

An
SALZ-
BLUMEN
lecken

DUMONT

DIREKT

La Palma

*Bunt,
bunter, am buntesten*

**VORSICHT
KAUFRAUSCH**

**BLAUE
GROTTE**

Wo die wilden
Drachen wachsen

Das ist der Gipfel!

*Ganz
alte Meister*

**MIT
GROSSEM
FALTPLAN**

LORBEER WÜRZT DEN WEG ...

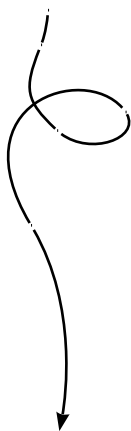
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11

15 x La Palma direkt erleben





La Palma



Dieter Schulze

Inhalt

Das Beste zu Beginn

S. 4

Das ist La Palma

S. 6

La Palma in Zahlen

S. 8

So schmeckt La Palma

S. 10

Ihr La-Palma-Kompass
15 Wege zum direkten Eintauchen in die Insel
S. 12

Santa Cruz und der Südosten

S. 15

Santa Cruz S. 16

1 Palmen und Paläste –
die Plaza de España in Santa Cruz
S. 22

2 Bei der Schneejungfrau –
Ausflug nach Las Nieves
S. 26

Los Cancajos S. 28

Breña Alta und Breña Baja S. 30

Villa de Mazo S. 31

Der Südwesten

S. 35



Los Canarios (Fuencaliente) S. 36

Las Indias und Los Quemados S. 37

3 Tanz auf dem Vulkan – **Wanderrunde bei Los Canarios**
S. 38

4 Flirrende Salzgärten –
an der Inselfüdspitze
S. 40

Las Manchas S. 45

Puerto Naos S. 45

5 Wein und ein Schuss Exzentrik – **Las Manchas de Abajo**
S. 46

Los Llanos de Aridane S. 50

6 Bio, Lava und Design –
Einkaufen in Los Llanos de Aridane
S. 54

Argual Abajo S. 57

Tazacorte S. 58

7 Wale und Delfine –
Bootstrip ab Puerto de Tazacorte
S. 60

Puerto de Tazacorte S. 62

Der Nordwesten

S. 65



La Punta und El Jesús S. 66

Tijarafe S. 67

Puntagorda S. 69

8

Dragos und altkanarische
Höhlen – **Las Tricias**
S. 72

9

Blick in die Tiefe – **Roque de
Los Muchachos**
S. 74

Der Norden und der Nordosten

S. 77



Santo Domingo de Garafía S. 78

Roque del Faro S. 79

10

Im verwunschenen Wald –
La Zarza und La Zarcita
S. 80

Barlovento S. 83

Los Sauces S. 84

La Galga S. 85

San Andrés S. 85

11

Botanische Wundertüte –
zum **Mirador Espigón
Atravesado**
S. 86

Puntallana S. 89

12

Besuch bei den Mayos –
in der **Casa Luján in
Puntallana**
S. 90

Das Zentrum

S. 93



El Paso S. 94

13

Riesiger Erosionskrater –
Caldera de Taburiente
S. 96

14

Spaziergang am Rand der
Caldera – **La Cumbrecita**
S. 102

15

Bizarre Lavalandschaft –
Vulkanroute ab El Pilar
S. 104

Hin & weg

S. 108

O-Ton La Palma

S. 114

Register S. 115

Abbildungsnachweis, Impressum

S. 119

Kennen Sie die?

S. 120



Das Beste zu Beginn

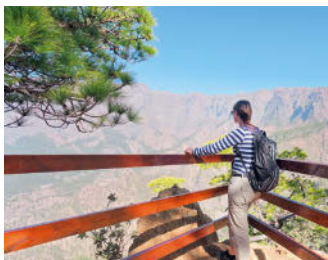


Baden & Beachen

Warum weiß, wenn's auch schwarz geht? La Palmas Lavastrände sind dunkel und oft von Klippen gesäumt, so in Puerto de Tzacorte und an der Playa Zamora. Alternativ gibt es herrliche Naturschwimmbecken, z. B. Charco Azul und La Fajana.

