

POLYGLOTT

POLNISCHE OSTSEEKÜSTE

ON TOUR

15 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

Autorin: Renate Nöldeke

Redaktion: Elke Sagenschneider Texte und Projekte, München

Bildredaktion: Kathrin Schäfer

Layoutkonzept/Titeldesign: Independent Medien Design, München Horst Moser (Artdirection), Lucie Heselich

Kartografie: Huber Kartographie GmbH

eBook-Herstellung: Anna Bäumner, Martina Koralewska

 ISBN 978-3-8464-0740-0

1. Auflage 2019

GuU 0740 08_2019_02

Bildnachweis

Coverabbildung: mauritius images/Gospodarek, Mikolaj

Fotos: Alamy/Cwalina, Arletta: >; Alamy/King, Gregory: >; fotolia/ysuel: >; Getty Images/ewg3D: >, >, >; Getty Images/fhm: >; Getty Images/MichalLudwiczak: >; Getty Images/NurPhoto/Fludra, Michal: >; Getty Images/pilesasmiles: >; Getty Images/Sadura, Henryk: >; Getty Images/Spatari, Alexander: >; Huber Images/Merten, Hans-Peter: >; Huber Images/Schmid, Reinhard: >; laif/Modrow, Joerg: >; laif/Redux/The NewYorkTimes: >; laif/robertharding/Runkel, Michael: >; laif/Schwelle, Dagmar: >, >, >, >; laif/Volk, Stefan: >; LOOK-foto/age fotostock: >; LOOK-foto/Stankiewicz, Thomas: >; mauritius images/age: >; mauritius images/Kerth, Ulrich: >; mauritius images/VIEW Pictures: >; Nöldeke, Renate: >; picture alliance/Bielecki, Marcin: >; seasons.agency/Jalag/Spörl, Lukas: >, >, >, >; Shutterstock/AlesiaKan: >; Shutterstock/bchyla: >; Shutterstock/Bogacki, Artur: >; Shutterstock/Bolbot, Aleksander: >; Shutterstock/chrupka: >; Shutterstock/Fotokon: >; Shutterstock/Gorski, Krzysztof: >; Shutterstock/hjochen: >; Shutterstock/Jurgielewicz, Mariusz S.: >, >; Shutterstock/Kamilalala: >; Shutterstock/Kogen_Hansen: >;

Shutterstock/Kosmider, Patryk: >; Shutterstock/Lyjak, Blazej: >;
Shutterstock/Mad Pixel: >; Shutterstock/Miko, Jan: >, >; Shutterstock/M-
Rackham: >; Shutterstock/Mucha, Szymon: >; Shutterstock/Nahlik: >;
Shutterstock/Neirfy: >; Shutterstock/Neumiler, Alicja: >;
Shutterstock/RossHelen: >; Shutterstock/sashk0: >; Shutterstock/Shebeko: >;
Shutterstock/Stepniak: >; Shutterstock/Switulski, Mariusz: >, >;
Shutterstock/Tomasz Kubis: >; Shutterstock/Velishchuk, Yevhen: >;
Shutterstock/Voyagerix: >; Shutterstock/Wozniak, Tomasz: >;
Shutterstock/Zakrzewski, Bartosz: >; Shutterstock/Zych, Maciej: >;
stock.adobe.com/majonit: >; stock.adobe.com/Nightman1965:
>;stock.adobe.com/progarten: >; testigo.pl/Wyszomirski, Pawel: >.

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

Die Polyglott-Homepage finden Sie im Internet unter www.polyglott.de



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 29 EUR	bis 9 EUR
€€	30 bis 60 EUR	10 bis 15 EUR
€€€	über 60 EUR	über 15 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 WOLIŃSKI-NATIONALPARK >

Hier sieht man noch frei lebende Wisente.

2 SŁOWIŃSKI-NATIONALPARK >

Immer in Bewegung: Die 50 m hohe Lonzker Düne wandert bis zu 2 m im Jahr.

3 LANGER MARKT (DŁUGI TARG) IN DANZIG >

Die einstige Königin der Ostsee erstrahlt wieder in altem Glanz.

4 KASCHUBISCHE SCHWEIZ >

In der hügeligen Wald- und Seenlandschaft bieten Bauernhäuser Unterkunft.

