

POLYGLOTT

# SÜDFRANKREICH

ON TOUR

*19 individuelle Touren durch die Region*



Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

# Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Redaktionsleitung: Grit Müller

Verlagsredaktion: Anne Kathrin Scheiter

Autoren: Manfred Braunger, Muriel Brunswig


Redaktion: Anja Lehner

Bildredaktion: Tamara Hansinger

Layoutkonzept/Titeldesign: fpm factor product münchen

Kartografie: Theiss Heidolph und Kunth Verlag GmbH & Co. KG

eBook-Herstellung: Anna Bäumner, Martina Koralewska

 ISBN 978-3-8464-0674-8

1. Auflage 2019

GuU 0674 05\_2019\_02

## Bildnachweis

Coverabbildung: Lookphotos/Siering, Martin

Fotos: Brunswig, Muriel: >, >; Catch-the-Day/Braunger, Manfred: >, >, >, >, >, >; Fotolia/bacalao: >; Fotolia/Graille, Philippe: >; Fotolia/oscity: >; Getty Images/Moirenc, Camille: >; imago/PanoramiC: >; laif/Amiel, Jean-Claude: >; laif/Haidinger, Robert: >; laif/hemis.fr/Azam, Jean-Paul: >; laif/hemis.fr/Barrere, Jean-Marc: >; laif/hemis.fr/Cavalier, Michel: >; laif/hemis.fr/Cintract, Romain: >; laif/hemis.fr/Frumm, John: >; laif/hemis.fr/Hauser, Patrice: >; laif/hemis.fr/Moirenc, Camille: >; laif/Le Figaro Magazine: >; laif/Le Figaro Magazine/Prignet: >; laif/Marshall, Rebecca: >; laif/REA/Gelebart, Alexandre: >; laif/Redux/The New York Times/Haslam, Andy: >; laif/robertharding/Emmerson, Neil: >; Lookphotos/Wothe, Konrad: >; mauritius image/Alamy/Gilbert, Jeff: >; mauritius images/Alamy/niceartphoto: >; mauritius images/Photononstop: >; mauritius images/Alamy/WorldPix: >; Seasons Agency/Jalag/Lanneretonne, Anthony: >; Shutterstock/Arcachonphoto: >; Shutterstock/Chica, Jon: >; Shutterstock/Dufek, Adam: >; Shutterstock/Fesenko, Ievgenii: >; Shutterstock/FotoMonkey: >; Shutterstock/Leppens, Daniel: >; Shutterstock/PHB.cz/Semik, Richard: >; Shutterstock/Picturereflex: >; Shutterstock/Prochasson, Frederic: >;

Shutterstock/sh.el.photo: >; Shutterstock/Staerk, Rolf E.: >; Shutterstock/Telly: >; Shutterstock/Trejo, Anibal: >; Shutterstock/urbanlight: >; Shutterstock/Vynogradova, Lilyana: >; Shutterstock/Wodniack, Jef: >; stock.adobe.com/ArTo: >; stock.adobe.com/Deborde, Jeanmichel: >; stock.adobe.com/Fabien: >; stock.adobe.com/minicel73: >, >; stock.adobe.com/Pat on stock: >; stock.adobe.com/PHB.cz: >; stock.adobe.com/Schmid, Horst: >; stock.adobe.com/Seybert, Gerhard: >.

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Bei Interesse an maßgeschneiderten B2B-Editionen: [gabriella.hoffmann@graefe-und-unzer.de](mailto:gabriella.hoffmann@graefe-und-unzer.de)

Die Polyglott-Homepage finden Sie im Internet unter [www.polyglott.de](http://www.polyglott.de)



[www.facebook.com](http://www.facebook.com)

GRÄFE  
UND  
UNZER

---

*Ein Unternehmen der*  
GANSKE VERLAGSGRUPPE



# Los geht's!

Nutzen Sie vielfältige Verlinkungen für noch mehr Lesespaß!

## ZWISCHENSTOPP: RESTAURANT

**Comida de Santo** 4 €€

[Tourenkarte](#) | [Online-Karte](#)

Eines der besten brasilianischen Restaurants der Stadt

- Calçada Engenheiro Miguel Pais 39

Sie haben die Wahl zwischen der Touren- und Online-Karte.