Caldera aus der Vogelperspektive

Der in der Inselmitte klaffende Riesenkrater lässt sich auf einem langen Wanderweg ab Los Brecitos erkunden. Wollen Sie's einfacher haben, fahren Sie vom Besucherzentrum des Nationalparks zum ›Gipfelchen‹ (La Cumbrecita) und folgen dem geländergesicherten Weg mit Blick in den 1000 m tiefen Schlund (► S. 102).



Atlantische Abenteuer

Wer die Welt gern mal vom Wasser aus erleben möchte, steigt in Puerto de Tzacorte ins Boot: Machen Sie sich auf die Suche nach Walen und Delfinen, lassen Sie sich längs der Küste zu einer schönen Höhle schippern oder genießen Sie die ›Sunset Tour‹ (► S. 60)!

Unterwegs in Feuchtgebieten

Nur wenige Kilometer von der sonnigen Küste entfernt sieht die Welt komplett anders aus. In tiefe Schluchten fällt kaum ein Lichtstrahl, es wuchert immergrüner Lorbeerwald und mannshoher Farn. Geheimnisvoll ist es, feucht und sehr kühl. Wenn dann noch Wolkenfetzen durch die Baumkronen huschen, fühlen Sie sich vollends in ein Märchen versetzt. Doch bitte eine Jacke mitnehmen (► S. 86)!

Tief im Süden

Lavaströme ergossen sich 1971 über La Palmas Südzipfel. Dunkel und sonnenverglüht sieht es hier aus, doch keineswegs trist: Weinreben zapfen die verschüttete Muttererde an – vollmundig schmeckt der aus ihnen gepresste Saft. Kontraste erleben Sie auch an der Lavaküste. Bei einem Spaziergang durch Salzgärten werden Sie geblendet vom schneeweißen Element (► S. 40).

Kanarische Lebensart

Die Plaza de España in Los Llanos ist eine Augenweide: Renaissance-Kirche, Rat- und Kulturhaus, fassadengroße Wandbilder und mittendrin ein Pavillon im Schatten von Lorbeerbäumen – Sehen und Gesehenwerden heißt die Zauberlösung, und dazu trinken Sie hier einen *cortado* oder *café con leche* (► S. 51)!



Sterne schauen

Der Himmel über der Insel ist sternenklar, das ›Gesetz gegen Lichtverschmutzung‹ sorgt dafür, dass es so bleibt. Vielerorts wurden Astro-Aussichtspunkte errichtet, von denen Sie nachts bestimmte Gestirne optimal sehen können (www.starsislandlapalma.com). Auf Astro-Touren mit mobilem Teleskop wird der Nachthimmel erläutert (www.astrolapalma.com), auch das Observatorium auf dem höchsten Inselgipfel, eines der wichtigsten weltweit, kann besichtigt werden (► S. 74)!

Zeitreise in die Kolonialgeschichte

Santa Cruz war einst Spaniens Sprungbrett in die Neue Welt. An jene ›goldene Epoche‹ erinnern herrschaftliche Paläste, die als Museen, Galerien und Cafés zugänglich sind. Der Spaziergang von einem Haus zum nächsten wird zur spannenden Entdeckungsreise (► S. 17).

Welt der Spiralen

Im hohen Norden, wo selbst in Dürrezeiten Quellen sprudeln, haben die Ureinwohner mysteriöse Zeichen hinterlassen. Kunst am Fels mitten im Lorbeerwald und obendrein ein Stück Inselgeschichte – können Sie sich eine schönere Galerie vorstellen (► S. 80)?



Sie finden mich, wo es schön und spannend ist: Gern trinke ich einen Kaffee in Santa Cruz oder in Los Llanos. Und immer wieder berauscht mich die Inselnatur: Wandern über Vulkane mit Weitblick aufs Meer und Eintauchen in den Lorbeerwald.

Fragen? Erfahrungen? Ideen?

Ich freue mich auf Post.