5 RATHAUS VON TORUŃ (THORN) >

Einzigartig ist das Rathaus der alten Hansestadt, die zum UNESCO-Welterbe zählt.

6 ZISTERZIENSERKLOSTER IN PELPLIN >

Faszinierend ist vor allem die beeindruckende Basilika.

7 MALBORK (MARIENBURG) >

Der einstige Sitz des Deutschen Ritterordens erhebt sich majestätisch an der Nogat.

8 OBERLÄNDISCHER KANAL, ELBLĄG (ELBING) >

Auf dem Kanal bei Elbląg fahren die Schiffe auch auf Schienen über Land.

9 DOM IN FROMBORK (FRAUENBURG) >

Das Dominnere vereint Gotik und Barock.

11 FREILICHTMUSEUM IN OLSZTYNEK (HOHENSTEIN) >

Hier lassen sich Vorlaubenhäuser und Holländer-Windmühlen entdecken.

11 JEZIORO MAMRY (MAUERSEE) >

Der zweitgrößte See Masurens verspricht intensive Naturerlebnisse.

13 KRUTYŃ (KRUTINNEN) >

Auf hölzernen Stakbooten geht es gemächlich durch Sümpfe und Wälder.

ALLE TOUREN AUF EINEN BLICK

mehr entdecken, schöner reisen

Perfekte Planung > Parallel > aufschlagen

TOUREN		REGION	DAUER
TOUR 1	Radtour auf zwei Inseln	Stettiner Bucht	1 Tag
TOUR 2	Wanderung im Woliński-Nationalpark	Stettiner Bucht	1 Tag
TOUR 3	Auf schmaler Spur längs der Küste	Stettiner Bucht	1/2 Tag
TOUR 4	Leuchttürme & Strandseen	Pommersche Küste	1 Tag
TOUR 5	Wanderung im Słowiński-Nationalpark	Pommersche Küste	8 Std.
TOUR 6	Kaschubische Schweiz	Danzig & Umgebung	2 Tage
TOUR 7	Schiffs- & Bahntour nach Hel	Danzig & Umgebung	1 Tag
TOUR 8	Festungsstädte an der Weichsel	Untere Weichsel	2-3 Tage
TOUR 9	Radtour zum Heiligen Hain	Untere Weichsel	1/2 Tag
TOUR 10	Auf Kopernikus' Spuren	Ermland & Oberland	2 Tage
TOUR 11	Auf dem Oberländischen Kanal	Ermland & Oberland	1/2-1 Tag
TOUR 12	Rings um die Großen Seen	Masuren	2-4 Tage

Auf den »masurischen

TOUR 13	„Auf den Inseln der Meeren«	Masuren	2 Std.
TOUR 14	Längs der Pommerschen Küste	Extra-Tour	1 Woche
TOUR 15	Von der Danziger Bucht ostwärts	Extra-Tour	1 Woche



© LOOK-foto/age fotostock

Menschenleere Strände und ein unzersiedeltes Hinterland sind typisch für Polens Ostseeküste

TYPISCH

DIE POLNISCHE OSTSEEKÜSTE IST EINE REISE WERT!

Polens herrliche Ostseeküste und die masurischen Seen bieten viel Natur und Spaß an, in und auf dem Wasser. Für kulturelle Impulse sorgt die alte Hansestadt Danzig mit jungen Studenten, modernen Museen und experimentierfreudigen Köchen.



© Nöldeke, Renate

RENATE NÖLDEKE

verdankt die Begeisterung für Polen ihren Eltern, die gern dort Urlaub machten. Seit ihrer Kindheit hat die Kunsthistorikerin das Land zwischen Oder und Bug, Ostsee und Tatra immer wieder bereist. Außer der Natur hat es ihr die bewegte Geschichte besonders angetan.

Endlich Urlaub! Im Auto geht es der Morgensonne entgegen über Stettin nach Danzig. Links lockt die Ostsee, da reihen sich die goldgelben Sandstrände aneinander. Als Kind war ich das erste Mal in Polen: lange sandige Feldwege, klare

Badeseen, Himbeeren, Paddeltouren und Lagerfeuer, hohe Dünen und Kiefernwälder. Die flirrenden Bilder vom sonnigen Ferienparadies an den westmasurenischen Seen und der Ostseeküste sind bis heute geblieben. Das triste Grau der 1970er-Jahre, die scharfen Grenzkontrollen, eintönigen Speisekarten, Pferdewagen, leeren Regale und langen Schlangen vor den Geschäften aber sind schon lange verschwunden.

