekleideten Herrn vor ihnen herging und mit diesem in ein

aufgeregtes Gespräch verwickelt war, wurde aus seinen Gedanken gerissen. „Schau dir diese Leute an“, entgegnete er, „über die müsste man schreiben!“

Jean-Baptiste Baille, der jüngste der drei Freunde, wurde später ein erfolgreicher Wissenschaftler und Industrieller. Als Astronom arbeitete er am Pariser Observatorium, außerdem leitete er ein Unternehmen, das optische Geräte herstellte. Wenig erfreut war er allerdings über seinen langjährigen Freund Émile. Denn der hatte ihn kurzerhand zur Figur in einem seiner Bücher gemacht. Und Émiles Bücher waren ganz schön erfolgreich. Zumindest seit er zurück in seine Geburtsstadt Paris gegangen und dort als linksliberaler Journalist politisch aktiv geworden war.

Émile Zola war als Kleinkind nach Aix-en-Provence gekommen. Sein Vater, ein italienischer Ingenieur, hatte dort den Auftrag zum Bau eines Aquäduktes erhalten. In der Schule freundete Émile sich mit Jean-Baptiste Baille an, sein allerbesten Freund aber wurde Paul Cézanne.

Ihre gemeinsame Liebe zur Natur brachte sie zunächst zur Romantik. Paul Cézanne malte in naturverbundenem Realismus, Émile Zola begründete die literarische Strömung des Naturalismus. Dieser blieb er treu, während Paul Cézanne begann, sich mit dem Impressionismus auseinanderzusetzen. Hieraus entwickelte er einen neuen, eigenen Malstil, er verfestigte die weichen, fließenden Formen der Impressionisten und erneuerte alther-

gebrachte Darstellungsweisen mit den nun modernen farbtechnischen Mitteln. Seine Zeitgenossen hatten zunächst wenig Verständnis dafür.

Émile Zola drängte seinen Freund, ihm nach Paris zu folgen und ein ordentliches Kunststudium aufzunehmen. Doch die Kunstakademie École des Beaux-Arts wies Paul Cézanne ab, er sei zu untalentierte, meinten die gelehrten Herren.

So kam er an die Académie Suisse, wo er auf Kollegen wie Monet, Pissaro und Renoir traf. Im Sommer 1865, als Paul sein Studium beendete, veröffentlichte Émile Zola seinen ersten Roman, den er seinen beiden Jugendfreunden Paul und Jean-Baptiste widmete. Émiles Karriere entwickelte sich fortan steil nach oben, während Paul ein mittelloser Bohemien blieb.

Als Émile schließlich einen Roman veröffentlichte, in dem er von einem gescheiterten Maler erzählte, der am Ende aus Verzweiflung über seinen ausbleibenden Erfolg Selbstmord beging, und dieser Figur die eines erfolgreichen Schriftstellers zur Seite stellte („l'œuvre“), war Paul bedient. Er brach seine Jugendfreundschaft zu Émile Zola 1886 ab, und zwar für immer.

Während der nächsten beiden Jahrzehnte lag Pauls Lebensmittelpunkt wieder in Aix-en-Provence. Hier verbesserten sich seine Lebensumstände deutlich, denn er kam durch das väterliche Erbe zu Geld. Außerdem stellten sich endlich die ersehnten Erfolge als Künstler ein. Und eine

passendere Kulisse als Aix-en-Provence gab es für einen französischen Künstler damals wohl kaum.

Schon im 15. Jahrhundert hatte sich der in Aix residierende „Gute König René“ als Förderer der schönen Künste hervorgetan. Er holte Maler und Architekten in die Stadt, ließ Festspiele und Ritterturniere veranstalten. Und obwohl es im 16. Jahrhundert eine in ihrem Ausmaß einzigartig furchtbare Pestepidemie in Aix gab, erholte sich die Stadt schnell von den Rückschlägen. Im 17. und 18. Jahrhundert war sie das Festivalzentrum der Provence. Prachtvolle Barockbauten entstanden in dieser Zeit. Erst mit dem Aufstieg Marseilles verlor Aix-en-Provence im 19. Jahrhundert allmählich an Bedeutung.

Doch seit 1948 besinnt man sich wieder auf die alten Traditionen. Seit diesem Jahr gibt es das Musikfestival d'Aix-en-Provence, eines der großen Festspiele von Europa, das alljährlich im Sommer mit Freilichtaufführungen vor dem ehemaligen erzbischöflichen Palast für Furore sorgt.

Eine hochrangige Bibliothek, die Universität, zahlreiche Museen, die Ausgrabungsstätte einer antiken Ligurersiedlung, Prachtstraßen und gemütliche Altstadtviertel, Szenebars und Diskotheken tragen dazu bei, dass Aix-en-Provence heute als eine der Städte mit der höchsten Lebensqualität in ganz Frankreich gilt. Und noch immer ist sie ein Hauptanziehungspunkt für Künstler und Kulturschaffende.

Émile Zola jedoch kehrte nicht in die Stadt seiner Kindheit und Jugend zurück. Er blieb – von regelmäßigen Sommerferien in der Provence abgesehen – in Paris, wo er zu Beginn der Heizperiode im Herbst 1902 an einer Kohlenmonoxidvergiftung starb. Als Paul Cézanne davon erfuhr, war er trotz der Entfremdung gegenüber seinem alten Freund tief erschüttert. Er fiel in Depressionen, von denen er sich bis zum Ende seines Lebens im Oktober 1906 nicht mehr erholte.

Jean-Baptiste Billes Leben als Wissenschaftler verlief wesentlich unspektakulärer, auch wenn er ein Buch über die Elektrizität veröffentlichte und sich gemeinsam mit seinem Kollegen Cornu um die Berechnung der mittleren Erddichte verdient machte. Er starb 1918 im Alter von 77 Jahren in Paris.

**CALISSONS D'AIX –
EIN KONFEKT AUS AIX-EN-PROVENCE**

Zutaten: 100 g Mandelpulver (ersatzweise fein gemahlene Mandeln, Mandelpulver ist allerdings vorzuziehen, da es weniger Öl enthält), 200 g Puderzucker, 80 g kandierte Melonen, 20 g Orangeat, 10 g Zitronat, 1 Tl Orangenblütenwasser, 1 Tropfen Bittermandelöl, 1 Eiweiß, 1 Tl Zitronensaft, 1 Packung Oblaten

Zubereitung: Melonen, Orangeat und Zitronat einfrieren und in gefrorenem Zustand mit dem Pürierstab zerkleinern. Durch das Einfrieren werden die Früchte erst nach dem Pürieren klebrig, bei Zimmertemperatur würden sie den Mixer beschädigen.

Nun das Mandelpulver, 75 g Puderzucker, Orangenblütenwasser und Bittermandel hinzugeben und die ganze Masse pürieren.

Die Masse auf den Oblaten verteilen und jeweils etwa 1 cm dick darauf ausrollen. 1 Stunde lang mit einem Tuch abgedeckt ruhen lassen.

Dann umdrehen und mit der Oblatenseite nach oben kleine Calissons ausstechen. Typisch ist eine Blatt- oder Ellipsenform. Man kann einen passenden Ausstecher verwenden oder ein sehr scharfes Messer. Das Werkzeug zwischendurch immer wieder in kaltes Wasser tauchen, da die Calissonmasse klebrig ist.