**KARTE:** [Tourenkarte](#)

**DAUER:** 4–5 Std.

**PRAKTISCHER HINWEIS:**

- Die Anfahrt erfolgt per Bahn (Estação Ferroviária do Rossio) oder bis [Restauradores](#). Zurück geht es ab [São Sebastião](#).

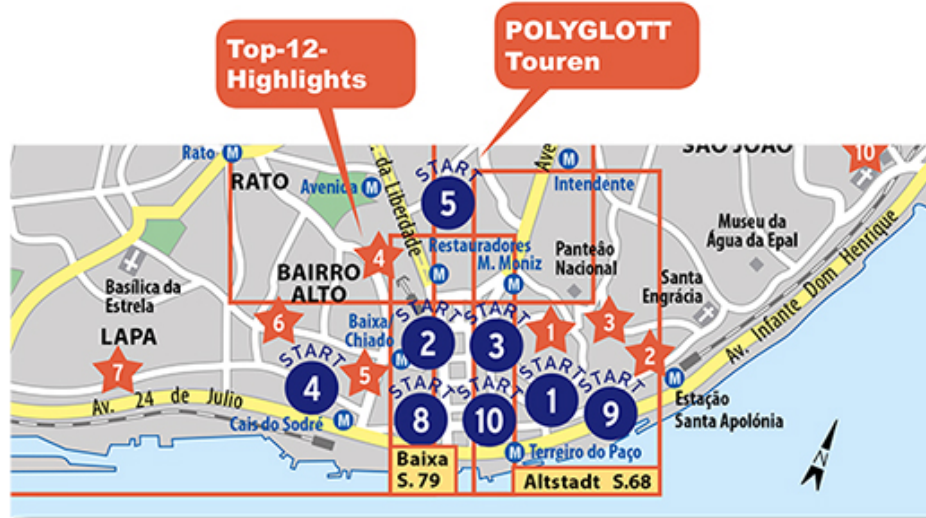
Finden Sie im Verkehrslinienplan ganz einfach den Ausgangspunkt Ihrer Tour.

Im Westflügel des Klosters ist das [Museu de Marinha](#) mit einer Sammlung zur portugiesischen Seerahrtsgeschichte untergebracht. Sie umfasst Schiffsmodelle, nautische Instrumente und Seekarten sowie im Außenbereich auch kleinere Originalboote (<http://museu.marinha.pt>, tgl. 10-18, Okt.-April 10 bis 17 Uhr, 6,50 €).

Springen Sie direkt von den Tourstationen im Text auf die entsprechende Detailkarte.

# Anklicken und Lostouren!

Mit einem Klick von der Karte direkt zum jeweiligen Textabschnitt springen.



## **SYMBOLE ALLGEMEIN**

- 39 Erstklassig: Besondere Tipps der Autoren
- 33 Seitenblick: Spannende Anekdoten zum Reiseziel
- 1 Top-Highlights und
- 10 Highlights der Destination

## **TOUR-SYMBOLE**

- 1 Die POLYGLOTT-Touren
- 6 Stationen einer Tour
- 1 Hinweis auf 50 Dinge

## **PREIS-SYMBOLE**

	Hotel DZ	Restaurant
€	bis 80 EUR	bis 10 EUR
€€	80 bis 150 EUR	10 bis 30 EUR
€€€	über 150 EUR	über 30 EUR

## Zeichenerklärung der Karten



beschriebene Region  
(Seite=Kapitelanfang)



Sehenswürdigkeiten



Tourenvorschlag



Autobahn



Schnellstraße



Hauptstraße



sonstige Straßen



Fußgängerzone



Eisenbahn



Staatsgrenze



Landesgrenze



Nationalparkgrenze



# TOP-12-HIGHLIGHTS

## Die wichtigsten Sehenswürdigkeiten

### 1 GORGES DU VERDON >

Die wildromantische Schlucht lädt zu Wanderungen und Kanutouren ein.

### 2 MONACO-VILLE >

In der Altstadt stehen der Fürstenpalast und das berühmte Meereskundemuseum.

### 3 CORNICHES, CÔTE D'AZUR >

Eine Autofahrt zwischen Menton und Nizza verspricht fantastische Aussichten.

### 4 NIZZA, STADTTEIL CIMIEZ >

Zwei bedeutende Kunstmuseen zeigen Werke von Matisse und Chagall.

### 5 GRASSE, ALTSTADT >

Auf der zentralen Place aux Aires findet täglich ein bunter Blumenmarkt statt.

