

Kristen Benning



**Serra da Estrela  
Rad- und Kulturreiseführer**

**Die hohen Berge Portugals  
durchstreifen und erleben**



**Mit Karten für Radler und Autofahrer**

Kristen Benning

Serra da Estrela  
Rad- und Kulturreiseführer

Die hohen Berge Portugals durchstreifen und erleben

**Durchstreifen und erleben**

Alle Angaben erfolgen ohne jegliche Verpflichtung oder Garantie des Herausgebers. Für Änderungen und Fehler, die trotz sorgfältiger Überprüfung aller Angaben nicht vollständig auszuschließen sind, können wir leider keine Verantwortung oder Haftung übernehmen.

### Copyright Hinweis

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt und notariell hinterlegt. Sämtliche Rechte, auch Übersetzungen und Fotos, sind vorbehalten. Alle Rechte liegen beim Inhaber Kristen Benning. Werke Dritter sind als solche gekennzeichnet. Jede Art der Verwertung und Vervielfältigung von Inhalten – auch auszugsweise – bedarf ausdrücklich der schriftlichen Genehmigung des Urhebers.

Herausgeber: Redaktionsbüro Benning

Kristen Ansgar Benning

Freier Reise- und Kulturjournalist

Adelheidisstraße 35B

53225 Bonn

[www.durchstreifen-erleben.com](http://www.durchstreifen-erleben.com)

**Folgen Sie mir auf „Portugal durchstreifen und erleben“ auf Facebook.**

© 2019 Redaktionsbüro Benning

Druck und Verlag: epubli GmbH, Berlin

[www.epubli.de](http://www.epubli.de)



Gebirge in Zentralportugal

# **Inhalt**

## **Vorwort 1**

## **„Die Schafe sind die Bosse auf den Weiden“ 3**

Radeln in der „heiligen“ Serra da Estrela

## **Im Reich der Schlangen und Echsen 34**

Von Madre de Água nach Lapa dos Dinheiros

## **Natur explodiert an Bächen und Wasserfällen 48**

Auf Tour von Lapa dos Dinheiros nach Aldeia das Dez

## **Gletscher und heiße Quellen 70**

Von Aldeia das Dez nach Unhais da Serra

## **Saubere und kristallklare Badeplätze 100**

Erfrischung in der Hitze

## **Heftige Kämpfe gegen Viriato, 110**

## **Portugals Arminius**

Roms Eroberung der Iberischen Halbinsel

## **Schafwolle in den Genen 118**

Im Sterngebirge erwacht die Textilhauptstadt Covilhã wieder

## **Inhalt**

### **Geheime Kulte im Verborgenen 141**

Spuren jüdischen Lebens im Mittelalter in Caria

### **Übersee-Museum im portugiesischen Gebirge 161**

Auf den Spuren des Brasilien-Entdeckers Pedro Álvares Cabral in Belmonte

### **Hohe Wacht am Rio Mondego 185**

Guarda, Portugals höchste Stadt, durchstreifen und erleben

### **„Auch im Paradies muss man hart arbeiten“ 217**

Vom Schreibtisch auf den Olivenhain

### **Atemlos auf und ab durch das Flusstal 239**

Mit dem Rad durchs Vale do Mondego

### **Wolle und Schnee 254**

Im Dorf Manteigas erfüllt sich die Bitte um Fruchtbarkeit durch Eigeninitiative seiner Bewohner



## **Der Mythos schwindet 271**

Die hohen Berge in der Literatur von 1527 bis 2016

Anreise **293**

Literatur **294**

## Vorwort

„Der fast barbarische Hirte dieser die Wolken treffenden Gipfel des Gebirge (1.800 bis 2.000 Meter hoch), gestützt auf seinen Hirtenstab, gekleidet in Pelz, der Herde blonder Schafe folgend, ist vielleicht ein Nachfahre der Gefährten des Viriato. Dieser Eminenzen wegen, bedeckt vom Rasen im Sommer, vom Schnee im Winter, erdreisten sich weder die Kleinstädte noch die Bäume heraufzukommen: Nur der Hirtennomade bewohnt sie. Von der Höhe seines felsigen Throns aus sieht er allmählich das Leben auf den Hängen erwachen: zuerst der Wacholder, kriechend und angenagt durchs Vieh, umgibt er die hohen Nackten; dann erscheinen Binsenginster, weiße Heidekräuter, Eichen; dann, schon auf mittlerer Höhe des Abhangs, Kastanien, Ackerbauern, Bienenschwärme der Dörfer; am Ende, in der extremen Niederung, das Bettuch der Lagunen, die Bedeckung eingefasster Smaragde in glänzenden Fäden, die die Sonne im Labyrinth der Kanäle spiegelt.“