Mein Postfach bei DuMont:
schulze@dumontreise.de

Das ist La Palma

Umspült von den Fluten des Atlantiks erhebt sich die ›steilste Insel der Welt‹ wie eine mächtige Festung. So unwegsam sie auf den ersten Blick scheinen mag, ist sie doch bestens erschlossen. Gut ausgebaute Straßen und Tunnel führen um sie herum und in ihr Zentrum hinein. La Palma ist die ›grünste der Kanaren‹: eine Insel ohne große Bettenburgen, dafür reich an ursprünglicher Natur.

Wolken am Berg

Feuchter und tendenziell kühler sind Norden und Osten der Insel, trockener und wärmer Süden und Westen. Für die Unterschiede in Klima und Vegetation sorgt der von Nordost wehende Passatwind: Er drückt die vom Atlantik kommenden feuchten Luftmassen gegen das Gebirgsmassiv und bewirkt, dass sich im Norden und Osten dichte Wolkenbänke ausbilden. Gleich einem Wasserfall schwappen sie über den zentralen Kamm, um sich danach rasch aufzulösen – ein immer wiederkehrendes herrliches Schauspiel!

Erste Station – immer im Osten

Alle Urlauber treffen im Osten ein: einige wenige am Fährhafen der Hauptstadt Santa Cruz, die meisten 10 km südlich am internationalen Flughafen.

Santa Cruz (🏰 G 6) ist eine der schönsten Städte der Kanaren; sie hat ein quirliges Ambiente, stimmungsvolle Plätze und Paläste. Wer hier wohnt, ist mittendrin im kanarischen Leben, und die Bergwelt liegt nur wenige Kilometer entfernt.

Südlich der Hauptstadt breitet sich ein fruchtbarer und zunehmend zersiedelter Landstrich aus: **Breña Alta** (🏰 F 6) und **Breña Baja** (🏰 G 7) sind Orte des ewigen Frühlings – da wuchert und blüht es das ganze Jahr. Wohlhabende Hauptstädter ließen dort ihre Villen erbauen und zahlreiche Mitteleuropäer tun es ihnen nach. An der Küste, wo es trockener ist, entstand in **Los Cancajos** (🏰 G 7) ein Feriencenter mit künstlich angelegtem Strand.

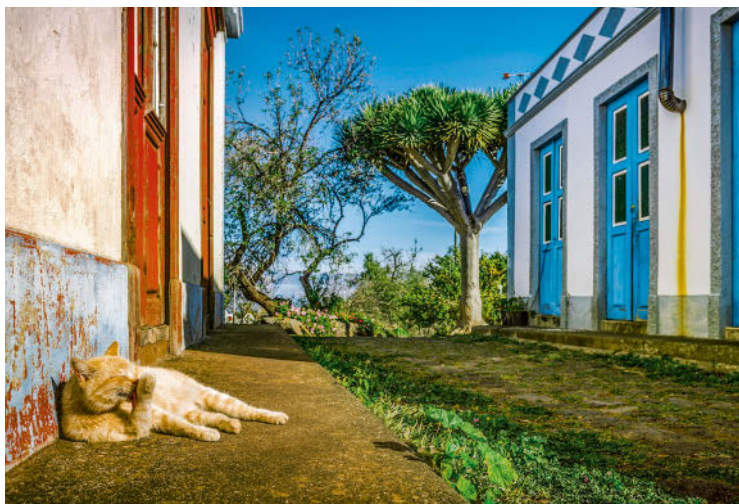
Der goldene Westen

Das Pendant zu Los Cancajos ist auf der Westseite **Puerto Naos** (🏰 C 8).

Auch dieser Ferienort hat einen schönen dunklen Strand mit attraktiver Promenade, freilich auch Straßenzüge aus der Retorte. Idyllischer präsentiert sich **Puerto de Tazacorte** (🏰 B 7): mit kleinem Strand und Fischrestaurants, vom Hafen starten Boote zu spannenden Ausflügen.

Im angrenzenden Aridane-Tal am weit auslaufenden Westhang hat die Sonne eine solche Kraft, dass in großem Stil Bananen angebaut werden. Doch nicht nur Früchte gedeihen, auch der Tourismus boomt, sodass sich der Hauptort, das rasch wachsende **Los Llanos de Aridane** (🏰 C 6), mit Fug und Recht ›heimliche Hauptstadt La Palmas‹ nennen darf.