### 6 MONT VENTOUX >

Der karge, windgepeitschte Gipfel ist eine Herausforderung für Radsportler.

### 7 AVIGNON, PAPSTPALAST >

Einige der größten Künstler ihrer Zeit schmückten die Privatgemächer der Päpste.

### **8 PONT DU GARD >**

Das hervorragend erhaltene Aquädukt ist ein Meisterwerk antiker Ingenieurskunst.

### **9 CAMARGUE >**

Markenzeichen der naturgeschützten Sumpflandschaft sind die weißen Pferde.

### **11 CARCASSONNE, CITÉ >**

Ein doppelter Mauerring mit 52 Wehrtürmen umschließt die Festungsstadt.

### **11 ST-BERTRAND-DE-COMMINGES >**

Von der einstigen Bedeutung als Station auf dem Jakobsweg zeugt die Kathedrale.

### **13 BORDEAUX, ALTSTADT >**

Klassizistische Prachtbauten und Weinlagerhäuser säumen das Garonne-Ufer.

# ALLE TOUREN AUF EINEN BLICK

mehr entdecken, schöner reisen

Perfekte Planung > Parallel > aufschlagen

TOUREN		REGION	DAUER
<b>TOUR</b> <b>1</b>	<b>Gipfelrunde in den Hochalpen</b>	Französische Alpen	2 Tag
<b>TOUR</b> <b>2</b>	<b>Französische Seealpen</b>	Französische Alpen	1-2 Tage
<b>TOUR</b> <b>3</b>	<b>Parc National des Écrins</b>	Französische Alpen	mind. 1 Tag
<b>TOUR</b> <b>4</b>	<b>Glanzlichter der Riviera</b>	Côte d'Azur	3-4 Tage
<b>TOUR</b> <b>5</b>	<b>Künstlerdörfer im Hinterland</b>	Côte d'Azur	1-2 Tage
<b>TOUR</b> <b>6</b>	<b>Inseln im Golf von Hyères</b>	Côte d'Azur	1 Tag
<b>TOUR</b> <b>7</b>	<b>Highlights der Provence</b>	Rhône-Tal und Provence	7 Tag
<b>TOUR</b> <b>8</b>	<b>Landpartie in Lavendelblau</b>	Rhône-Tal und Provence	3-4 Tage
<b>TOUR</b> <b>9</b>	<b>Strände und stolze Städte</b>	Languedoc und Cevennen	2-3 Tage
<b>TOUR</b> <b>10</b>	<b>Durch Täler und Schluchten</b>	Languedoc und Cevennen	3-4 Tage
<b>TOUR</b> <b>11</b>	<b>Eselwandern in den Cevennen</b>	Languedoc und Cevennen	8 Tage
<b>TOUR</b> <b>12</b>	<b>Berge, Burgen, Badestrände</b>	Französische Pyrenäen	3-5 Tage
<b>TOUR</b>		Französische	4-5 Tage

<b>TOUR</b> <b>13</b>	<b>Von Perpignan nach Biarritz</b>	französische Pyrenäen	4-5 Tage
<b>TOUR</b> <b>14</b>	<b>Meer, Reben und Steinzeit</b>	Der Südwesten	7-10 Tage
<b>TOUR</b> <b>15</b>	<b>Radtour an der Silberküste</b>	Der Südwesten	4 Tage
<b>TOUR</b> <b>16</b>	<b>Im Tal der Charente</b>	Der Südwesten	1 Tag
<b>TOUR</b> <b>17</b>	<b>Große Südfrankreich-Rundfahrt</b>	Extra-Tour	3 Wochen
<b>TOUR</b> <b>18</b>	<b>Von der Riviera in die Pyrenäen</b>	Extra-Tour	1 Woche
<b>TOUR</b> <b>19</b>	<b>Auf dem Jakobsweg</b>	Extra-Tour	3-4 Tage



© laif/robertharding/Emmerson, Neil

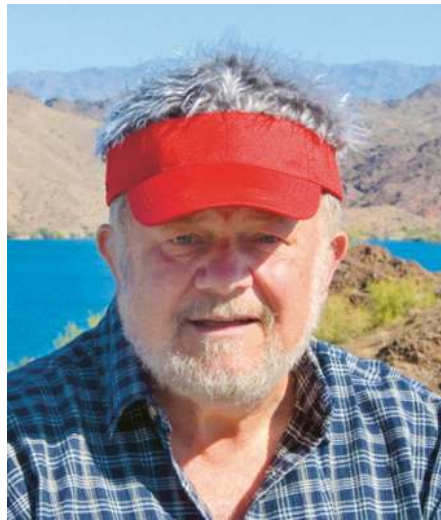
Im Hafen von Cannes, Treffpunkt des internationalen Jetsets, ankern einige der exklusivsten Luxusjachten der Welt