Aus dem restlichen Puderzucker, dem Eiweiß und dem Zitronensaft eine Glasur anrühren und die Calissons an der Oberseite damit bepinseln, dann trocknen lassen. In einer gut verschlossenen Dose aufbewahren.

Die Calissons erfand der Koch des „Guten Königs René“ im Jahr 1473 aus Anlass von dessen Hochzeit. Man sagt, er habe damit der Braut Isabella eine Freude machen wollen, deren betrübtter Blick ihn bekümmert habe.

AUF DEM WEG IN DIE ZUKUNFT – ITER

„Iter“ ist lateinisch und heißt „Weg“. Einen solchen schlägt man ein, wenn man ein bestimmtes Ziel erreichen möchte, und für das Projekt „Iter“ ist dieses Ziel nichts Geringeres als die Zukunft. Es sei das größte Wissenschaftsprojekt seit der Internationalen Raumstation, meinte der französische Ex-Staatspräsident Jacques Chirac vollmundig. Wer oder was ist Iter?

Fliegt man über die provenzalische Landschaft, so entdeckt man etwa 35 Kilometer nordöstlich von Aix-en-Provence eine Ansammlung von etwa 450 Zweckgebäuden, die sich wie penetrante Fremdkörper in die lieblichen Landschaft gepflanzt zu haben scheinen. Es handelt sich um Cadarache, das große Kernforschungszentrum bei Saint-Paul-lès-Durance. 5.000 Menschen sind hier damit beschäftigt, rund um die Einsatzmöglichkeiten der Kernenergie zu forschen und neue Methoden zu entwickeln. Denn die Kernenergie ist für unsere französischen Nachbarn nach wie vor das energiepolitische Konzept Nummer eins. Zwanzig verschiedene Nukelaranlagen sind hier in Cadarache in Betrieb, darunter mehrere Forschungsreaktoren. Hier brutzeln Schnelle Brüter und andere Kernspaltungsreaktoren sowie der Fusionsreaktor Tore Supra vor sich hin.

Bei genauem Hinsehen wird man daneben noch eine gigantische Baustelle entdecken. Denn seit 2005 ist ein

neues Projekt wahrhaft epochalen Ausmaßes hinzugekommen: Iter. Das Ziel von Iter ist - einfach ausgedrückt - die Kraft der Sonne auf die Erde zu holen und endlich wirtschaftlich nutzbar zu machen. Die mit Iter verbundene Forschung könnte die Energieprobleme der Welt ein für alle Mal lösen.

Es gab ein ziemliches Gerangel im Vorfeld des Baubeginns. Denn ein derartiges Projekt schüttelt man nicht einfach so aus dem Ärmel. Entsprechend lang ist der Zeitraum, der zwischen Idee und Fertigstellung liegt.

Die Idee zu Iter hatte kein geringerer als Michail Gorbatschow, und das ist schon sehr lange her. Es war Mitte der Achtzigerjahre, als Gorbatschow sich sehr bemühte, den Wind der Veränderung in die Zeit des kalten Krieges einströmen zu lassen. Die USA regierte ein konservativer Ex-Schauspieler, Ronald Reagan, der die in zahlreichen Wild-West-Filmen erlernten Verhaltensregeln auf das internationale Verhältnis zu den politischen Gegnern im Warschauer Pakt adaptierte. Es war keine einfache Zeit. Doch Gorbatschow war ein großer Visionär. Als er eines Tages im Jahr 1985 mit Reagan und dem gemeinsamen französischen Kollegen François Mitterrand zusammensaß, erzählte er von seiner Idee der Zusammenarbeit im Bereich der Kernfusionsforschung und der Möglichkeit des gemeinsamen Baus eines Reaktors nach dem Konstruktionsprinzip, das der russische Physiker Andrej Sacharow in den Fünfzigerjahren erdacht hatte. Es gelang Gorbatschow,

seine Gesprächspartner dafür zu begeistern. Letztendlich bot sich eine Zusammenarbeit auch in finanzieller Hinsicht an, denn die Kosten für ein Projekt solchen Ausmaßes sind für einen Staat allein schwerlich zu stemmen.

Schon drei Jahre später hatte man sich so weit geeinigt, dass das deutsche Max-Planck-Institut für Plasmaphysik mit der Erstellung eines ersten Entwurfs beginnen konnte. Dieser Vorentwurf war 1990 fertig, bis 1998 hatte man einen vollständigen Entwurf mit allen nötigen Eckdaten auf dem Tisch. Mittlerweile hatten sich auch noch einige weitere Partner für das Projekt zusammengefunden. Neben Russland und den USA schloss sich die Europäische Atomgemeinschaft dem Vorhaben an, das ist eine neben der EU bestehende internationale Organisation europäischer Staaten. Außerdem kamen China, Japan, Südkorea, Kanada und Indien mit ins Boot.

So saßen nun eine ganze Reihe von Staatsbeamten am runden Tisch und begannen, um den Standort zu feilschen. Mancher zierte sich, denn nicht überall sind Projekte gerne gesehen, die etwas mit Kernenergie zu tun haben. So zog Gerhard Schröder die Zusage Helmut Kohls um eine Standortbewerbung Deutschlands denn auch 2003 wieder zurück.

Außer Frankreich zeigten aber noch Spanien, Japan und Kanada Interesse an dem Bauvorhaben. Es gab ein diplomatisches Geschacher, in dessen Verlauf man Japan einige Sonderkonditionen für den Fall seiner Zustimmung

zu einem europäischen Standort einräumte. So sicherte man Japan einen Anteil von mindestens zehn Prozent an den Bauaufträgen sowie die Förderung seiner landeseigenen Forschung aus Mitteln der EURATOM zu. Auch aus außenpolitischen Aspekten stimmte Japan schließlich 2005 dem Standort Cadarache zu. Kanada zog sich beleidigt aus dem Projekt zurück.

Nun mussten die Mühlen der internationalen Bürokratie erst einmal die Finanzierung regeln. Die Ausarbeitung des Vertragswerks benötigte weitere zwei Jahre. 2007 wurde endlich mit den ersten Vorbereitungen für den Baubeginn angefangen. 2012 war es immerhin schon so weit, dass das Fundament gegossen werden konnte. Doch wie überall lief natürlich auch hier nicht alles wie geplant. Tatsächlich heißt es inoffiziell, dass für jedes veranschlagte Baujahr mit einem Jahr Verzögerung zu rechnen ist, wobei die Kosten auf der anderen Seite wohl explodieren dürften. Die Berichte über den Fortgang und das Management werden vorsichtshalber lieber unter Verschluss gehalten. Schuld seien die sieben beteiligten Partner, heißt es, weil jeder mehr Wert darauf lege, der heimischen Industrie Aufträge zuzuschustern, anstatt pünktlich das für den Bau benötigte Geld zu überweisen.

Es ist also vorerst nicht damit zu rechnen, dass Iter tatsächlich wie geplant 2020 das erste Plasma produziert. Was würde das überhaupt bedeuten?

Zunächst soll Iter in einem Testbetrieb bis 2027 mit normalem Wasserstoff arbeiten, ohne dass es zu Fusionsreaktionen kommt. Ab 2027 soll es dann bei Experimenten mit den Wasserstoffisotopen Deuterium und Tritium ernst werden. Bei der Kernfusion schmelzen zwei Atomkerne zusammen. Das liegt ihnen aber eigentlich fern, normalerweise stoßen sie einander wie zwei gleiche magnetische Pole ab. Erst wenn es gelingt, sie ganz nah zusammenzubringen, verschmelzen sie zu einem größeren Kern und geben dabei Energie frei.