Nach Süden zu beherrschen Vulkane das Bild. Zeugen der jüngsten Ausbrüche von 1971 entdeckt man unterhalb des Bergdorfs **Los Canarios** (🏰 E 11) und an der Küste. Nicht weit entfernt spazieren Sie durch Salzfelder und entdecken kleine Badebuchten. Ein erstes Hoteldorf ist schon entstanden ...



So idyllisch können Sie in Las Tricias wohnen: Katzen als Mitbewohner in der Casa Cruz de las Tricias inbegriffen.

Der raue Norden

Über kurvenreiche Straßen erreichen Sie den Nordwesten. Dank seiner Abgeschlossenheit hat er sich seine Ursprünglichkeit bis heute bewahrt, Turismo Rural (»Tourismus auf dem Land«) ist in diesem Teil der Insel besonders beliebt. In **Tijarafe** (🏞 B 5) und **Puntagorda** (🏞 B 3) dominiert noch bäuerlicher Alltag, auf den terrassierten Hängen wachsen Mandel- und Obstbäume.

Eine spektakuläre Wanderung führt zu den **Buracas-Höhlen** (🏞 B 3) und einem Drachenbaumhain, eine weitere Tour aufs Dach der Insel – zum **Roque de Los Muchachos** (🏞 D 4), dem mit 2426 m höchsten Punkt der Insel. Noch wilder und rauer präsentiert sich der Norden. In Wäldern voll knorriger Kiefern und Lorbeerbäumen verfangen sich Passatwolken, die die Landschaft verzaubern.

Herz aus Stein – das Inselzentrum

In der Inselmitte liegt die **Caldera de Taburiente** (🏞 D/E 4/5), ein Erosionskrater von 9 km Durchmesser, der zu den größten der Welt zählt und als Nationalpark geschützt ist.

Der Kessel wird im Nordosten von den Ausläufern der Cumbre gesäumt, einem langen Gebirgszug, der sich im Halbkreis um den Krater legt und sich nach Süden verlängert. In dieser Region finden Sie die spektakulärsten Wanderwege. Sie führen in die Tiefe des Kraters und in luftiger Höhe um ihn herum, südwärts verläuft eine Vulkanroute über den lang gestreckten Rücken des Gebirgsgrats. Als Ausgangspunkt zur Erkundung der Gebirgswelt empfiehlt sich **El Paso** (🏞 D 6/7), ein gemütliches Dorf mit vielen Unterkünften.

La Palma in Zahlen

1

Stunde müssen Sie Ihre Uhr nach Ankunft auf La Palma vorstellen.

9

Kilometer Durchmesser hat der Krater von Taburiente.

10

Prozent aller Insulaner sind Ausländer, davon knapp die Hälfte Deutsche.

15

Zentimeter dick wird die Rinde der kanarischen Kiefer.

16

astronomische Aussichtspunkte gibt es auf der Insel.

17

Bodegas stellen Weine her - und sie werden jedes Jahr noch besser!

24

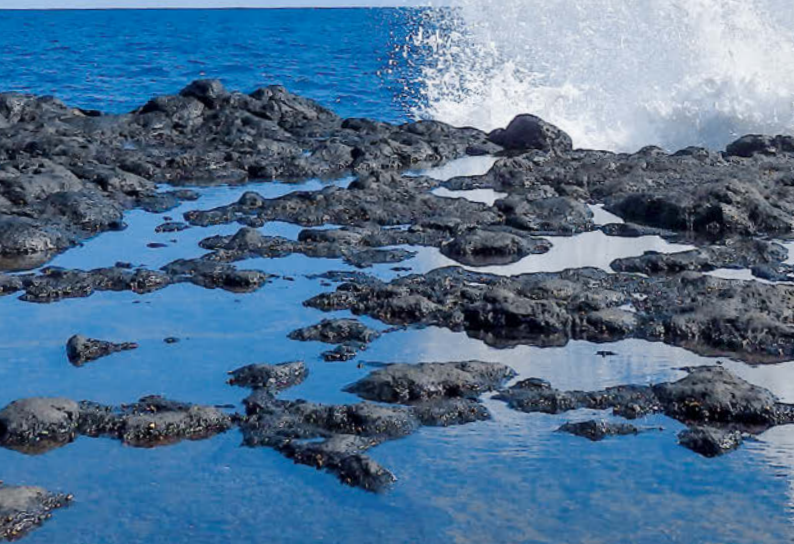
Walarten wurden vor der Küste gesichtet.