So beschreibt Oliveira Martins das portugiesische Hochgebirge – die Serra da Estrela – in seinem Werk „História de Portugal“. Dieses romantische Gemälde des Sterngebirges entspricht zwar nicht der Wirklichkeit, spiegelt aber trotz vieler Jahrzehnte dazwischen die Eindrücke des durch die hohen Berge Portugals wandernden und radelnden Reisenden. Zwei Wochen wird Sie dieser Kulturreiseführer auf Pässen zwischen 900 und 1.500 Metern Höhe begleiten und Ihnen die Lebensweise der Menschen, Kultur, Geschichte sowie Flora und Fauna nahebringen.

Denken Sie bitte daran, eine eigene Straßenkarte mitzunehmen.

## **„Die Schafe sind die Bosse auf der Weide“**

### **Radeln in der „heiligen“ Serra da Estrela**

**Die Radwanderung durch die Serra da Estrela beginnt auf dem Dach Portugals: auf Penhas Douradas. Auf fast 2000 Metern Höhe entdeckt der Reisende mit riesigen rundgeschliffenen Felsbrocken eines der Wahrzeichen der Region. Die jüngste Eiszeit hat diese Steine geformt. Ein anderes Wahrzeichen ist der kräftige Käse, der aus der Milch der im Gebirge weidenden Schafe gewonnen wird. Portugal ist also nicht nur lieblich wie an Algarve, sondern kann auch ziemlich rau werden. Eis und Schnee sind hier oben nichts Besonderes.**

Es stockt einem der Atem. Der vom Flughafen Lissabon kommende Minibus kriecht die Serpentina zum höchsten Berg Portugals in der Serra da Estrela hinauf. Das Licht wird spärlicher. Nur ab und zu beleuchtet eine Laterne die kurvige Straße; die Landschaft erscheint immer dunkler, zumal die Straße von Bäumen gesäumt ist. Jetzt leuchten schon die Augen eines vorbei huschenden Fuchses im Scheinwerferlicht. Leichte Übelkeit steigt auf. Das als schönstes Dorf des Gebirges geltende Manteigas leuchtet mit einem Male tief unten im Tal auf.

Doch ist der Bus in dieser Höhe von tiefer Dunkelheit umgeben. Das scheint immer so zu sein. Daher hat man wohl ein Observatorium zum Beobachten der Sterne auf Penhas Douradas – Portugals höchstem Berg – errichtet. Als Besucher fühlt man sich hier in einer total fremden Welt. Die letzte Radwanderung durch ein so hohes Gebirge liegt mit der Sierra Nevada in Andalusien schon einige Jahre zurück. Doch an Andalusien erinnert hier in Zentralportugal nur wenig; die strahlend weißen Dörfer Spaniens gibt es hier nicht. Hier besteht fast alles aus dunklem Schiefer und aus dem heimischen grauen Granit. Hoffentlich wirkt es am Tage freundlicher im einzigen Gebiet Portugals, in dem Phänomene der Vergletscherung in großem Ausmaß stattfanden. Gibt es hier wenigstens die lang vermissten Ausblicke von den Terrassen kleiner Bergcafés nach einem aufregenden Trail auf einem schmalen Gebirgspass? Wenn der Nebel morgens dampfend aufsteigt? Wenn die Glocken eines Kirchturms in einem hoch gelegenen Dorf läuten? Lockt hier irgendwo das landauf, landab bekannte Sardinengebäck aus der Kleinstadt Trancoso?

Bei der Ankunft am Hotel „Casa das Penhas Douradas“ legt sich die Verwirrung. Fahrer Nuno Adriano ist so freundlich, das Gepäck zu tragen, so dass der Reisende unbeschwert eintreten kann. Das erst 2013 als Skihotel errichtete Haus duftet angenehm nach frisch geschlagenem Nadelholz. Wie ist das möglich? Die Wände bestehen aus skandinavischem Kiefernholz. Im Eingangsbereich hängen Skier an der Wand. Viele dieser Wintersportgeräte sind übers Gebäude verteilt. Das Mountainbike landet erst einmal in der Garage des fahrradfreundlichen Hotels, in dem sogar Ersatzteile wie Seilzüge und Bremsklötze ausliegen. Ein Zimmermädchen klopft später an der Tür, bringt Teelichter zur stimmungsvollen Beleuchtung. Die höchste Zimmernummer ist die 14. Sie garantiert einen ruhigen Aufenthalt. Massentourismus gibt es hier nicht.