Knallgelb blüht der Raps beiderseits der Schnellstraße. Dann ein Dorf, ein sklep. Mit bunter Bier- und Sonnenmilchreklame schreit er nach Aufmerksamkeit. Dabei ist der Tante-Emma-Laden längst auch Kneipe und Ortsmittelpunkt. Während ein paar Männer vor sich hin dösen, loben zwei Frauen die reifen Erdbeeren am Stand. Einige Mädchen und Jungen haben die Eistruhe geplündert. Mit jedem Kilometer, die Straße bis zum Horizont im Blick, steigt die Lust aufs Meer. Zeit für einen Abstecher: Dąbki ist mit Grills und rustikalen Holzbänken, Sonnenschirmen und Sandförmchen bestens für die Hochsaison gerüstet. Der Trubel in den polnischen Badeorten ist Ausdruck übersprudelnder Lebensfreude, großer Geselligkeit und Kinderliebe – einfach herzerfrischend. Aber hinter den Dünen wartet die Ostsee, leise rauschen die Wellen, rechts und links Sandstrand, so weit das Auge reicht. Badehandtücher und Fischerboote setzen Farbtupfen. Einmal frei und tief durchatmen.



© Getty Images/Spatari, Alexander

Wenn der Tag endet, wird es Zeit für einen Kneipenbummel in Danzig

Wolken ziehen mit mir dahin, längst steht die Sonne hoch am weiten Himmel. Ein heißer Sommertag Anfang Juni. Durch das offene Autofenster weht eine frische Brise. Kein Schlagloch hält mich auf – ach, wie schön ist Polen – und immer besser seine Straßen. Dank EU-Subventionen und der Fußball-EM 2012 hat das Land deren Ausbau schnell vorantreiben können.

In der Ferne ragen Kräne auf. Baukräne, denn in der Dreistadt (Trójmiasto), zu der neben Danzig das Seebad Sopot und die Hafenstadt Gdynia zählen, entstehen neue

Museen, Gewerbegebiete und Wohnviertel. Auch auf dem Riesenareal der ehemaligen Leninwerft. Lastkräne erinnern an vergangene Zeiten, als hier der Weg in die Freiheit begann. Immerhin hatten die Danziger Werftarbeiter und der polnische Papst Johannes Paul II. einen großen Anteil daran, dass der Eiserne Vorhang 1989 fiel.



© Shutterstock/Zych, Maciej

Weite Rapsfelder tauchen die Landschaft im Sommer in ein leuchtendes Gelb

Meine Freiheit ist die Straße. Allmählich verschwindet die Stadt im Rückspiegel. Das platte Land ist nun von Kanälen durchzogen, Sümpfe schimmern zwischen den sattgrünen Wiesen, Störche suchen nach Fröschen, Brücken führen über Weichsel und Nogat ans Frische Haff. Kaliningrad ist gar nicht mehr weit. Unterwegs werden die Straßen schmaler, einsamer ...und schlechter. Schattige Alleen folgen schnurstracks den Wellen der Endmoränen und ich ihnen – bis nach Masuren. Jeder Buckel ein Juchzer, bis eine Baustelle mich ausbremst. Ärger! Die Schlange wird immer

länger. Ein Automotor nach dem anderen schweigt. Die Gelassenheit ist ansteckend, was bleibt einem auch anderes übrig, als abzuwarten. Bienen summen vor dem Autofenster, am Rand eines Wäldchens leuchtet ihr gelb-rot-blauer Bienenstock. Enten lassen sich schnatternd auf einem Teich nieder, Kühe glotzen neugierig von einer Wiese herüber. Und schon springt die Bauampel wieder auf Grün, der Autotross setzt sich in Bewegung und rumpelt an der Baustelle vorbei. Ach, bald werden auch tiefe Schlaglöcher und Spurrinnen nur noch Vergangenheit sein, werden Bürgersteige, Verkehrsinseln und Umgehungsstraßen viele Orte im Land verschönern.