**TYPISCH**



# SÜDFRANKREICH IST EINE REISE WERT!

**Weltberühmte Maler entdeckten Frankreichs Süden, lange bevor sich die Region zur attraktiven Urlaubersdestination entwickelte. Ganz zufällig geschah dies nicht: Der Landesteil zwischen Côte d'Azur und Atlantikküste zählt zum Besten, was die Grande Nation zu bieten hat.**



*© Catch-the-Day/Braunger,  
Manfred*

## **MANFRED BRAUNGER**

machte nach dem Studium der Politologie, Soziologie und Ethnologie seine Reiseleidenschaft zum Beruf. Er ist Autor von diversen Reiseführern, Bildbänden und Zeitschriftenartikeln. Zwischen seinen Reisen nach Frankreich lebt er in Freiburg im Breisgau, einen Katzensprung von der Grenze entfernt.



© Getty Images/Moirenc, Camille

Frédéric Mistral widmete sein Leben der provenzalischen Volkskultur

Unbeeindruckt vom einsetzenden Platzregen blickt der von Grünspan überzogene Literaturnobelpreisträger Frédéric Mistral auf der Place du Forum in Arles von seinem Podest in die Blätterkronen der Platanen. Mit einem kurzen Spurt rette ich mich unter eine dotterfarbene Markise ins Trockene, die Tische und Stühle überspannt. »Café La Nuit« steht in großen Buchstaben an der sonnenblumengelben Rückwand. Der rubinrot leuchtende Rosé, den der Kellner auf meinen Tisch stellt, passt in den provenzalischen Farbenreigen. Kein Wunder. Wo ich sitze, verbrachte vor über 120 Jahren Vincent van Gogh seine Arbeitspausen beim einen oder



anderen Glas Absinth. 1888 pinselte er seine Stammkneipe auf Leinwand und schuf damit eines seiner bekanntesten Werke. Ich habe das Gemälde als Postkarte bei mir, um Vergleiche anzustellen. Die Ähnlichkeit ist frappierend und erklärt, warum das Café trotz zweifelhafter kulinarischer Qualität stets regen Zulauf hat.

Das schattenlose Licht, die klaren Farben und der vom Mistral wolkenleer gefegte blaue Himmel Südfrankreichs schlugen nicht nur das niederländische Malergenie in Bann. Schon vor Jahrzehnten begann ich Winkel und Gegenden zu erkunden, in denen Frankreichs Künstlerelite Staffeleien aufbaute oder in Ateliers den unvergleichlichen Zauber der Region mit Pinsel und Farbe auf Leinwand festhielt. So wie im Filmgeschäft Locationscouts nach passenden Drehorten Ausschau halten, vertraue ich Malern mit Gespür für das Augenscheinliche, wenn ich selbst auf der Suche nach Motiven bin (wobei ich meine Bilder nicht auf Leinwänden, sondern auf Speicherkarten mit mir herumtrage).