Am nächsten Morgen ist es sonnig. Vor dem Zimmer erstreckt sich eine Terrasse mit Liegestühlen. Jetzt sieht die Bergwelt längst nicht mehr so unbezwingbar aus. Die Straße, auf der es übermorgen losgehen soll, schlängelt sich einige Meter entfernt vorbei. Doch heute steht eine Fußwanderung auf einem Schäferpfad durch die von der Eiszeit geprägte Landschaft an. Zunächst jedoch führt der Weg ins Restaurant, in dem es ruhig und entspannt zugeht. Das Buffet ist reichhaltig. Nichts wird hier abgezählt. Jeder Gast kann milde oder herb schmeckende Käsesorten durchprobieren. Ein würzig duftender Schafskäse fällt auf: der Queijo da Serra da Estrela. Seine Rinde ist so hart, dass sie in sich eine weiche cremige Masse bewahren kann. Der Deckel des Käses wird abgeschnitten. Mit einem Löffel wird die leicht bittere Masse heraus gehoben, um sie aufs Brot zu streichen. Auf der Packung steht: Fettgehalt von 45 bis 60, Feuchtigkeitsgehalt von 61 bis 69 Prozent. Diesen Käse bezeichnen die Bewohner der Gegend als Visitenkarte ihrer Region. Er ist schon seit mehr als 2.000 Jahren bekannt. Lucius Columella, ein Offizier des römischen Heeres in der besetzten Provinz Hispania, beschrieb damals, wie er hergestellt wurde. Auch der berühmte Dichter Gil Vicente widmet sich dem Käse in seiner im 16. Jahrhundert verfassten Tragikomödie „Pastoril da Serra da Estrela“. Ein Kilo des Käses dieser Landschaft ist im Fachhandel 30 bis 40 Euro wert. Aldi oder Lidl verkaufen ihn nicht. Dort gibt es nur eine milde Variante einer Käserei aus Seia. Aufpassen sollte man allerdings vor nicht zertifiziertem minderwertigem „Queijo da Serra da Estrela“, der immer häufiger mit Kuhmilch verschnitten und unkundigen Touristen am Straßenrand und in Verkaufsständen angeboten wird.

## **Bedeutung des Begriffes „Serra“**

Im empfehlenswerten Werk „Portugal O Sabor da Terra“ verweisen die Autoren Mattoso, Daveau und Belo auf die Bedeutung des Begriffes „Serra“, der den Produkten und Traditionen der Gegend beigelegt ist. Der Wein des Dão zum Beispiel trage auch den Namen „Encosta da Estrela“ (Hang der Estrela); dies sei das Vermächtnis des Viriatus, des Arminius der Portugiesen im Kampf gegen die Römer. Das habe etwas damit zu tun, dass man das Hochgebirge als Ort ansehe, wo sich auffallend rein Charakter und Tugenden des portugiesischen Volkes erhalten hätten.

Es habe etwas damit zu tun, dass die Serra der einzige portugiesische Ort sei, wo der Schnee sich einige Zeit halte. Dies verbinde man obskurerweise mit der Idee, dass sich dort der Ort der nationalen Reinheit befinde, der legendäre raue Charakter, integer, streng und widerstandsfähig, das heiße, unberührt von Zeit und Zivilisation seiner Bewohner. Dies führe dazu, dort den Ort der Reinheit des Volkscharakters zu suchen; mit der dunklen Erinnerung an eine gemeinschaftliche Solidarität, zementiert durch den gemeinsamen Kampf gegen die Mauren, in den Anfängen der Reconquista: die Kastelle jener Zeit – Erinnerungen aus Stein – habe man in keiner anderen portugiesischen Provinz so perfekt und so beeindruckend bewahrt, Bild einer Dauerhaftigkeit, die die Schicksalsschläge der Zeit nicht zu erschüttern vermöchten. Dort könne sich das Vaterland erneuern, von dort komme die Energie, ihre Mentalität ewig zu erhalten. Auch wenn sich Politik, Wirtschaft und Kultur hauptsächlich auf die Küste konzentrierten, die Beira als Randgebiete und die Serra da Estrela seien das heilige Land, in dem sich die reine Quelle des Volkes befinde.