Objazd! Umleitung! Längst ist der Weg, besonders der Umweg, mein Ziel, sind alle Pläne über den Haufen geworfen. Befreit von Alltagsballast, Terminstress und Zeitdruck rolle ich tiefenentspannt durch die Landschaft. Masuren, das Land der 1000 Seen, ist überall schön. Mit Blumen und Girlanden geschmückte Wegkreuze wachen über Kreuzungen – hoffentlich auch über mich. Und über allem thronen auf Schornsteinen und Straßenlaternen die Störche in ihren wagenradgroßen Nestern. Die bringt auch nichts aus der Ruhe. Pokoje wolne – Zimmer frei – an einem namenlosen See, mit Boot, Badesteg und Fischen. Frei! So ein Glück!

WAS STECKT DAHINTER?

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

WARUM GIBT ES IN MASUREN SO VIELE STÖRCHE?

Der Nordosten Polens ist mit seinen offenen Landflächen, dem niedrigen Pflanzenbewuchs und vielen feuchten Wiesen geradezu ein Schlaraffenland für die Schreitvögel. In jedem Ort nisten Weißstörche, oft gleich mehrere Paare – gern mit Überblick auf hohen Schornsteinen, Strom- und Lichtmasten. In Żywkowo nahe der russischen Grenze kommen sogar 45 Storchenpaare auf neun Bauernhöfe und 35 Einwohner.

WOHIN WEISEN DREIECK UND KREIS DEN WEG?

Stehen daneben die erklärenden Worte toaleta oder WC, kommt man der Örtlichkeit auf die Spur – aber: Welche Tür ist die richtige? Für all diejenigen, die es eilig haben: Dreieck für die Männer, Kreis für die Frauen. Warum? 1928 sicherte sich ein polnischer Wollfabrikant das Werbemonopol für Toilettentüren. Sein Firmenlogo, Dreieck im Kreis, fand bald getrennt und den Geschlechtern zugeordnet einen Platz im Alltag. Warum auch immer. Wo der eine für sein Geschäft wirbt, haben die anderen eines zu verrichten. Egal ob es sich um stilisierte Pissoirs und Klobrillen handelt bzw. breite Schultern und Uterus. Einfach merken!

WAS BEDEUTEN DIE KREUZE AN DER STRASSE?

Meist stehen sie an Kreuzungen, an Ortsein- und -ausfahrten, die Wegkreuze. Man möge an Wegesecken, wo man sich zu begegnen pflegt, Kreuze errichten, soll Papst

Leo III. um das Jahr 800 angeordnet haben. Manche sind schlicht, andere üppig verziert; sie sind aus Holz, Metall oder Stein gefertigt, häufig ist an den Kreuzen eine Marienstatue angebracht. Früher hielt man hier auf dem Weg zur Feldarbeit an, um zu beten, heute rasen die Autofahrer vorbei – dabei haben sie im polnischen Straßenverkehr göttlichen Beistand nötig.

WO IST DIE KAFFEEMASCHINE?

Wundern Sie sich nicht, wenn Sie in Ihrem Ferienhaus oder -apartment nicht das vertraute Equipment zum Kaffeekochen vorfinden. Obwohl auch in Polen längst ein regelrechter Kult um die schwarze Bohne herrscht, trinken viele privat ihren Kaffee *po turacka*, auf türkische Art. Das heißt seit Zeiten des Kommunismus allerdings: Der gemahlene Kaffee wird direkt mit kochend heißem Wasser übergossen. Früher sogar mehrmals. Serviert und trinkt man ihn zu hastig, erfährt man auf der eigenen Zunge, warum dieser Kaffee polnisch auch *plujka* (Spuckkaffee) genannt wird.