© Shutterstock/Wodniack, Jef

Im Werk von Paul Cézanne spielt die Montagne Ste-Victoire eine zentrale Rolle

Wenn mir der Rummel in Aix-en-Provence trotz historischer Altstadtgassen und regionaler Köstlichkeiten auf dem Bauernmarkt zu viel wird, mache ich mich auf den Weg ins östliche Umland. Schon vom Stadtrand aus ist das schroffe, graubleiche Bergmassiv der Montagne Ste-Victoire auszumachen, das Paul Cézanne hundertfach so malte, dass man wilden Lavendel, Rosmarin und Kiefernharz auf seinen Bildern fast zu riechen glaubt. Von Pablo Picasso wird erzählt, er habe sich mit dem Gedanken getragen, die Montagne Ste-Victoire zu kaufen. In den letzten zweieinhalb Lebensjahrzehnten lebte und arbeitete er an seiner geliebten Côte d'Azur, wo sich der Wandel zum touristischen Hotspot erst anzubahnen begann. Viel Fantasie brauche ich nicht, um mir vorzustellen, wie ihn der Wellenschlag an der Promenade von Cannes, das außergewöhnliche Licht und die seidige Meeresluft zu seinen Werken beflügelten. Lang her scheinen die Zeiten, als der weltberühmte Künstler unter einem ausladenden Strohhut mit Dackel Lump an der Leine am Hafen von St-Tropez spazieren gehen konnte wie einer unter vielen. Heute reibe ich mir verwundert die Augen darüber, wie unverhohlen sich Goldkettchen tragende Geldaristokraten und Jetsetter auf millionenteuren Jachten dem gaffenden Fußvolk zur Schau stellen. Als Picasso 1919 seinen ersten Urlaub an der Côte verbrachte, hauchte der kranke Impressionist Auguste Renoir in seinem Landhaus Les Collettes in Cagnes-sur-Mer eben sein Leben aus. Von der Terrasse des heutigen Museums präsentiert sich mir ein mit knorrigen, altersgebeugten Olivenbäumen bestandener mediterraner Garten, der den rheumakranken Künstler vielleicht zum duftigen Farbenspiel mancher seiner Werke angeregt hat.



© Shutterstock/Trejo, Anibal

Das Fischerdorf Collioure ist die Geburtsstätte des Fauvismus

Der Blick auf den strahlend blauen Meeresstreifen am Horizont hat sich mir ebenso ins Gedächtnis gebrannt wie das Panorama, das sich mir an der Plage Boramar mitten in der 3000-Seelen-Gemeinde Collioure an der Côte Vermeille über ein Eisbechergebirge mit Sahnegletscher hinweg bietet: Zum Greifen nah ein sandiger Flecken Badestrand, an dem die müde Hafenbrandung leckt, links die Kirche Notre Dame des Anges, die mit ihrem aus Naturstein gemauerten Turm eher an eine Festung erinnert, rechts das alte Château Royal, hinter dem sich die grünen Pyrenäenhöhen bis in das spanische Katalonien erstrecken. Angesichts der Postkartenszenerie würde ich mich wundern, wenn Künstler wie Albert Marquet und André Derain nicht



auf die Idee gekommen wären, die Bilderbuchgemeinde in eine Künstlerkolonie zu verwandeln.

Im Westen von Collioure ruft mir die akkurate Geometrie der sich bis fast an den Atlantik ausdehnenden Rebärten ins Gedächtnis, dass der Süden Frankreichs neben optischen Preziosen auch um »geistige« Werte nicht verlegen ist.

Vermutlich haben edle Tropfen aus dem Languedoc-Roussillon und der Region um Bordeaux Kunstschaffenden schon immer kreative Geistesblitze beschert ...

# WAS STECKT DAHINTER?

**Die kleinen Geheimnisse sind oftmals die spannendsten. Hier werden die Geschichten hinter den Kulissen erzählt.**

## WIESO HÄNGT ÜBER MOUSTIERS-STE-MARIE EIN GOLDENER STERN?

Über der Schlucht von Moustiers-Ste-Marie hängt an einer fast 200 m langen Kette ein goldener Stern zwischen den Felsen. Er soll sich schon seit Jahrhunderten dort befinden und wird immer wieder erneuert. Um seine Herkunft ranken sich zahlreiche Legenden - einige verweisen auf Liebesgeschichten, andere auf den Templerorden. Die plausibelste Erklärung besagt, dass ein heimkehrender Kreuzritter den Stern zum Dank dafür anbringen ließ, dass er nach langen Jahren der Gefangenschaft im Heiligen Land endlich seine verloren geglaubte Heimat wiedersehen durfte. Sie gibt aber keine Antwort auf die Frage, wie man die Kette in solcher Höhe befestigen konnte ...

## WESHALB WIRD NÎMES AUCH ALS HEIMAT DER JEANS BEZEICHNET?

Im 18. und 19. Jh. entwickelte sich Nîmes zu einem bedeutenden Zentrum der Textilproduktion. Der hier produzierte Serge de Nîmes, ein weicher und gleichzeitig widerstandsfähiger Stoff, war gefragt und wurde in viele Länder exportiert. Besonders in Amerika fanden die Stoffe aus Nîmes (de Nîmes = Denim) reißenden Absatz: 1849 brach in Kalifornien der Goldrausch aus und die Goldgräber benötigten bei ihrer harten Arbeit strapazierfähige Kleidung. Der deutsche Auswanderer Levi Strauss verarbeitete Denim in San Francisco zu jenen an den Taschen mit Niete

verstärkten Hosen, die dann ihren Siegeszug rund um den Globus antraten. Den Namen Jeans verdanken sie der Hafenstadt Genua (frz. Gênes), von der aus die Kaufleute den Stoff nach Amerika exportierten.