Vielleicht hat der Bäcker heute morgen das zunächst nur regional bekannte, heute aber über ganz Portugal verteilte, Pão Centeio do Sabugeiro geliefert, ein Roggenbrot, das in manchen Dörfern noch heute in einem gemeinschaftlichen Backofen zubereitet wird. Das nötige Brennholz lieferten früher die als unerschöpflich erscheinenden Wälder des Gebirges. Es soll mehrere Tage haltbar sein; deshalb nahmen es Schafhirten aus dem rauer Witterung ausgesetzten nahe Manteigas liegenden Bergdorf Sabugeiro mit in die einsamen Berge. Mit diesem Brot schmeckt der Käse ungewöhnlich gut; fehlt es, mundet er den meisten aufgrund seines prägnanten Geschmacks allzu scharf. Von vielen Gourmets wird er als Delikatesse bezeichnet, andere probieren ihn aber kein zweites Mal. Sicher lässt sich auf einem der vielen Bauernhöfe in den bis zu 2.000 Meter hohen Bergen Portugals mehr über diesen Starkkäse herausfinden.

### **Wanderung auf dem Hochplateau**

Nach dem Frühstück führt Hoteldirektorin Catarina Silva auf das Hochplateau. Sie schaut trotzig drein, ist um die 30 Jahre jung; oft zu Späßen aufgelegt und streckt beim Fotografieren neckisch die Zunge heraus. Wie hält es die junge Frau in einem so einsam gelegenen Hotel aus? Sie könnte auch in der Distrikthauptstadt Guarda leben. Wäre es nicht interessanter, statt dieses von hohen Pinien umgebenen Hauses ein Hotel an der Küste zu führen? Die Antwort fällt unerwartet aus: Sie bevorzuge den Umgang mit Stammgästen, der Kontakt sei persönlicher. Man kenne einander.

Über eine asphaltierte Straße führt der Weg zunächst an Wochenendhäusern mit geparkten Autos vorbei. Sie dienen Jagdgesellschaften häufig als Unterkunft. Hier wird der 101.000 Hektar große Naturpark Serra da Estrela nicht vor Eingriffen geschützt. Der Wanderer geht zunächst an einer Kapelle vorbei, dann an einem zerfallenen Haus aus gewaltigen Felsen. Dieses erinnert an eine Szene aus der Hobbit-Trilogie, als der Zauberer Gandalf auf der Wanderschaft mit den Zwergen auf einen von Trollen zerstörten Bauernhof trifft: Hier indes führte ein Arzt eine Praxis; aber nur Trolle können auf dieser Höhe die riesigen Felsbrocken zusammengesetzt haben. Heute erstaunt eine Kapelle neben der Praxis, Also scheint dort ein reges Dorfleben bestanden zu haben.

Hinter der ehemaligen Praxis geht es in einen kleinen Nadelwald. Die Baumgrenze ist auf Höhe des Hotels also noch nicht erreicht. Wildschweine haben hier gewühlt, doch der iberische Typ soll nicht aggressiv sein.

Manche Jäger sagen, nach einem lauten Pfiff flüchteten sie. Aber heute ist kein einziges Tier zu sehen. Im Wald lässt es sich leidlich laufen, denn es ist weder matschig noch steil. Der von Schäfern angelegte Weg windet sich durch blühenden Ginster, vorbei an mehrere Meter hohen, durch Gletscher der Eiszeit rundgeschliffenen Granitfelsen; andere Wanderer sind hier heute nicht unterwegs. Catarina Silva führt zu einem von Schäfern durch den Fels gehauenen Tor, hinter dem sich ein schöner, aber zugiger, Aussichtspunkt befindet, der von einer Mauer geschützt wird. Zeit für eine Rast! Auf einem Pfad zwischen niedrigem Gebüsch geht es dann erstmals bergauf über niedrige dornige Gewächse, bis sich das Gelände abflacht zu einem Plateau mit hohen rund geschliffenen Felsen.