Um das zu erreichen, sollen durch starke Erhitzung die Atome ionisiert werden und auf diese Art Plasma bilden. Mithilfe eines Magnetfelds wird das Plasma dann enorm zusammengepresst, durch ständige Änderungen des Magnetfelds entsteht Strom wie bei einem Transformator. Das bewirkt ein weiteres Magnetfeld, und durch die gegenseitige Reaktion der Magnetfelder potenzieren sich Hitze und Druck, die auf das Plasma wirken. Irgendwann zündet dann die Fusion. Dieser Vorgang soll bei Iter erst mal für die Dauer von bis zu einer Stunde funktionieren.

Bei unserer Sonne klappt es jedenfalls. Hier verschmelzen durch Kernfusion die leichten Wasserstoffisotope zu schwererem Helium. Ein Gramm Wasserstoff heizt dabei so viel wie acht Tonnen Erdöl. Die Energiebilanz ist also nicht schlecht.

Doch ist es nicht so einfach, die Sonne auf unsere Erde zu holen. Wirtschaftlich arbeitende Reaktoren müss-

ten eine enorme Größe haben, um ausreichenden Raum für die Fusionsvorgänge zu bieten. Und zudem ist das verwendete Tritium kein Spielzeug. Es ist hochradioaktiv und äußerst schwer einzusperren, es durchdringt sogar Wände ohne Problem. Verschließt man es im Reaktor hinter Metallwänden, so schlägt es mit und mit in die Wände ein und lässt dabei radioaktive Atome entstehen. Nach spätestens zwei Jahren sind die Wände durch und durch radioaktiv und müssen ausgetauscht werden. Der einzige Vorteil gegenüber herkömmlichen Atomreaktionen ist, dass dieser Atommüll nur eine Halbwertszeit von dreißig bis fünfzig Jahren hat.

Die Energieerzeugung durch Kernschmelze ist also beileibe nicht einfach und ungefährlich. Nach den erschütternden Erfahrungen mit Fukushima hofft man natürlich, dass der Standort für die Testanlage der neuen Technologie wohlüberlegt gewählt worden ist.

Doch Cadarache ist von geologischen Falten geradezu umzingelt. Etwa alle hundert Jahre muss in dieser Gegend mit schweren Erdbeben gerechnet werden. Das letzte ereignete sich 1909, es erreichte eine Stärke von 6,2 auf der Richterskala und forderte 49 Menschenleben. Wie überall im Mittelmeerraum sorgt auch in der Provence das Aufeinandertreffen von Eurasischer und Afrikanischer Kontinentalplatte für Unruhe. Auch eine EU-Studie weist die Provence als potenziell aktive Erdbebenzone aus.

Ist es also gar nicht so schlecht, wenn die internationale Bürokratie die Fertigstellung des Projekts noch weiter hinauszögert und vorerst nur die Kosten explodieren?

Die herkömmlichen Atomreaktoren in Cadarache sind wesentlich gefährlicher. Käme es durch ein Erdbeben zu einem GAU, so würde hochgefährliches radioaktives Material austreten. Die Kernfusion dagegen wird nicht mehr funktionieren, wenn das Kraftwerk beschädigt wird. Sobald Druck und Temperatur nicht mehr aufrechterhalten werden können, kühlt das Plasma extrem schnell ab, mit der Kernschmelze ist es vorbei. Dann ist einfach der Ofen aus.

**LES CREVETTES À PERNOD –
GARNELEN IN PERNOD**

Zutaten für 4 Personen: 24 Garnelen (ohne Darm, Kopf und Schale), 120 g Butter (Zimmertemperatur), 2 gelbe Paprika, 100 g Paniermehl, 2 Knoblauchzehen, 2 Tl Zitronensaft, 3 cl Pernod, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Paprika halbieren, putzen und in kleine Würfel schneiden. In einer Schale die Butter mit Knoblauch, Paprika und 1 Tl Zitronensaft vermischen, salzen und pfeffern.

Die Garnelen in eine Auflaufform legen und etwas salzen. Die Buttermasse auf den Garnelen verteilen und mit dem Pernod begießen. Anschließend den restlichen Zitronensaft darüberträufeln und das Paniermehl darüberstreuen.

Die Grillfunktion des Backofens einschalten und die Garnelen bei großer Hitze 8-10 Minuten lang goldbraun backen.

Mit frischem Baguette und grünem Salat servieren.

DER SCHREIENDE BAUM – VOM LIED DER ZIKADEN

*N*ach einer langen Autofahrt waren wir endlich in der Provence angekommen. Wir verließen den Staub der Autobahn, um das letzte Stück Wegs auf der Landstraße zurückzulegen. Es war Sommer, die Provence empfing uns mit ihrem grandiosen Licht und der von uns Nordmenschen so sehnsuchtsvoll erwarteten Wärme. Ich ließ das Fenster herunter, um einen duftigen Lufthauch ins Auto zu lassen. Eine Zeitlang fuhren wir dahin, da ertönte plötzlich ein höllischer Lärm. Er ging von einem Baum aus, an dem wir vorbeifuhren, erreichte ohrenbetäubende Lautstärke und verklang allmählich wieder, als wir den Baum passiert hatten. Ein klarer Fall. Wir waren auf eine uns bisher unbekannte botanische Besonderheit der Provence gestoßen: schreiende Bäume!

Die für uns so ungewöhnlichen Geräusche sind charakteristisch für das sommerliche Lebensgefühl mediterraner Länder. Nirgends sind sie aber so in die Volkskultur eingedrungen und haben einen solch ausgeprägten Symbolcharakter angenommen wie in der Provence: die Zikaden.

Es gibt weltweit etwa 40.000 Arten dieser unscheinbaren Insekten, und 4.000 davon sind sogenannte Singzikaden, von denen 60 Arten im Mittelmeerraum leben. Nur die Singzikaden vermögen es, die typischen Geräusche

zu verursachen, wobei die Bezeichnung „Gesang“ hierfür etwas euphemistisch anmutet. Für die einen ist der Gesang der Zikaden ein Synonym für Sommer, Leichtigkeit und Lebensfreude, für die anderen einfach nur ein äußerst lästiges Störgeräusch, besonders während der Nachtstunden.

Es sind nur die männlichen Tiere, die mittels einer Art von Trommelorgan, das in ihrem Hinterleib sitzt, Geräusche produzieren. Diese Trommel besteht aus einer elastischen Platte, die von einem Muskel in Schwingungen versetzt wird und dabei Laute erzeugt. Und zwar rasend schnell, die Trommemembran vibriert etwa fünfhundertmal pro Sekunde. Besonders talentierte Vertreter der Spezies schaffen es auf bis zu 107 Dezibel, das liegt im Bereich eines Symphoniekonzerts oder, um einen weniger melodischen Vergleich zu wählen, einer Kreissäge. Diese Radaumacher hört man hunderte von Metern weit.