## **WARUM STEHT BEI NOTRE DAME DE LA GARDE IN MARSEILLE EIN PANZER?**

Der Hügel, auf dem sich die Kathedrale erhebt, war als höchster Punkt der Stadt im Zweiten Weltkrieg hart umkämpft, wovon noch heute Einschussspuren zeugen. Starke deutsche Verbände hatten sich hier oben verschanzt, gegen die die Résistance nichts ausrichten konnte. Erst am 28. August 1944 rückten freifranzösische Verbände in die Stadt ein, denen es schließlich gelang, Marseille zu befreien. Der heute auf der Place du Colonel Edon abgestellte Panzer Jeanne d'Arc wurde während der Kämpfe von der deutschen Artillerie zerschossen. Alljährlich am 28. August findet um ihn herum eine Gedenkveranstaltung zur Erinnerung an den Tag der Befreiung statt.

# 50 DINGE, DIE SIE ...

**Hier wird entdeckt, probiert, gestaunt, Urlaubserinnerungen werden gesammelt und Fettnäpfe clever umgangen. Diese Tipps machen Lust auf mehr und lassen Sie die ganz typischen Seiten erleben. Viel Spaß dabei!**

## ... ERLEBEN SOLLTEN

- 1 Schnupperkurs** Nach kurzer Einführung in die Kunst der Parfümherstellung darf man sich bei Galimard in Grasse > aus über 100 Essenzen seinen eigenen Duft mischen (tgl. 10, 14, 16 Uhr, 2 Std., 53 € inkl. 100 ml Eau de Parfum).
- 2 Das Glück der Erde ...** Sie leben halbwild, geben sich aber zahm: die weißen Pferde, auf deren Rücken sich in der Domaine de la Palissade [Online-Karte](#) ein noch ursprüngliches Stück Camargue entdecken lässt (13129 Salin de Giraud, [www.palissade.fr](http://www.palissade.fr)).
- 3 Radtour durch Reben** Bei den geführten Touren von Baja Bikes lernt man die Weinberge rund um St-Emilion > kennen. Unterwegs bleibt auch Zeit, den einen oder anderen Merlot zu verkosten (Tel. 06 46 25 21 99, [www.bajabikes.eu](http://www.bajabikes.eu), 3 Std., ab 2 Pers. 75 €, ab 4 Pers. 60 €).
- 4 Mont Ventoux im Mondlicht** Die Verkehrsämter von Malaucène und Bédoin bieten im Sommer geführte Nachtwanderungen auf den Mont Ventoux > an, bei denen man auf dem Gipfelplateau biwakiert und frühmorgens den Sonnenaufgang erlebt ([www.bedoin.org](http://www.bedoin.org)).

**5 Flirt mit Fischen** An der Plage de la Palud auf Port-Cros > startet ein Unterwasserlehrpfad, der Teil des Naturschutzgebiets ist – entsprechend selbstbewusst gebärden sich die Meeresbewohner (am Hafen ausgeschildert, dort auch Verleih von Schnorchelausrüstung).

**6 Entenspriztour** Freiheit und französisches Savoir-vivre – das verbinden 2CV-Fans mit der wackligen Blechkiste. In Aubeterre-sur-Dronne kann man Enten mieten und mit einem Picknickkorb im Kofferraum die Region Poitou-Charentes erkunden (Tel. 06 31 20 68 33, [www.tourdecanard.com](http://www.tourdecanard.com), ab 109 €).

**7 Schluchtabenteuer** In La Malène starten Kanutouren durch den schönsten Abschnitt der Gorges du Tarn >, einer wilden, von himmelhohen Felsen gerahmten Schlucht (Canoe Moulin de la Malène [Online-Karte](#), 48210 La Malène, Tel. 04 66 48 51 14, [www.canoeb Blanc.com](http://www.canoeb Blanc.com), ab 34 € für 2 Pers.).