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

- ➊ **Drei Seen, eine Marina** Achtung! Beim Segeltörn ab Sztynort >, das günstig auf einer Halbinsel zwischen Mauer-, Kissain- und Lababsee liegt, sollten Sie die Badesachen nicht vergessen! Das Wasser glitzert einfach zu verlockend (Segelboot: ab 300 zł/Tag).
- ➋ **Satz und Sieg** Der breite Sandstrand von Łeba > ist das beste Beachvolleyballfeld, das man sich wünschen kann – Netze, Zuschauer und Mitspieler findet man vor Ort.
- ➌ **Fest im Sattel** Im gestreckten Galopp am Strand entlangpreschen, dass das Meerwasser nur so spritzt! Für erfahrene Reiter organisiert das Gestüt Michalski > bei Kołobrzeg Ausritte an die Ostsee (200 zł).
- ➍ **Ab in die Pilze!** Ausgerüstet mit Körbchen und Pinsel, genau wie die Polen, geht's im Herbst in die Johannisburger Heide. Getrocknet lassen sich die Pilze auch gut mit nach Hause nehmen. Hilfe bietet der Gutshof Łuknajno bei Mikołajki > an.



© Shutterstock/Velishchuk, Yevhen
Blick von der Danziger Marienkirche

5 ... 300, 301, 302 ... Der Aufstieg ist mühsam, lohnt sich aber, denn vom Turm der Marienkirche > in Danzig blickt man nicht nur über die alten Dächer der Hansestadt, sondern über die Mottlau hinaus bis zur Westerplatte.

6 **Grenzenloses Bikevergnügen** Auf der Radtour, die von Świnoujście > 12 km zu den deutschen Kaiserbädern, über Ahlbeck und Heringsdorf bis Bansin führt, geht's immer

parallel zur Uferpromenade (Radverleih: Usedom Rad, Bahnhof, Wojska Polskiego, www.usedomrad.de, ab 9 €/Tag; Rückfahrt mit DB-Regio Kaiserbad-Europa-Linie, www.ubb-online.com, 3 €/Pers. und 6 €/Rad).



© picture alliance/Bielecki, Marcin

Eine ganze Stadt im Untergrund - inklusive ärztlicher Versorgung

7 **Stettin Underground** [Online-Karte](#) Das weitverzweigte Bunkersystem, das 1941 unter dem Hauptbahnhof von Stettin > entstand und etwa 5000 Menschen fassen konnte, lässt sich heute besichtigen. Bei der Tour geht es fünf Stockwerke in die Tiefe, also warm anziehen (ul. Kolumba 1/6, www.schron.szczecin.pl, tgl. 12 Uhr; 25 zł).

8 Gute Laune für alle Die Bewohner von Gdynia > feiern ihre besonders lebenswerte Stadt am 1. Juni, dem Weltkindertag. Museen, Schiffe und Institutionen präsentieren sich neben Fressbuden an der Uferpromenade.

9 Im Schlamm suhlen Eine Alternative zur Wanne voll Moor ist eine Packung mit gesundheitsförderndem, nahe Kołobrzeg gewonnenem Torf im großzügigen Spa- und Wellnessbereich des Hotels New Skanpol >(ab 20 zł).

10 Auf Polens schönstem Fluss Bei einer kurzen Paddeltour von Krutyń > aus auf der Krutynia bis Utko geht es teilweise unter einem dichten Laubdach hindurch, teilweise über Sandbänke dahin. Mal seicht, mal strömend zeigt sich das Wasser. Unterwegs locken kleine Badestellen (13 km, 2er-Kajak/Tag 30 zł).

... PROBIEREN SOLLTEN

11 Ein Topf, viel Fantasie Für *bigos*, den gern in großen Kesseln gekochten polnischen Sauerkrauteintopf, gibt es diverse Rezepte. Richtig deftig mit Schweinebauch, Würsten und Speck ist er am besten. Eine gekonnte Mischung serviert das Lokal Pod Kogutem > in Stettin.

12 Kalte Rote-Bete-Suppe Den *barszcz* gibt es in vielen Variationen – kalt *chłodniki z botwinki* genannt. Aus jungen Rüben und dem frischen Grün der Blätter zaubert das Ritz > in Danzig ein herrlich leichtes Sommergericht.

13 Plattes Land, platte Fische Fischbratereien (*smażalnia ryb*) bieten in Łeba > gegrillte Flundern (*flądra*) an. Einfach den

frischen Fisch mit der Holzgabel zerpfücken und auf der Zunge zergehen lassen, z.B. am Hafen bei U Eli (Promenada Portowa, Abrahama 1).