Beschrieben wurde diese Landschaft schon in den 1930er Jahren vom deutschen Geographen Hermann Lautensach. Er fand kreisförmig um das Hochplateau angeordnete Gebiete mit einer charakteristischen glazialen Morphologie vor. Von diesen fallen vor allem von Gletschermassen der Eiszeit zu stromlinienförmigen Rundhöckern umgestaltete Steine auf, ein weiteres Gebiet mit Findlingen im oberen Teil des Gebirges, ein schmaler Gürtel von Seiten- und Endmoränen sowie ein Gürtel glockenförmiger Felsen, Blockhalden und Geröllfeldern. Umgeben sind sie von Zwergwacholder. Diese Pflanze passt sich gut an starke Winde, Schneestürme und extreme Kälte an, da sie früh von Schnee bedeckt und damit geschützt ist.

Solch eine eiszeitlich gestaltete Felsenlandschaft kommt nicht oft auf der Iberischen Halbinsel vor, denn hier waren nur geringe Gebiete vereist. Eine vergleichbare Landschaft dürfte es außerdem nur in der Nähe von Zamora im galizisch-kastilischen Grenzgebiet geben. Ob Schafe diese Vegetation nach der Besiedlung beeinflusst haben? Darüber kann man nur spekulieren, ebenso darüber, wie dick die Gletscherkuppel hier einst war. Daveau, einer der Autoren des historisch-geografischen Werkes „Portugal O Sabor da Terra“ schätzt, es habe sich Eis in einem Umkreis von siebzig Quadratkilometern mit einer Dicke von 80 Metern auf dem Torre-Plateau befunden. Das unterhalb der Gletscher talwärts fließende eisige Wasser habe die Talgletscher des Zêzere, Alforfa, Estrela, Loriga, Covão Grande und Covão do Urso genährt.

Heute ist es in der Höhe einsam. Kein Schäfer erscheint plötzlich mit seiner Herde; nicht einmal Glöckchen bimmeln hinter fernen Felsen. Wer hier im Herbst zu Gast ist, sieht, wie der Wind Nebel vor sich hertreibt durch niedrige Kiefernwälder. Die harten Winter verhindern durch starke Winde, große Kälte und eine dicke Schneedecke, dass die Bäume hoch wachsen. Ein von Schäfern erbauter Steintisch mit Sitzblöcken dient einem Picknick zum Abschluss der Wanderung.

Einige Runden im Schwimmbad und danach ein Glas Wein im Teezimmer bieten im Hotel Entspannung. Der Raum hat mehrere Sitzgruppen, darauf viele Kissen, ein in Portugal beliebtes Arrangement. Wer Schweden schätzt, darf sich angesichts eines flackernden Kamins und ausgestellter Skier fast wie im Skimuseum von Mora am Siljansee fühlen, wo der Vasalauf stattfindet.

Hoteldirektorin Catarina verabschiedet sich am nächsten Morgen mit landesüblichen Wangenküssen vom in kurzer Kleidung startenden Mountainbike-Fahrer. Am Lenker klemmt ein Garmin Dakota-Navigationsgerät mit den Strecken der kommenden zwei Wochen. Am Gepäckträger hängen zwei mit Wäsche bepackte Ortlieb-Packtaschen. Kamera und Objektive sind im Wanderrucksack „trans alpine pro 28“ von Deuter untergebracht, der sie vor Erschütterungen der Straße schützen soll. Obwohl schon Anfang Mai, kann es morgens um zehn Uhr frisch auf der Hochebene von Penhas Douradas sein. Die Atemluft dampft. Der Auftakt ist leicht, die Abfahrt sanft. Schließlich befindet sich das Hotel auf 1.500 Metern Höhe. Nur Torre, Turm und Ziel der Rennradfahrer der Portugal-Rundfahrt auf diesem Berg, liegt mit gut 1.993 Metern höher. Der nur wenige Kilometer entfernte Turm auf dem höchsten Punkt der Estrela hat seinen Namen von dem einst hier errichteten Granitturm. In der Nähe liegt mit dem Lagoa Serrano ein kleiner Gebirgssee.

Alle Städte der bis nach Viseu reichenden Beira liegen hoch. Viseu befindet sich auf mehr als 450 Metern Höhe, während die näheren Orte, zum Beispiel auf Seiha 500, Pinhel auf mehr als 600 und Covilhã auf 700 Metern liegen. Übertroffen werden sie allerdings von der am höchsten liegenden Stadt Portugals Guarda auf 1.000 Metern Höhe, der Distrikthauptstadt der Inneren Beira (Beira Interior); dagegen ist Viseu, mit identischen administrativen Funktionen, die bedeutendste Stadt der Hohen Beira (Beira Alta). Sie aber zählt nicht zur Serra da Estrela. Bewohnbare Orte lagen schon immer am Fuß der Berge oder auf deren Gipfeln. Je weiter man die Landschaft von Viseu bis Gouveia nach Osten durchstreift und erlebt, desto mehr verändert sie sich. Die Wälder werden seltener, der Horizont weitet sich. Die Distanz zwischen den Dörfern beginnt sich zu vergrößern und an jedem Ort liegen die Häuser enger beieinander, nicht umsonst, denn Reisende nähern sich der alten Maurengrenze. Auch die häufigen Einfälle der nahen Kastilier fürchtete man in Portugal bis in die frühe Neuzeit hinein.