**8 Pont du Gard-Plage** Bei einem Ausflug zum Pont du Gard > bei Nîmes im Sommer nimmt man am besten Badesachen mit: Etwa 200 m vom Aquädukt entfernt werden am Flussufer öffentliche Strände eingerichtet.

**9 Lavendelmeer** Lavendelfelder umgeben den hübschen Ort Sault – auf dem 5 km langen Chemin des Lavandes spaziert man mittendurch und erfährt dabei auf Tafeln Interessantes zu Anbau und Verarbeitung (Start: Parkplatz an der D 164, 1,3 km Richtung Mont Ventoux).





© stock.adobe.com/Seybert, Gerhard

Wo immer sich eine freie sandige Fläche findet, wird in Südfrankreich Pétanque gespielt

**10** **Ran an das Schweinchen** Warum nicht mal eine ruhige Kugel in dem Ort schieben, wo Jules Le Noir 1910 das Pétanque-Spiel erfand: Zur Bar Les Deux Pétou [Online-Karte](#) in La Ciotat gehören drei Boulebahnen – den Apéro kann man mitnehmen (10, av. André Bellon, 13600 La Ciotat).

## ... PROBIEREN SOLLTEN

**11** **Bouillabaisse** Das Miramar [Online-Karte](#) am Vieux Port von Marseille ist die klassische Adresse für die mit *rouille* und Knoblauchbrot servierte mediterrane Fischsuppe. Küchenchef Buffa gibt an jedem dritten Donnerstag im Monat auch Bouillabaisse-Kochkurse (12, quai du Port, 13002 Marseille, [www.lemiramar.fr](http://www.lemiramar.fr)).

⑫ **Cannelés de Bordeaux** Die köstlichen Küchlein mit knuspriger karamellisierter Kruste und saftigem Kern verlieren nach ein paar Stunden ihren ganzen Charme. Daher unbedingt offenfrisch probieren – z.B. bei Baillardran [Online-Karte](#) (Centre Commercial Les Grands Hommes, 33000 Bordeaux, [www.baillardran.com](http://www.baillardran.com)).

⑬ **Banon Chèvre** Der in Kastanienblätter gewickelte und mit Bast verschnürte Ziegenkäse ist ein guter Grund für einen Ausflug nach Banon. Bei der Charcuterie Melchio stapeln sich die Käselaike und von der Decke baumeln *brindilles*, ellenlange, fingerdünne Würste mit Walnüssen, Pinienkernen, Wacholder oder Paprika (Place de la République, 04150 Banon).

⑭ **Lavendel aus der Waffel** An die 60 Sorten Eis und über 30 Sorbets machen die Wahl nicht leicht, doch bei Fenocchio [Online-Karte](#) in Nizza liegt man eigentlich immer richtig. Intensiv nach Sommer und Süden schmeckt die Sorte *lavande* (2, pl. Rossetti, 06300 Nice, [www.fenocchio.fr](http://www.fenocchio.fr)).

⑮ **Cassoulet** Der Bohneneintopf mit Schweinefleisch, Würsten und Gänse- oder Entenconfit ist der ganze Stolz von Castelnaudary. Er ist nicht gerade eine Diätspeise, aber gewisse Opfer müssen gebracht werden (Le Tirou [Online-Karte](#), 90, av. Monseigneur Delangle, 11400 Castelnaudary, [www.letirou.com](http://www.letirou.com)).

⑯ **Klassewein** Das Château Prieuré-Lichine [Online-Karte](#) ist eines der bekanntesten Weingüter der Médoc-Region Margaux und als Grand Cru Classé eingestuft. Hier gibt es nicht nur rote Tropfen zum Verkosten, sondern auch weiße – den Benediktinern sei Dank. Hatte das Rot doch zu deutliche

Flecken auf den weißen Roben hinterlassen ... (33460 Cantenac, [www.prieure-lichine.fr](http://www.prieure-lichine.fr)).

17 **Süß wie die Sünde** Seit dem 16. Jh. wird in Montélimar weißer Nougat mit Mandeln und Pistazien hergestellt. Bei Arnaud Soubeyran [Online-Karte](#) kann man dabei zusehen und natürlich auch probieren und kaufen (Av. du Gournier, 26204 Montélimar, [www.nougatsoubeyran.com](http://www.nougatsoubeyran.com)).