Die ganze Mühe machen sich die Tiere nur, um Weibchen anzulocken und dabei gleichzeitig ihr Revier abzustecken. Vielleicht sind Zikadenweibchen nicht leicht zu beeindrucken, vielleicht spielen noch andere Faktoren eine Rolle, Tatsache ist jedenfalls, dass das Rockkonzert der Zikaden stundenlang fortdauert, womöglich sogar die ganze Nacht. Einzige Voraussetzung ist, dass die Temperatur mindestens 25°C im Schatten beträgt. Und dass die Tiere ihre Ruhe haben. Sie reagieren äußerst kapriziös auf Störungen jeglicher Art. Die kleinste Veränderung in der Umgebung bringt sie sofort zum Schweigen, sei es ein

Vogel, ein Schatten oder nur ein Windhauch. Es ist also aussichtslos, sich anzuschleichen, um die Musikanten bei ihrer Tätigkeit zu beobachten, sie verstummen umgehend.

Und es ist auch gar nicht so leicht, sie auf den Baumrinden überhaupt zu entdecken. Zwar haben die meisten Zikaden komplizierte und auffällige Muster, doch passen sie sich damit so perfekt ihrer Umgebung an, dass sie kaum auszumachen sind. Sie haben sehr kontrastreiche Zeichnungen, sodass ihr Körperriss sich aufzulösen scheint. Fast wirken sie wie Geister, und das mag der Grund dafür sein, dass sie in der Vorstellungswelt der alten Griechen als entkörperte Seelen betrachtet wurden, die sich von physischen Zwängen befreit haben und in eine höhere Erkenntnisebene eingetreten sind.

Ist es endlich zur Paarung gekommen, legt das Zikadenweibchen seine Eier im Gehölz ab. Nach ein paar Wochen schlüpfen die Larven, machen sich auf den Weg nach unten und graben sich bis zu drei Meter tief in den Boden ein. Hier bleiben sie in der Regel zwei bis fünf Jahre lang, um dann, ohne sich zuvor verpuppt zu haben, zur Zikade zu mutieren.

Es gibt sogar Arten, die dreizehn oder siebzehn Jahre lang im Boden bleiben. Das sind Primzahlen, und die Ursache für diesen merkwürdigen Rhythmus sind die Fressfeinde der Art, die sich im zweijährigen Turnus vermehren. Der dreizehn- beziehungsweise siebzehnjährige Modus sichert der betreffenden Zikadenart das Überleben.

Die Zikaden ernähren sich von zuckerreichem Pflanzensaft, den sie mithilfe eines Rüssels aus bestimmten Gehölzen und krautigen Pflanzenstielen absaugen. Dabei nehmen sie deutlich mehr Zucker auf, als sie verwerten können. Den überschüssigen Zucker scheiden sie als sogenannten „Honigtau“ wieder aus, wovon wiederum andere Insekten – wie zum Beispiel Ameisen – profitieren. Zikaden können laufen und springen, große Flieger sind sie nicht. Sie nutzen ihre Flügel nur, um sich passiv vom Wind verdriften zu lassen.

Es war gegen Ende des 19. Jahrhunderts, als ein provenzalischer Töpfer den Auftrag erhielt, ein Geschenk zu kreieren, das an die Provence erinnern sollte. Der Töpfer dachte nicht lange darüber nach sondern entschloss sich spontan, eine Steingutzikade zu erschaffen. Sie saß auf einem Olivenzweig, war grau und hatte blaue Augen. Wer sie sah, war sofort von ihr entzückt. Da gab es nur eins: Es mussten mehr davon her. Der Töpfer stieg in die Massenproduktion ein, als Briefbeschwerer gingen seine Kreationen in die ganze Welt. Andere provenzalische Töpfereien schlossen sich dem Trend an, die Farbpalette wurde bunt und lustig und die Zikade zum charakteristischen Souvenir der Provence.

Der provenzalische Volksdichter Frédéric Mistral erhob die Zikade zum Symboltier seiner Heimat. Traditionsbewusste Haushalte schmücken ihre Eingangstüre mit einer Zikade, Zikaden finden sich auf Gasthausschildern,

Geschirr und Vasen, als Stoffmuster oder als Schmuck und Fayencen. Es gibt Musikinstrumente, die den Zikadengesang nachahmen, in manchen Musikstücken klingt er an, um die beschwingte Leichtigkeit des Sommers widerzuspiegeln.

Doch mit dem Sommer stirbt auch die Zikade. Ihr Dasein als Rockstar dauert nur einen Sommer lang.

**GIGOT D'AGNEAU EN CROÛTE DE SEL –
LAMMKEULE IN DER SALZKRUSTE**

Zutaten für 4 Personen: 1 Lammkeule (ca. 1 ½ kg), 3 Möhren, 2 Stangen Staudensellerie, 4 Knoblauchzehen, 3 Zwiebeln, 2 Kartoffeln, 6 Zweige Rosmarin, 1 Handvoll Lavendelblüten, 5 Lorbeerblätter, 500 ml Lammfond, 250 ml Weißwein, 20 dünne Scheiben grüner Speck, 1 El Speisestärke, 4 Eiweiß, 3 kg grobes Meersalz, Olivenöl, Kreuzkümmel, Pfeffer, Salz

Zubereitung: Am Vortag 2 Knoblauchzehen zusammen mit 6 El Olivenöl im Mörser zu Brei zerquetschen. Die Hälfte der Lavendelblüten sowie die Nadeln von 3 Rosmarinzweigen fein hacken, dazugeben und mitmahlen. Die Keule mit der Ölpaste einreiben, in eine Schüssel legen und mit Klarsichtfolie abdecken. Über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am Folgetag Möhren und Selleriestangen putzen und würfeln. Zwiebeln und restlichen Knoblauch hacken, die Kartoffeln schälen und in kaltes Wasser legen.

In einem Bräter 4 El Olivenöl erhitzen und die Keule darin bei mittlerer Hitze 10 Minuten lang ringsum anbraten. Dann Möhren, Zwiebeln, Sellerie und Knoblauch dazugeben und 5 Minuten lang weiterbraten. Mit dem Wein ablöschen, mit Kreuzkümmel und Pfeffer würzen und den Wein um zwei Drittel einreduzieren lassen. Dann mit dem Fond und 500 ml Wasser auffüllen, aufkochen und bei geringer Hitze 45 Minuten lang köcheln lassen. Nach der Hälfte der Zeit die Kartoffeln mit einer Reibe dazuraspeln.

Nach Ende der Kochzeit die Keule herausnehmen und beiseitestellen. Anschließend die Sauce durch ein feines Sieb gießen, erneut aufkochen und auf ca. 250 ml einreduzieren. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser verrühren und die Sauce damit andicken. Salzen und 3 Minuten lang köcheln lassen, dann beiseitestellen.

Die Keule mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne 4 El Olivenöl erhitzen und die Keule erneut bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten lang braten, dann etwas abkühlen lassen.

Das Meersalz mit den Eiweißen und 4 El Wasser vermischen. In einer ofenfesten Form ein Drittel der Salz Mischung verteilen. Die Keule mit dem Speck komplett umwickeln und auf das Salzbett legen. Den restlichen Lavendel, die restlichen Rosmarinnadeln und die Lorbeerblätter darauf verteilen und gut andrücken. Danach die restliche Salzmasse darübergeben und rings um die Keule gut andrücken, sodass das Fleisch vollständig bedeckt ist.