30

Meter hoch werden die Lorbeer-bäume La Palmas.

40

Prozent der Insel sind bewaldet.



45

Pflanzen sind endemisch, d. h., es gibt sie nur auf La Palma, nirgendwo sonst auf der Welt.

46

Kilometer ist die Insel lang und 29 Kilometer breit.

370

Liter Regen fallen im Jahr am Flughafen, dreimal so viel in den Bergen.

455

Kilometer trennen La Palma von Afrika.

708

Quadratkilometer ist La Palma groß – das ist ungefähr ein Drittel von Teneriffa.

1370

Kilometer liegt La Palma vom spanischen Festland entfernt – und über 3000 von Deutschland!

2426

Meter hoch ist der Roque de los Muchachos, der höchste Berg der Insel.

150 000

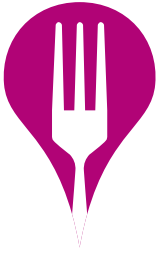
ausländische Besucher kommen jedes Jahr.

2 000 000

Jahre hat La Palma auf dem Buckel.

1971
brach zum letzten Mal ein
Vulkan aus.

So schmeckt La Palma



Die Inselküche ist bäuerlich, deftig und schmackhaft. Alles, was in La Palmas Gärten, auf Feldern und in Wäldern wächst, kommt auf den Tisch, dazu frischer Fisch aus dem Atlantik sowie Ziegen- und Kaninchenfleisch. War die Zubereitung bisher ›so einfach wie möglich‹, wird die Küche heute dank fremder Einflüsse kräftig aufgemischt.

Fisch vom Fischer

Frischen Fisch bekommen Sie in Hafentypen wie Puerto Naos, Puerto de Tazacorte und Puerto Espindola. Besonders häufig werden Seehecht, Wrackbarsch und Thunfisch gefangen. Daneben gibt es zarten *calamar*, den man nicht mit den kleinen, dünnhäutigen Tintenfischen (*chipirones*) oder dem fleischigen Kraken (*pulpo*) verwechseln sollte. Wer eine Fischsuppe probieren möchte, bestellt *caldo de pescado*: Oft ist sie mit Muscheln angereichert und fast immer mit Safran gewürzt.

Fleischklassiker

Gut schmeckt das in einer Wein-Kräuter-Soße marinierte Zicklein (*cabrito*), zur Jagdzeit im Herbst auch Kaninchen (*conejo*). Wer zum Fleisch keine Pommes

möchte, bestellt *papas arrugadas con mojo*: Kartoffelchen mit Salzkruste, die in eine scharfe Mojo-Soße getunkt werden. Mal wird sie in grüner, mal in roter Farbe serviert; Grün verrät die Zutat Koriander, Rot die Beigabe von Chili – beide natürlich mit einer gehörigen Portion Knoblauch!

Wärmende Eintöpfe

Wer im feucht-kühlen Norden unterwegs ist, hat vielleicht Lust auf einen deftigen Eintopf. Die einfache Variante heißt *potaje* und besteht aus Gemüse, die Inselformalität ist *potaje de trigo* aus Weizenkörnern. Ein Sonntagsgericht ist *puchero*, der aus nicht weniger als sieben Gemüsesorten und ebenso vielen Fleischvarianten besteht. Viele Freunde hat auch die *ropa vieja* (alte Wäsche): ein