18 **Socca** Die Kichererbsenfladen sind eine Spezialität aus Nizza. Bei Chez Pipo [Online-Karte](#) sitzt man an Bistrotischen in der Gasse und sieht durchs Fenster dabei zu, wie der Koch aus dem Holzofen riesige Bleche mit Socca zieht, die dann warm auf den Tisch kommt (13, rue Bavastro, 06000 Nice, [www.chezpipo.fr](http://www.chezpipo.fr)).

19 **Tapenade** Die Paste aus Oliven, Kapern und Knoblauch schmeckt bei einem Picknick gut auf Brot. In der Ölmühle Ramade [Online-Karte](#) nahe der Olivenhochburg Nyons wird sie aus besten Zutaten frisch zubereitet (7, impasse du Moulin, 26110 Nyons, [www.moulinramade.com](http://www.moulinramade.com)).





© mauritius image/Alamy/Gilbert, Jeff

Im Becken von Marennes-Oléron züchten Fischer die Festtagsaustern der Franzosen

**20** Gourmetaustern Aus Marennes am Atlantik kommen die begehrten, in Brackwasser fein geklärten *huitres verts*,

deren grüne Farbe einer Alge zu verdanken ist. An Ständen kann man sie frisch probieren, auf der Terrasse von Le Buccin [Online-Karte](#) sitzt man dabei auch schön (6, rue des Martyrs, 17320 Marennes, [www.restaurant-lebuccin-marennes.fr](http://www.restaurant-lebuccin-marennes.fr)).



© laif/hemis.fr/Barrere, Jean-Marc

Wind und Wasser verändern das Bild der riesigen Dune du Pilat täglich

## ... BESTAUNEN SOLLTEN

**21** **Sensation aus Sand** Bei Arcachon kann Europas größte Wanderdüne bestiegen werden, die Dune du Pilat > 3 km lang, bis zu 500 m breit und von niemandem in Zaum zu halten. 5 m kommt der riesige Sandhaufen jedes Jahr voran.

**22 Panoramafriedhof** Der Cimetière du Trabuquet [Online-Karte](#) in Menton > ist in vier Terrassen angelegt, von denen jede einer Nation bzw. Religion zugeordnet ist. Die Grabmonumente auf dem alten Friedhof sind richtige Schönheiten, aber der grandiose Blick über die Bucht, auf den Hafen und die Dächer der Altstadt übertrifft alles (Ch. du Trabuquet, 06500 Menton).

**23 Literaturtempel** Im 1000-Seelen-Dorf Banon lagern in der Buchhandlung Le Bleu [Online-Karte](#) in einem Ensemble alter Häuschen 200.000 Bücher in Regalen, auf Treppen und Fensterbänken – man sieht sich als Konkurrenz zu Amazon (Pl. St-Just, 04150 Banon, [www.lebleuet.fr](http://www.lebleuet.fr)).

**24 Grüner Diamant** Im Diamant Vert, dem enormen Gewächshaus des Parc Phoenix [Online-Karte](#) in Nizza, spaziert man durch sechs Klimazonen und sieht die Pflanzenwelt dabei zur Abwechslung auch mal von unten (405, prom. des Anglais, 06200 Nice, [www.parc-phoenix.org](http://www.parc-phoenix.org)).

**25 Van Gogh in 3D** Ein Déjà-vu-Erlebnis beschert Malereifans der Pont de Langlois [Online-Karte](#) südlich von Arles >. Vincent van Gogh malte die hölzerne Klappbrücke 1888 aus unterschiedlichen Blickwinkeln (Rue Gaspard Monge, 13200 Arles).





© mauritius images/Alamy/WorldPix

Die Schwebefähre über die Charente zwischen Rochefort und Échillais ist die letzte ihrer Art in Frankreich

**26 Fahrende Brücke** Zwischen Rochefort und Échillais verbindet seit 1900 der Pont Transbordeur die beiden Charente-Ufer, eine einzigartige, an zwei stählernen Pylonen aufgehängte Schwebefähre.

**27 Quallenleuchter** Ernst Haeckels berühmte Abbildungen von Medusen lieferten die Vorlage für den mit filigranen Glastentakeln versehenen Jugendstillüster in Monacos Musée Océanographique >.

**28 Steinzeitgalerie** Die Höhle von Lascaux, die Forscher gern als »sixtinische Kapelle der Frühgeschichte« bezeichnen, verschlägt Besuchern mit ihrer überwältigenden Bilderflut auch als originalgetreuer Nachbau > den Atem.