Den Backofen auf 180°C vorbeizen und die Form mit der Keule 2 Stunden lang auf der untersten Schiene hineinstellen, keinesfalls Umluft einschalten.

Kurz vor Ende der Garzeit die Sauce erwärmen. Die Form aus dem Ofen nehmen und die Salzkruste vorsichtig aufbrechen. Die Keule herausnehmen, Kräuter, Salz und Speck entfernen. Anschließend das Fleisch von den Knochen lösen und mit der Sauce servieren.

Dazu passen mediterrane Gemüse, Rosmarinkartoffeln und Baguette.

SUMMER OF SEVENTY-ONE – EXILE ON CÔTE D'AZUR

Das Jahr 1971 begann nicht gut. Der Vertrag mit Decca Records war ausgelaufen, und Decca besaß die alleinigen Rechte an allen bisher veröffentlichten Stücken der Band. Das bedeutete im Klartext, ohne neue Songs würde es keine Einnahmen mehr geben. Und als wenn das nicht schlimm genug gewesen wäre, wurde die Situation auch noch durch die britische Steuergesetzgebung verschärft. Die Finanzbehörden hatten erklärt, dass sie satte neunzig Prozent von den erzielten Gagen und Tantiemen haben wollten – und zwar rückwirkend. Das traf die Stars der britischen Szene hart, es blieb nur, sich ins Ausland abzusetzen. David Bowie ging in die Schweiz, John Lennon nach New York. Bei beiden flossen wenigstens die Einnahmen weiter. Aber nicht so bei den Rolling Stones.

Dabei hatte die Band um Mick Jagger und Keith Richards nach ihren grandiosen Erfolgen in den Sechzigerjahren große Pläne. Sie wollten auf Amerikatour gehen, aber wie sollte daraus etwas werden ohne Songs? Der Druck war unglaublich. Kein Geld, keine neuen Stücke und die Steuerbehörde im Nacken. Keith hatte gerade einen Heroinentzug hinter sich, er war ausgebrannt. Was macht man in einer so verzweifelten Situation?

Wenn man schon untergeht, dann mit Glanz, sagte sich Keith Richards und mietete ein Haus an der Côte

d'Azur: die Villa Nellcôte in Villefranche-sur-Mer. Der Prachtbau aus dem 19. Jahrhundert verbarg sich hinter Zypressen und Palmen, die säulengerahmte Terrasse gab einen herrlichen Blick auf die Bucht von Villefranche frei. Die Empfangssäle im Parterre des Anwesens waren zwanzig Meter hoch, prachtvolle Kamine, Stuckaturen und Kronleuchter zierten die Räumlichkeiten, Marmortreppen und Flügeltüren führten in die Zimmerfluchten der ersten Etage. „Nice“, bemerkte Keith Richards knapp, als er das Haus zum ersten Mal betrat. Er war de facto pleite, die Wochenmiete betrug 2.400 Dollar. Was soll's!

Keith Richards bezog mit seiner damaligen Freundin Anita Pallenberg und deren kleinen Sohn Marlon die Obergeschosse der Villa, in der sich für die Dauer eines Sommers eine exzentrische Gemeinschaft zusammenfand. Musiker und deren Freundinnen, Angestellte, Freunde, Trittbrettfahrer, deren Groupies und die Hausdealer bildeten den Hofstaat von Keith Richards. Die Bilder von halbnackten jungen Menschen, die im lichten Schatten der hohen Bäume vor der hochherrschaftlichen Säulenkulisse der Villa herumlungerten, umgeben von Gitarren, Flaschen, abgeessenen Tellern und Joints, erzählen von der benommenen Trägheit jener Sommertage. Sie erzählen auch von der Suche nach einem Ausweg aus der öden Bequemlichkeit und Dekadenz, der Suche nach etwas Einzigartigem und Wahrhaftigem, das zu erschaffen die Stones sich zum Ziel gemacht hatten.

Nach dem Ende des Vertrages mit Decca hatten sie ihr eigenes Label gegründet: Rolling Stones Records. Markenzeichen wurde die inzwischen legendäre rote Zunge. Nun fehlten bloß noch die Stücke.

Mick Jagger hatte sich mit seiner Freundin Bianca in Saint-Tropez eingemietet, noch im gleichen Sommer heirateten die beiden dort. Gemeinsam setzten Mick und Keith nun alle Hebel in Bewegung, um in der Umgebung ihres südfranzösischen Exils ein Tonstudio zu finden, in dem sie ihr Projekt angreifen konnten. Doch ihre Suche blieb erfolglos. Da ließen sie kurzerhand ein mobiles Aufnahmestudio aus England herbeischaffen und verkabelten die düsteren und feuchten Kellerräume der Villa Nellcôte. Im dumpfen, schwülen Keller spielten sie während des Sommers 1971 mit wechselnder Besetzung ein neues Album ein: „Exile on Main St.“.

Der von Keith Richards dafür eingespielte Song „Happy“ geriet zu seinem Markenzeichen. Und das Album selbst gilt heute als eines der besten, das die Stones je produziert haben. Dabei enthält es im Gegensatz zu den Vorgängeralben keinen einzigen expliziten Hitsong. Es ist vielmehr die Konsistenz von Kraft und Groove, die sich durch das gesamte Album zieht, der Spiegel eines Sommers in Freiheit, Kreativität und in einem paradiesischen Schwebezustand. Es ist die Quintessenz der Sehnsucht nach ewiger Jugend, nach Liebe, nach der eigenen Identität und nach Glück. Und es ist die Quintessenz einer verwirrten

Nachkriegsjugend, die der emotionalen Leere des behüteten Wohlstands ihrer Kinderzeit zu entkommen versucht und sich auf die Sinnsuche begeben hat. Es ist ein Album, das Erweckungserlebnisse ausgelöst hat, und es wird mit Fug und Recht in einem Zug genannt mit Alben wie „Sergeant Pepper“ von den Beatles und „Dark Side of the Moon“ von Pink Floyd. Es gehört zu dieser ganz besonderen Art von Kompositionen, die zu der schockartigen Erkenntnis führen können, dass es Musik gibt, die das eigene Lebensgefühl und die damit verbundenen großen Fragen auf wenige Minuten zu komprimieren vermag. Es ist ein Geniestreich, entstanden in einem dunklen, feuchten Kellerloch an der Côte d’Azur.

Und es entstand wahrlich nicht unter einfachen Bedingungen. Aus Geldmangel zapften Mick, Keith und ihre Freunde ein Stromkabel an, das durch den Garten der Villa verlief, und versorgten ihr Equipment auf diese Art illegal mit Energie. Und nicht nur diese Energie war prekär, auch die atmosphärische Energie innerhalb der Gemeinschaft war es. Die Stimmung war bizarr und fast surrealistisch. Man befand sich im gemeinsamen Exil, wie auf einer Tournee waren alle Beteiligten ständig zusammen. Die Luft knisterte von den Spannungen, die sich unter ihnen aufbauten. Anita Pallenberg, die stets im knappen Leopardenbikini durch die Villa streichende Freundin von Keith Richards, duldet keine Konkurrentin neben sich und intrigierte gegen Bianca Jagger. Sie streute das Gerücht, Bianca

sei eine Transsexuelle und habe sich vom Mann zur Frau umoperieren lassen. Mick Jagger blieb währenddessen tagelang verschwunden, weil er seine Position im internationalen Jetset auszubauen gedachte. Die Zeit schlich mit Tagen des Müßiggangs dahin, und auf der anderen Seite baute sich zunehmender Druck auf, endlich produktiv zu sein.