### **Was bedeutet Beira?**

Den Leser hat bestimmt der häufig benutzte Begriff Beira stutzig gemacht. Einst verstand man darunter in Zentralportugal die Gebiete Beira Alta und Beira Baixa. Heute fällt die Beira Alta durch eine Verwaltungsreform weitgehend mit dem Distrikt Guarda zusammen, die Beira Baixa mit dem Distrikt Viseu. Beira Alta und Baixa werden zur Beira Interior zusammengefasst.

Die Portugiesen verbinden mit dem Begriff Beira schon immer eine geographische Randlage an einem Fluss, einem Abgrund oder auch am Meer. Dann ist er aber auch im politischen und historischen Sinne als Grenze zwischen Christen und Moslems zur Zeit der im frühen Mittelalter einsetzenden Reconquista zu verstehen; im engeren geografischen Sinne kann man ihn auch als Grenzgebiet zur Serra da Estrela, dem Sterngebirge, deuten.

Die fundamentale Rolle der Serra da Estrela als Verteilerin des physikalischen Raums erscheint den Autoren von „Portugal O Sabor da Terra“ bereits ausgedrückt in einem 1527 verfassten Schreiben zur Regelung der Erhebung der Steuern an den König. Aufgeführt werden die zwischen dem Teil des Mondego und des Rio Côa gelegenen Gebiete, dann die zwischen dem Rio Côa und der Grenze mit Kastilien; im Folgenden zwischen dem Rio Mondego und der Serra da Estrela, von der westlichen Seite. Den Text aufmerksamer lesend, registrierte man, dass der Verfasser das höhere Massiv der Estrela berücksichtigt, das hauptsächlich aus Granit bestehe und auf den Gipfeln durch seine eiszeitliche Gletscherlandschaft markiert sei. Die Präsenz der Serra da Estrela als Grenze innerhalb der Beira Alta und Beira Baixa sei deshalb so fundamental. Im Winter und am Frühlingsanfang wirke das Weiß der Schneegipfel wie eine heilige Erscheinung.

Die Serra da Estrela gliedere genauso wie andere portugiesische Gebirge das Land. Die Menschen fühlten sich ihrem Teil zugehörig. Nach Galizien und somit im Raum des Rio Douro flachten die Berge ab. Lange, parallel laufende, Täler zwischen den Höhenzügen strukturierten dort den Raum. Es existierten mit den Randgebirgen in der Estremadura nahe Lissabon und Algarve ebenfalls das Leben trennende Gebirge, was zum einen ihrer Höhe geschuldet ist, zum anderen aber auch ihren unwirtlichen Bedingungen. Das Gebirge der Algarve zum Beispiel entspreche mit 500 Metern Höhe im Schnitt nur dem Charakter eines europäischen Mittelgebirges; es bestehe jedoch aus wasserundurchlässigem Schiefer und biete Land- und Forstwirten ungünstige Bedingungen. Sie seien daher extrem siedlungsarm und trennten die Wohngebiete der Menschen.



Viel lebensfreundlicher sind hingegen die Gebirge Serra do Caramulo und Serra da Nave zwischen Viseu und Porto, die auch eine Weinregion einschließen, in der die Flüsse Dão und Mondego parallel fließen: Der sandige Boden erhält gute Niederschläge und wird gut durchwässert. Einerseits gibt es dort wohl tiefe und ausgedehnte Täler, aber am Fuße der einschließenden Gebirge fallen kleine tektonische Becken ab und schaffen auf diese Weise speziell offene und fruchtbare Landschaften, so auch das Tal von Besteiros und das Becken von Mortágua, nahe von Caramulo, oder auch das von Seia, Arganil und Lousã entlang der Gebirgskette. Die Landwirtschaft wird vornehmlich in den kleinen abfallenden Becken am Fuße der Gebirge betrieben. Unter 400 Metern herrscht dort intensive Landwirtschaft mit Weinbergen sowie Orangen- und Olivenplantagen, allgemein Kennzeichen mediterraner Gebirge. Diesen Teil nennt man auch Beira Transmontana, also Landschaft jenseits der Berge. Genauso gesehen trennt die Serra da Estrela nicht nur, sondern strukturiert auch das Land. Die Beira umfasst die Täler des Douro, der bei Porto in den Atlantik mündet, und des Tejo, der bei Lissabon ins Meer fließt. Deshalb sind die Flüsse des Landesinneren nicht mit den beiden großen, die Grenzen von Norden bis Süden bestimmenden Flüssen, zu vergleichen.