LA PALMA SPEZIAL

Menú del día: dreigängiges, günstiges Menü, oft mit Getränk

pinchos & montaditos: Spieße & Kanapees

tapas: kleine Tellergerichte

puchero: Gemüse-Fleisch-Eintopf

sopa de garbanzos: Kichererbsensuppe, angereichert mit Fleischstücken

cabrito en adobo: in einer Wein-Kräuter-Soße mariniertes Zicklein

conejo en salmorejo: Kaninchen in Beize

arepas: pikant gefüllte Teigtaschen aus Maismehl, die von den aus Venezuela heimgekehrten Emigranten eingeführt wurden

bienmesabe: Mandel-Zitronen-Mousse

almendrados: Mandelmakronen

queso asado/queso a la brasa: gegrillter Ziegenkäse

miel de palma: Palmenhonig

truchas: Blätterteigtaschen, gefüllt mit Kürbisfasern bzw. Süßkartoffelmousse

typisches Resteessen mit Kichererbsen, dem klein geschnittene Paprikaschoten, frischer Thymian und ein Schuss Wein die nötige Würze verleihen.

Süßes aus Mandeln

La Palma ist eine gute Adresse für Süßschnäbel – keine andere Kanareninsel bietet eine so reichhaltige Palette. Die beliebteste Zutat ist die Mandel (*almendra*), die an den sonnigen Hängen im Nordwesten wächst. Sie wird gemahlen, anschließend zur Mousse *bienmesabe* (wörtl.: »schmeckt mir gut«) oder zu Mandelmakronen verarbeitet. Der Renner ist *queso de almendras* (Käse-Mandel-Kuchen)!

Wein vom Vulkan

Die kleine Insel hat erstaunlich viele Weine. Die wichtigsten Anbaugelände sind Fuencaliente/Las Manchas, wo trockener Weißwein und likörartiger Malvasier gewonnen werden; Spezialität der Region um Hoyo de Mazo/Las Breñas ist ein herber Rotwein. Nicht jedermanns Sache ist der in Fässern aus Kiefernholz gereifte *vino de la tea*, ein schwerer, harziger Tropfen, der in den Dörfern des Nordwestens angeboten wird.

Craft Beer auf Palmerisch

Gut schmeckt frisches Bier vom Fass (*caña*), meist der Marke Tropical (aus Gran Canaria) oder Dorada (aus Tene-



POWER DURCH GOFIO

»Meinen Erfolg verdanke ich dem Gofio, den mir meine Mutter von klein auf gab«, sagt der zum Mister Universum gekürte Kanarier Rubén González. Seine Schönheit und Kraft, meint er, stamme von jenem gerösteten Getreidemehl, das schon die Ureinwohner kannten. Es besitzt mehr Nährwert als Fleisch, ist reich an Vitamin A und C sowie an Eisen, Magnesium und Zink. Das Gofio-Mehl wird mit Wasser, Milch oder Suppe verrührt, je nach Gusto aber auch mit zerdrückten Bananen, Honig, Käse und Wein. Mit dem Trend zur gesunden Naturkost wurde es in den letzten Jahren zum kanarischen Nationalgericht und darf sich mit der begehrten staatlichen Herkunftsauszeichnung *denominación de origen* schmücken.



Ziegen liefern den Rohstoff, aus dem köstlicher Käse (*queso*) gewonnen wird. Er wird in kleinen Käsereien aus naturbelassener Milch, oft ohne Erhitzen, hergestellt. Aus nur drei Zutaten – Milch, Lab und Salz – werden unterschiedlichste Geschmacksnuancen gezaubert. Probieren Sie den Käse auf dem Markt, wo Ihnen vor dem Kauf eine Kostprobe gereicht wird!

riffa). Doch vielleicht wollen Sie Craft Beer aus La Palma probieren? Isla Verde und Gara heißen die beiden Brauereien, die köstlichen Gerstensaft herstellen – erhältlich in vielen Restaurants.

Regionales für Selbstversorger

Als Selbstversorger können Sie sich in den Markthallen von Santa Cruz und Los Llanos mit Obst und Gemüse eindecken (Mo–Sa 7–14 Uhr). Spaß macht es auch, am Samstag bzw. Sonntag die Wochen- und Erzeugermärkte (*mercadillos*) zu besuchen. Diese finden am Wochenende in Mazo und Breña Alta, Puntagorda, El Paso, Los Llanos und Puerto Naos statt.