Keith Richards als Songschreiber spürte diesen Druck von allen Beteiligten am stärksten. Eine Zeit lang hielt er trotzdem allen Versuchungen stand, wenn man von Tequila, Koks und Marihuana einmal absieht, die ganz selbstverständlich zum Alltagsleben gehörten.

Doch als das Heroin in die Villa Einzug hielt, löste es eine Kettenreaktion aus. Anita Pallenberg brachte es auf drei Injektionen am Tag. Der Tontechniker Andy Johns schloss sich ihr an. Und schließlich kippte auch Keith Richards und verfiel der Droge erneut. Tagelang war er völlig benebelt.

Die Schuld an dieser Misere gab Andy Johns der dunklen Vergangenheit der Villa Nellcôte, ihren „weird vibes“, der „seltsamen Stimmung“. Denn in den frühen Vierzigerjahren war sie ein Quartier der Gestapo gewesen. Tatsächlich fanden die Rock 'n' Roller im Garten des Anwesens eine Kiste mit Morphiumspritzen, die mit Hakenkreuzen bedruckt waren.

Und trotzdem gelang es irgendwie. Man traf sich im Keller, trank, klimperte auf den Instrumenten herum,

spielte drauflos. Ohne Plan, ohne umrissenen Zeitablauf und ohne jede feste Linie entstand das geniale Album ganz wie von selbst.

Als der Sommer 1971 sich dem Ende zuneigte, war es schlagartig vorbei. In die Villa wurde eingebrochen, Instrumente verschwanden, ein Schlafzimmer ging in Flammen auf. Keith Richards wurde in eine mysteriöse Schießerei verwickelt. Am Ende dieser chaotischen Ereignisse stand die Polizei vor der Tür, um eine Drogenrazzia durchzuführen. Die merkwürdige Wohngemeinschaft brach tumultartig auseinander und floh in alle Windrichtungen. Die Rolling Stones trieb der Wind nach Los Angeles, wo sie ihr Album „Exile on Main St.“ zu Ende brachten.

Keiner der damaligen Bewohner ist je wieder in die Villa Nellcôte zurückgekehrt. Viele von ihnen sind längst an ihrem Drogenkonsum zugrundegegangen. Aber nicht so Keith Richards. Mehr als vier Jahrzehnte nach dem wilden Sommer Seventy-One rockt er noch immer zusammen mit Mick Jagger auf den großen Bühnen der Welt.

**LOUP DE MER PROVENÇALE –
SEEWOLF NACH PROVENZALISCHER ART**

Zutaten für vier Personen: 600 g küchenfertiges Seewolffilet, 400 g Kartoffeln, 1 rote Paprikaschote, 1 gelbe Paprikaschote, 3 Knoblauchzehen, 2 kleine Zucchini, 6 Tomaten, 80 g schwarze Oliven (entsteint), Saft von 1 Zitrone, 2 Zweige Rosmarin, Kräuter der Provence, Olivenöl, Salz, Pfeffer

Zubereitung: Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Anschließend in siedendem Salzwasser 5 Minuten lang kochen lassen, abtropfen. Paprika und Zucchini putzen und in feine Streifen schneiden. Tomaten waschen, den Stielansatz entfernen und achteln. Knoblauch schälen und in dünne Scheibchen schneiden. Die Rosmarinnadeln von den Zweigen lösen. Den Fisch in 8 Stücke zerteilen.

Nun 4 Bögen Alufolie auf die Arbeitsplatte legen. Auf die Mitte von jedem zunächst einige Kartoffelscheiben, dann Zucchinischeiben, 2 Stücke Fischfilet, Knoblauch, Paprika, Tomaten und Oliven schichten. Zum Schluss mit Pfeffer, Salz und Kräutern der Provence würzen, die Rosmarinnadeln darüberstreuen und jeweils mit 3 El Olivenöl und Zitronensaft beträufeln.

Die Päckchen über der Füllung verschließen und die Öffnung gut zusammendrehen. Auf dem Grill bei mittlerer Hitze oder im vorgeheizten Backofen bei 180°C etwa 20 Minuten lang garen.

Mit Baguette servieren.

EXPLOSION DER FARBEN – KÜNSTLER IM LICHT DER PROVENCE

Kaum eine Weltregion zieht Künstler so magisch an wie die Provence. Überall begegnet man großen Namen. Von van Gogh und Paul Cézanne haben wir in diesem Buch schon gehört, doch auch Maler wie Paul Gauguin, Pablo Picasso, Henri Matisse, Pierre-Auguste Renoir oder Marc Chagall gaben sich in der Provence ein Stelldichein. Welcher magische Bann zog sie alle in diese Landschaft?

Ihnen allen gemeinsam ist, dass sie zu einer Zeit malten, in der sich die Kunst weg vom oft strengen, statischen Stil vergangener Jahrhunderte hin zum Spiel mit Licht und Farben entwickelte. Und an kaum einem anderen Ort ist das Licht so grandios wie in der Provence. Es ist unglaublich intensiv, und doch ist es dabei auch weich. Mit den Tageszeiten zaubert es fantastische Stimmungen in die bildschöne Landschaft, morgens ist es sanft und cremig wie zerlassene Butter, in den Mittagsstunden grell wie geschmolzener Stahl und am Abend schimmert es, als läge ein pastellfarbenes Seidentuch über dem Land. Paul Cézanne malte alleine das Kalksandsteingebirge des Sainte-Victoire gleich hundertfach, und jedes Mal erscheint es in völlig anderem Licht.

Der Schöpfer dieses fantastischen Lichts ist der Mistral. Mit seiner trockenen Kälte bläst er allen störenden Dunst davon und hinterlässt tiefblauen Himmel und

glasklare Fernsicht. Alle Farben leuchten dann viel intensiver und verzaubern Landschaft und Bäume, Gärten und Blumen, Gebäude, Menschen und Tiere mit ihrem prachtvollen Licht.

So ist es kein Wunder, dass gerade die Impressionisten hier die Inspirationen für ihre Momentaufnahmen sammelten. Pierre-Auguste Renoir ließ sich in Cagnes-sur-Mer bei Nizza nieder und verbrachte seinen Lebensabend in einem Landhaus mit großem Garten. Hier malte er unaufhörlich, selbst als er längst von Krankheit gebeugt im Rollstuhl saß. Wie besessen ließ er sich zuletzt den Pinsel an die Hand binden, weil er nicht mehr dazu im Stande war, ihn selbst zu halten. Sein Haus blieb bis zum heutigen Tag unverändert und ist nun ein Renoir-Museum, in dem man auch einen kleinen Teil seiner Arbeiten besichtigen kann.

Der mittelalterliche Weiler Saint-Paul-de-Vence im Hinterland der Côte d'Azur entwickelte sich gleich ganz zum Künstlerort. Treibende Kraft dafür war Marc Chagall, der sich 1966 hier ansiedelte und bis zu seinem Tod im Jahr 1985 blieb. Ihm folgten zahlreiche Künstler und Kunsthandwerker, die dem kleinen Ort ein intensives, kreatives Leben einhauchten.