### **Hervorragende Piste zum Radeln**

Zurück zur Tour: Für den Radler ist die Orientierung mit dem Navigationsgerät nicht immer leicht. Denn es ist kompliziert in der Bedienung; selbst das Gerät Garmin Dakota beginnt plötzlich rückwärts zu zählen. Kurz nach der Abfahrt zählt es auf einmal ab einem bestimmten Punkt rückwärts, eine Abzweigung zuvor aber gar nicht angezeigt. So erscheint es einfacher, der Ausschilderung nach Gouveia zu folgen, was kein Verlust ist, denn die Strecke ist schön. Der Weg führt vorbei an riesigen abgerundeten Felsen, die hoffentlich nicht gerade jetzt talabwärts poltern. Die Wirkung der Landschaft auf 1.400 Metern wird durch die üppige Ginsterblüte verstärkt. Natürlich kann man auf solch einer Höhe nicht den lieblichen Duft einer Landschaft mit Lavendel oder Rosmarin wie in der Provence erwarten. Ginster entwickelt sich gerne auf armen und gut drainierten tiefen Böden und liefern häufig in der obersten Bodenschicht einen milden Humus. Dafür darf man sich aber auf dem Pass nach Gouveia so frei wie in Norwegen fühlen; hier wie dort sieht man nur alle 30 Minuten ein Auto. Der Fahrtwind kühlt bei der Abfahrt. Es war gut, eine lange Hose einzupacken. Der Körper zittert leicht vor Kälte. Erst ab Mittag wird es im Mai wärmer, der ideale Monat für Radtouren in Zentralportugal.

Die Serpentinaen der Serra da Estrela sind hervorragend zum Biken ausgebaut. Bis Gouveia gibt es keine gefährlichen Kurven, die das Rad aus der Bahn werfen könnten; in jedem Fall sollte man abwärts auf unbekannter Piste vorsichtig fahren. Auch hier ist die Straße zwar breit, der Asphalt aber nicht unbedingt glatt; das Rad holpert, weshalb es sich oft so anfühlt, als hätte man Reifenprobleme. Manchmal gibt es auch Schlaglöcher, die aber für ein ruhig fahrendes Mountainbike unproblematisch sind. Zwar befinden sich immer wieder Parkbuchten entlang der Straße, leider bestehen viele Ruhesitze aber aus Beton, was im Sommer sicher angenehm kühlt, im Mai aber zu kalt ist. Insgesamt bietet sich seitlich immer genug Platz, so dass man sich relativ sicher fühlt. Viele Aussichtspunkte und breite Seitenstreifen machen die Tour angenehm.

Der Blick in die Landschaft reicht in der ersten Stunde sehr weit, ist aber bei weitem nicht so schön wie später von Seia oder São Romão aus, weil man die im Tal liegenden Dörfer nur in einem Dunstschleier liegen sieht. Die grandiose Bergkulisse wird hier so nah an der Straße noch nicht wirklich wahrnehmbar. Immer wieder finden sich auch Hinweise auf den nahen Jakobsweg wie zum Beispiel der, dass Santiago de Compostela in Galizien mit gut 300 Kilometern unfassbar nah ist. Auf der gesamten Strecke nach Gouveia gibt es nur kleine Siedlungen und einige verlassene Häuser. Die Landschaft erinnert an die andalusischen Berge, Wiesen werden unterbrochen von Orangen- und Zitronenhainen, hier aber gibt es nicht die vielfältige Landwirtschaft wie in Spanien. Oft sieht man nur hohe, von Büschen bewachsene, Abhänge. Die Abfahrten erinnern an die Eifel um Adenau und am Nürburgring. Hier wie dort wird auf Schildern dazu geraten, angesichts eines Gefälles von acht Prozent kräftig auf die Bremse zu treten. Es sieht auf dem ersten Blick verführerisch leicht aus; doch welche enorme Abfahrt hinter einem liegt, ist beim Blick zurück zu erkennen. Hier fahren die Motorradfahrer schneller und lauter als in der Eifel. Selbst mit Gepäck ist die Eifel insgesamt aber wesentlich anstrengender, weil dort die Straßen schmaler und kurviger sind, und weil es stärkere Anstiege und Gefälle wie zum Beispiel auf dem Markusberg bei Trier oder im Sauerbachtal Richtung Ahrweiler gibt. Daher vielleicht stehen im portugiesischen Gebirge keine Kreuze oder Totenköpfe am Straßenrand. Entweder fehlt hier die Tradition, oder es passiert weit weniger, schon weil es hier weniger Verkehr gibt und die Einheimischen sich streng an Verkehrsregeln halten. Sie kennen die Verhältnisse genau. Denn zu jeder Zeit könnten Schafe die Straße queren.