14 Bier im Sommer Besonders polnische Frauen genießen ihr Bier gern etwas lieblicher als *Piwo z sokiem*, am besten mit einem Schuss Himbeer- oder Granatapfelsirup verfeinert, z.B. am dunklen Wasser der Nogat in Elblągs > Taverna Tortuga (Bulwar Zygmunta Augusta, Mobilitel. 730 05 63 56).



© Shutterstock/M-Rackham

Pierogi gibt's mit ganz unterschiedlichen Füllungen, herzhaft oder süß

15 Pierogi Ruskie Einfach (und) ein Klassiker: die Teigtaschen, gefüllt mit dem sehr trockenen polnischen

Quark. Darüber kommen gebratener Speck und geröstete Zwiebeln. Himmlisch im Restaurant Goldwasser > in Danzig.

16 Räucherfisch Unnachahmlich: das leicht holzige Aroma von Räucherfisch. Auf Hel > gibt es einige Räuchereien (*Wędzarnia Ryb*). Tipp: der Heilbutt von Okienko (ul. Księdza Bernarda Sychty 135, 84-140 Jastarnia, www.okienko-jastarnia.pl).

17 Würzige Häppchen Die Polen konservieren ihr Gemüse für den Winter in Essig oder Salzlake. Lecker eingelegte Gurken – am besten schmecken die mit Knoblauch – findet man am Stand vor der Danziger Markthalle >.

18 Bier im Winter Weihnachtliche Wohlgefühle entfacht *Gzrane Piwo*, ein Glühbier, geschmacklich verfeinert mit Honig, Sternanis und Nelken, mit Orangen, Ingwer und Zimt, z.B. auf dem Danziger Weihnachtsmarkt (1.-23. Dez.) >.

19 Lody, Lody, Lody Die Polen lieben ihr Softeis, das sich in vielerlei Farben und Geschmacksrichtungen in unglaubliche Höhen schraubt. Garantiert nicht ins Rutschen gerät hingegen das auf einer saftigen Waffel (*gofry*) mit frischen Erdbeeren und Sahne verkaufte Eis des Cafés Skwerek auf dem Weg zum Pommernkai (Nabrzeże Pomorskie) in Gdynia >.

20 Frau in Form Nicht nur zur Weihnachtszeit: Probieren Sie die mit Schokolade überzogenen Honigkuchen in Toruń >. Ihre weiblichen Rundungen sollen einer Bäckerin namens Katrin nachempfunden sein, daher heißen sie Thorner Katrinchen.

21 Masurisches Wild Um Wild, etwa einen Wildschweinerücken, so perfekt zu braten wie die Masuren, bedarf es einiger Geduld, muss er doch in einer Buttermilchbeize erst mürbe gemacht werden. Also gehen Sie lieber ins Restaurant, z.B. den Jagdhof Potocki Gałkowo >.



© Shutterstock/Shebeko
Fisch, frisch aus dem Rauch

22 **Fische wollen schwimmen** Eine masurische Fischsuppe spiegelt den Fischreichtum der Region: Zander, Hecht, Forelle, Wels, Aal. In der Tawerna Siwa Czapla > in Giżycko schmeckt sie fein.

... BESTAUNEN SOLLTEN

23 **Sahara-Feeling** Über hohe Sandberge schweift der Blick von der Wanderdüne Łącka > - weit, weiter, noch weiter - und flimmernd am Horizont: die Ostsee. Das ist keine Fata Morgana!

24 **Altar der Solidarität** In der Danziger Brigittenkirche besticht der Hauptaltar > mit Bernstein in all seinen Farbschattierungen. Bei wechselndem Licht ändert sich auch der Farbeindruck, sodass die Skulpturen, Reliefs und Leuchter immer anders, fast lebendig wirken.

25 **Farbtupfen am Strand** Am herrlich langen Sandstrand zwischen Darłówko > und Dąbki ziehen die Fischer morgens ihre bunt bemalten Boote mit dem Fang an Land. Eine wahre Augenweide.

26 **Bilderrausch** Der Expressionist Ignacy Witkiewicz vermerkte auf seinen Bildern, welche Droge ihm beim Malen half, manchmal reichte ein einziges Bier, manchmal musste es jedoch ein halluzinogener Peyotl-Kaktus sein, wie man im Regionalmuseum von Słupsk > erfährt.