Marc Chagall vermachte dem Dorf einige seiner Werke, den Giebel der Gemeindeschule schmückt ein nach seiner Vorlage geschaffenes Mosaik. Die Gemälde befinden sich in der Fondation Maeght, einem hochmodernen Kunstmuseum mit markanter Architektur, die im krassen

Gegensatz zu dem romantischen alten Weiler steht. Marc Chagall wurde auf dem kleinen Friedhof des Ortes bestattet.

Ganz in der Nähe liegt eine weitere Kleinstadt, der ein großer Künstler zu Ruhm verhalf: Vallauris. Zwar war der Ort bereits seit dem 16. Jahrhundert für seine Keramiken bekannt, doch der richtige Aufschwung kam erst in den 1950er Jahren mit Pablo Picasso. Er beeinflusste nicht nur die hiesigen Keramikarbeiten maßgeblich, er schuf in seinem Atelier du Fournas auch zahlreiche Skulpturen und Gemälde. Das hier entstandene berühmte Werk „Krieg und Frieden“ befindet sich im Picasso-Museum des Ortes.

Ein weiteres Picasso-Museum gibt es in Antibes. Dort existiert seit dem 12. Jahrhundert ein Schloss am Meer, das eine Zeit lang den monegassischen Grimaldis gehörte und deshalb nach ihnen benannt ist. Vor seinen Jahren in Vallauris hatte Picasso in diesem Schloss ein Atelier, zum Dank überließ er der Gemeinde einige Werke, die nun hier ausgestellt sind.

Paul Cézannes Lieblingsgebirge Sainte-Victoire faszinierte auch Pablo Picasso. Es heißt, er habe halb scherzend gesagt, er wolle diese so sehr mit Cézanne verbundenen Berge gleich ganz für sich erwerben.

Daraus ist nichts geworden. Seine letzten Jahre verbrachte Picasso in Mougins nördlich von Cannes. Er arbeitete aber in seinem Atelier im Schloss Vauvenargues am Fuß der Montagne Sainte-Victoire bei Aix-en-Provence,

denn immerhin dieses prachtvolle Bauwerk hatte er kaufen können. Nach seinem Tod im Jahr 1973 wurde er im Garten des Schlosses beerdigt.

Und noch heute tummeln sich die Maler an der markanten Westseite des Gebirgszugs, um diesen wie einst Cézanne auf der Leinwand zu verewigen. Man kann auch wunderbar in dieser Landschaft wandern, von den Hängen des achtzehn Kilometer langen Gebirgszugs schaut man über Aix-en-Provence bis hinaus auf das azurblaue Mittelmeer. Peter Handke tat es und legte seine etwas verwirrenden Eindrücke in dem Büchlein „Die Lehre der Sainte-Victoire“ nieder. Paul Cézanne bestieg die Berge gemeinsam mit seinem Freund Émile Zola.

Wer seine Eindrücke weder schreibend noch malend verarbeiten möchte, der findet im Licht der Provence ganz wundervolle Fotomotive. Und wer sich auch nicht auf eine Fotoentdeckungsreise begeben möchte, der lässt die fantastischen Farben der Provence ganz einfach auf sich wirken. Denn eines ist sicher: Die Provence enttäuscht ihre Gäste nicht. Sie ist tatsächlich noch schöner, als man es sich jemals vorzustellen vermochte.

**CLAFOUTIS DE CERISE –
KIRSCH-CLAFOUTIS**

Zutaten für vier Personen: 250 ml Milch, 150 g Mehl, 2 Eier, 300 g saure Kirschen ohne Stein, 2 cl Kirschwasser, 40 g Zucker, 30 g Butter, 20 g Paniermehl, 50 g Marzipan, Salz, Butter zum Einfetten, Puderzucker, Vanilleeis

Zubereitung: Das Mehl mit einer Prise Salz in eine Schüssel geben und mit dem Schneebesen die Milch unterrühren, bis ein glatter, flüssiger Teig entstanden ist. Ein Ei unterrühren, das andere in Eiweiß und Eigelb trennen und das Eigelb ebenfalls unterrühren. Dann den Teig abgedeckt dreißig Minuten lang ruhen lassen.

Die Kirschen gut abtropfen, halbieren und mit dem Kirschwasser begießen. 30 Minuten lang darin marinieren.

Das Eiweiß mit ½ Teelöffel Salz und 30 g Zucker steif schlagen und danach unter den Teig heben. Das Marzipan fein hacken und ebenfalls untermischen. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und unterrühren. Anschließend das Paniermehl und den restlichen Zucker in der Pfanne kurz erhitzen und abkühlen lassen.

4 ofenfeste Förmchen gut mit Butter einfetten. Dann den Teig einfüllen und die Kirschen obenauf legen. Zum Schluss mit der Paniermehl-Zucker-Mischung bestreuen.

Den Backofen auf 200°C vorheizen und die Clafoutis etwa 15 Minuten lang backen, bis sie goldbraun sind.

Sofort mit Puderzucker bestäuben und mit jeweils einer Kugel Vanilleeis servieren.

Die Reihe der Reisebücher von Almut Irmscher wird fortgesetzt. Bereits erschienen sind:

Das Italien-Lesebuch:

Impressionen aus dem Land der Sehnsucht

ISBN-10: 1492770221 ISBN-13: 978-1492770220

und der zweite Band:

Das Italien-Lesebuch:

Neue Impressionen aus dem Land der Sehnsucht

ISBN-10: 1495928187 ISBN-13: 978-1495928185

Das Toskana-Lesebuch:

Impressionen und Rezepte aus dem Land von Kunst und Genuss

ISBN-10: 1500960519 ISBN-13: 978-1500960513

Das Cornwall-Lesebuch:

Impressionen und Rezepte aus dem Pilcher-Land

ISBN-13: 978-1499155228 ISBN-10: 1499155220

Das Schottland-Lesebuch:

Impressionen und Rezepte aus Highlands und Lowlands

ISBN-10: 1499608969 ISBN-13: 978-1499608960

Romane von Almut Irmscher:

Bunga Bunga - ein wirklich böser Mafia-Roman

ISBN-10: 1496097041 ISBN-13: 978-1496097040

Wie die Libelle in der Wasserwaage - Roman

ISBN-10: 1495437396 ISBN-13: 978-1495437397

Alle Bücher sind als Taschenbuch oder zum Download für den Kindle erhältlich.

Nur für den Kindle erhältlich ist:

Es wird gegessen, was auf den Tisch kommt.

– ein biografischer Roman aus der Küche.

ASIN: B00I71MIB8

Liebe Leser,

*ich hoffe, Ihnen hat unser Ausflug in die Provence gefallen.
Natürlich freue ich mich über Ihre Tipps, Hinweise oder
Anregungen und beantworte auch gerne Ihre Fragen.
Schreiben Sie mir einfach an*

kontakt@almutirmscher.de.

*Zum Schluss habe ich noch eine kleine Bitte: Teilen Sie Ihre
Eindrücke mit anderen Lesern und schreiben Sie eine kurze
Rezension auf amazon.de. Ich freue mich darauf, Ihre
Meinung zu erfahren. Vielen Dank und...*

Au revoir en Provence!