Empfehlenswert ist besonders der weitgehend unbenutzte lokale Zuweg nach Gouveia. Im Ort kommen Jugendliche gerade aus der Schule. Einer ruft „Very good!“ Auf einem Platz im Zentrum läuft eine lächelnde Frau in Motorradkleidung. Sie hat sicher die von außen bunt gekachelte Kirche fotografiert, denn die Kamera hält sie noch in der Hand. Diese aus dem Orient stammende Verzierung findet man in Portugal häufig. Ein Schild weist zu einem Museum; doch am ersten Tag spürt der Reisende mehr Drang, sich zu bewegen. Vielleicht bietet das gerade einmal 15 Kilometer entfernte Folgoso mehr. Die Menschen schauen dem exotischen Radler verwundert nach, doch bietet sich ihnen wenigstens etwas Abwechslung im Alltag. Es wird wärmer, sobald Nabais erreicht ist, Zeit, sich eine kurze Hose anzuziehen. Doch bellt dabei ein schrecklicher Hund zehn Minuten lang. Niemand kommt, ihn zu beruhigen. Sein Herr arbeitet derweil ungerührt auf der Rückseite des Hauses im Garten. Bis aufs unauffällige Dorf Melo folgen keine Orte mehr, eine fast leblose graue Gegend.

Vor Folgoso erheben sich von Einzelbäumen bewachsene Hänge. Man sieht terrassenartig angelegte Gärten, schmale Bäche und sehr viel gelb blühenden Spanischen Ginster. Ein Schild macht darauf aufmerksam, dass hier gejagt wird. Überraschend taucht ein älteres Paar mit Wanderstöcken auf. Die Frau hört das Einrasten der Schuhe in die XT-Pedalen. Sie winkt freundlich zurück. Ein Jeep kommt den Weg herunter. Auf der Ladefläche sitzen junge Soldaten und winken ebenfalls. Dann tauchen schon die ersten Häuser von Folgoso auf. Auf einem Schild ist zu erkennen, dass das Restaurant O Albertino zum Imbiss einlädt. Es erfreut das Auge, dass hier wenigstens renoviert wird. Zuvor waren etliche verfallene Häuser zu sehen. Auf dem Dach eines Hauses sind gerade Dachdecker beschäftigt. Offenbar bringen die Soldaten Devisen, so dass es sich lohnt, die aus grauem Granit errichteten Häuser wiederherzurichten. Eine oberhalb des Zentrums liegende mittelalterliche Burg ist noch erhalten; auf deren Zuweg laufen einige Soldaten. In der schlichten Ortskapelle sind keine Kunstschätze zu erwarten. Beim Betreten des Restaurants erfasst den Radler wieder das Mittelmeergefühl angesichts Karten spielender Männer. Bald bildet sich hinter ihnen sogar eine Reihe Zuschauer. Auch ein Mann in einem farbig bekleckten Overall schaut herein. Er scheint der einzige zu sein, der arbeitet. Daher bleibt er auch nur kurz. Für 5,60 Euro bringt eine Kellnerin eine Platte mit weichem sahnigen Gebirgskäse (Queijo Serra); dazu gibt es geräucherte Paprikawurst (chouriço), knusprig gebratene Bauernwurst (salpicão) und viel Brot (pão). Portugiesische Küche ist nicht der spanischen gleichzusetzen. Gewürze und Kräuter werden reichlicher aufgetischt. Schon der Anblick ist appetitanregend.

### **Schafe sorgen für Delikatessen**