Ihre

Almut Irmischer

Stichwortverzeichnis

- Adolphe Adam 43 f.
Aix-en-Provence 133, 179 ff., 209
Alice Miller 124 ff.
Antibes 208
Antonie de Saint-Exupéry 103
Aquädukte 130 ff., 181
Aristoteles Onassis 175
Arles 49 ff., 65, 71,
Avignon 17, 43 ff., 65, 76 f.
Bandol 104
Bédoin 18
Brigitte Bardot 31 ff., 137
Brücke von Langlois 49 ff.
Cadarache 186 ff.
Cagnes-sur-Mer 207
Calanques 101 f.
Camargue 28, 51, 67 ff.
Camargue-Pferde 67 ff.
Cannes 92, 135 ff., 162, 208
Cap Canaille 100
Cap Ferrat 114, 116, 157, 159
Cap Morgiou 101 f.
Caroline von Monaco 172, 177
Cassis 27, 100 ff.
Cavaillon 26, 63, 160
Cité de la Castellane 86 f., 90, 92
Corniches 100, 113 ff., 159
Côte d'Azur 33 f., 100 f., 113 ff., 136, 162 f., 207
Der Gute König René 76, 182, 185
Émile Zola 179 ff., 209
Erdbeben 191 f.
Èze 114, 116, 156 ff.
Exile on Main St. 201 f.
Flamingos 67, 69 f.
Franz Kafka 124 f.
Friedrich Nietzsche 156 f.
Geier 143 f.
Goldene Palme 137 ff.
Gorges del la Nesque 145 f.
Gorges du Verdon 65, 141 ff.
Grace Kelly 113, 116 f., 175, 177
Grand Luberon 152
Grasse 11 ff.
Griechen 56, 81 f., 108, 130, 195
Grimaldi 110, 115, 172 ff., 208
Großer Preis von Monaco 176 f.
Gunter Sachs 31 ff.
Gustave Eiffel 162 f.
Henry Cosquer 101 f.
Herakles 107 ff.
Höhlenmalerei 37 ff., 102
Henri Negresco 162 f.
Hotel Negresco 161 ff.

Iter 186 ff.
 Jacques-Yves Cousteau 105
 James Bond 113
 Jean-Baptiste Baille 179 ff.
 Jeanne Augier 164 f.
 Julius Meier-Graefe 104
 Keith Richards 199 ff.
 Kelten 17, 21, 56, 81 ff., 130
 Kernfusion 186 ff.
 Kräuter der Provence 28 f.
 La Ciotat 103 f.
 La Turbie 115 ff.
 Lavendel 11, 28 f., 63, 95 ff.
 Lenticulariswolken 167 f.
 Les Baux 107 ff., 147
 Ligurer 82, 108 f., 119, 130,
 177, 183
 L'Isle-sur-la-Sorgue 65
 Märkte 25, 28, 59, 61 ff., 98
 Malaucène 21
 Mane 152 ff.
 Marc Chagall 205 f.
 Marseille 28, 65, 74, 81 ff., 90,
 92, 100 f., 132 ff., 150
 Menton 100, 114 f.
 Mercantour 119 ff.
 Mick Jagger 164, 199 ff.
 Mistral 19, 176 ff., 206 f.
 Monaco 110, 114 ff., 172 ff.
 Montagne Sainte-Victoire 206,
 208 f.
 Mont Bégo 119 ff.
 Monte Carlo 174 ff.
 Mont Ventoux 17 ff., 145
 Moustiers-Sainte-Marie 145
 Nizza 114 ff., 162 ff.
 Nostradamus 74 ff., 177
 Nougat 28, 63, 170
 Pablo Picasso 206, 208
 Papstpalast 45 ff.
 Parfum 11 ff., 97, 153, 158
 Paul Cézanne 179 ff., 206, 208 f.
 Paul Gauguin 51 f., 53, 206
 Petrarca 17 ff.
 Pierre-Auguste Renoir 165,
 182, 206 f.
 Pont de l'Artuby 144 f.
 Pont du Gard 131 ff.
 Promenade de la Croisette
 135, 162
 Rainier von Monaco 175, 177
 Rallye Monte Carlo 176
 Riez 61 f., 65, 95, 143
 Römer 39, 50, 56 ff., 70 f., 83,
 114, 116, 130 ff., 152
 Roussillon 38 ff.
 Route des crêtes 143 f.
 Rustrel 38 ff.

Saint-Aygulf 141
Saintes-Maries-de-la-Mer 51, 68
Saint-Paul-de-Vence 207 f.
Saint-Rémy 52 f., 75 f., 126, 177
Saint-Tropez 31 ff., 100, 201
Salagon 152 ff.
Salin-de-Giraud 67, 70
Salon-de-Provence 78, 80, 95
Samuel Beckett 41 f.
Sanary-sur-Mer 104 f.
Sault 18, 28, 63, 95, 98 f., 145
Stéphen Liégeard 161 f.
Stierkampf 70 f.
The Rolling Stones 199 ff.
Toulon 105
Tropaeum Alpium 116
Troubadoure 110, 147 ff.
Vaison-la-Romaine 56 ff.
Vallauris 208
Velleron 64 f.
Verdonschlucht 65, 141 ff.
Villa Nellcôte 199 ff.
Villefranche-sur-Mer 200
Vincent van Gogh 49 ff., 206
Zikaden 193 ff.
Zinédine Zidane 87, 90 ff.

Weiterführende Links

Aix-en-Provence

<http://www.aixenprovencetourism.com/de/>

Arles

<http://www.arlestourisme.com/home-de.html>

<http://www.patrimoine.ville-arles.fr/>

Bungee-Jumping

<http://www.net-verdon.com/en/bungee-jumping.htm>

Camargue

<http://www.parcornithologique.com/>

<http://www.saintesmaries.com/de>

<http://www.arlestourisme.com/die-camargue.html>

Èze

<http://www.eze-tourisme.com/en/>

Fondation Maeght

<http://www.fondation-maeght.com/>

Gärten von Salagon

<http://www.musee-de-salagon.com/>

Grasse

<http://www.grasse.fr/>

<http://www.museesdegrasse.com/>

Workshop zur Parfumherstellung:

http://www.molinard.com/en/atelier_parfums.html

Märkte

<http://www.provence-guide.net/>

http://www.avignon-et-provence.com/marches-provence/marches-provence.htm#.U4wvdfI_t8E

<http://www.provenceguide.com/marches-provence/~~/offres-18-1.html>

<http://islesurlasorgue.fr/marches.html>

<http://www.carpentras.fr/economie/les-marches-de-carpentras-468.html>

Marseille

<http://www.marseille.fr/sitevdm/versions-etrangeres/german--marseille-entdecken>

Museen

http://www.avignon-et-provence.com/museums.htm#.U6LG7vI_t8F

<http://www.seeprovence.com/sights/museums.html>

Ockerfelsen

<http://www.colorado-provencal.com/>

<http://okhra.com/>

<http://www.minesdebruoux.fr/>

<http://www.roussillon-provence.com/>

Papstpalast von Avignon

<http://www.palais-des-papes.com/fr>

Picasso-Museen

<http://www.musees-nationaux-alpesmaritimes.fr/picasso/>

<http://www.antibes-juanlespins.com/les-musees/picasso>

Pont d' Avignon

<http://www.avignon-tourisme.com/Monuments-et-Patrimoine-culturel/AVIGNON/fiche-PCUPAC084CDT0000096-1.html>

Pont du Gard

<http://www.pontdugard.fr/de>

Renoir-Museum

<http://www.cagnes-tourisme.com/fr/decouvrir/musee-renoir/presentation.html>