

Glücksorte in Südwestfrankreich



Mit Atlantikküste
und Bordeaux



Hilke Maunder

Hilke Maunder

Glücksorte in Südwestfrankreich

Fahr hin & werd glücklich



Liebe Glücksuchende,



le bonheur heißt Glück auf Französisch, und das gibt es im Südwesten von Frankreich an fast jeder Ecke. 970 Kilometer lang präsentiert die Atlantikküste zwischen La Rochelle und Spanien ihre atemberaubende Natur mit Dünen, Kliffs und Flüssen wie dem Courant d'Huchet, der die Badeseen in den Kiefernwäldern der Forêt des Landes mit der Brandung am Atlantik verbindet. Jetzt tief einatmen – und sie intensiv spüren, diese Extraportion Glück!

Le bonheur serviert der Südwesten auch ganz weit oben – am Leuchtturm Phare de la Coubre wie auch in den Pyrenäen, wo der Petit Train d'Artouste auf 2000 Metern Höhe durch eine erstaunliche Bergwelt rattert. Oder strampeln Sie mit einem Elektrorad ganz entspannt auf der Route des Cols. Dort liegt Ihnen Südwestfrankreich zu Füßen – friedvoll und hundert Prozent authentisch. So wie die Küche, die im Étable d'Ossau nachhaltig und garantiert lokal ist. *La cuisine du terroir* boomt im Südwesten von Frankreich, und das bedeutet dort: lauter Hochgenüsse, tief verwurzelt in der Heimat. Erleben Sie den Südwesten Frankreichs mit meinen Tipps mit allen Sinnen!

Ihre Hilke Maunder



Deine Glücksorte ...

- 1 Kuchentraum mit Trubel**
Die Fête du Gâteau Basque in
Cambo-les-Bains 8
- 2 Hallo Storch!**
Le Domaine de Certes et
Graveyron 10
- 3 Magie am Fluss**
L'Émeraude in Confolens 12
- 4 Bitte nur slow**
Labastide-d'Armagnac 14
- 5 Die coole Mütze**
Le Musée du Béret in Nay 16
- 6 Wilde Dünen**
Das Cap de l'Homy 18
- 7 617 Kilometer Strampelspaß**
Die Vélo Francette nach
La Rochelle 20
- 8 Miam, Macarons!**
Die Maison Adam in
Saint-Jean-de-Luz 22
- 9 Kunstvoll unterwegs**
Der Skulpturenweg
von Julienne 24
- 10 Schlamm voller Wunder**
Die Thermen von Dax 26
- 11 1001 Tropfen in Rot**
Die Premiers Grand Crus
von Saint-Émilion 28
- 12 Schauen und Schweben**
Der Pont Transbordeur
von Rochefort 30
- 13 Kraft-Ort der Natur**
Das Naturschutzgebiet
IZADIA in Anglet 32
- 14 Sightseeing ganz entspannt**
Das BAT3 von Bordeaux 34
- 15 Die heimelige Höhle**
Die Grottes du Régulus
in Meschers 36
- 16 Sommer am Fuß**
Die Espadrilles von
Saint-Jean-Pied-de-Port 38
- 17 Was für Wellen!**
Die Surferhochburg Hossegor
in den Landes 40
- 18 Bitte schön schaumig!**
Chocolat Cazenave
in Bayonne 42
- 19 Sommerträume in Backstein**
Soulac-sur-Mer: Die Stadt der
500 Villen 44
- 20 Amazonas liebt Sahara**
Der Courant d'Huchet der
Silberküste 46





- 21 Gefaltete Felsen**
Die Corniche Basque im Baskenland.....48
- 22 Einfach paradiesisch!**
Der Phare de La Coubre von La Tremblade.....50
- 23 Echte Hochgefühle**
Die Route des Cols in den Pyrenäen.....52
- 24 Schlaraffenland open-air**
Die Märkte von Libourne.....54
- 25 Im Austernparadies**
Die Cité de l'Huître von Marennes.....56
- 26 Lass es blühen!**
Die Rue des Fleurs von Bourg-Charente.....58
- 27 Die Zeit hat Urlaub**
Der Étang de Cazaux-Sanguinet.....60
- 28 Jede Speise ein Genuss**
Restaurant Le Sens 7367 in Vaux-sur-Mer.....62
- 29 Die tierisch kuh-le Pause**
L'Écluse 50 am Garonne-Seitenkanal in Bassanne.....64
- 30 Ganz im Fluss**
Sightseeing per Paddel in Niort.....66
- 31 Höchstes Dünenglück**
Die Dune du Pilat am Bassin d'Arcachon.....68
- 32 Schönste Stelzenparade**
Die Carrelets der Südwestküste.....70
- 33 Vive le funiculaire!**
Die Standseilbahn von Pau.....72
- 34 Leben spüren!**
La Belle Étoile in Saintes.....74
- 35 Le bonheur am Badestrand**
Die Strandbar Anaia in Bidart.....76
- 36 Beschwingt im Sattel**
Das Weinkloster am Radweg: La Sauve Majeure.....78
- 37 65 kleine Paradiese**
Die Crampottes von Biarritz.....80
- 38 Zurück in die Zukunft**
Das Naturschutzgebiet Étang de Cousseau.....82
- 39 Die Lust am stillen Gleiten**
Im Hausboot unterwegs auf der Charente.....84
- 40 Lustwandeln am See**
Die Promenade Fleurie von Mimizan.....86

... noch mehr Glück für dich



- 41 Feuerwasser**
Die Cognac-Keller
von Cognac88
- 42 Slow schlemmen**
Der Étable d'Ossau
von Buzy90
- 43 Nachhaltig Leben spüren**
Der Espace Darwin
in Bordeaux92
- 44 Grüß mir das Murmeltier!**
Le Petit Train d'Artouste
im Béarn94
- 45 Perle der Fifties**
Das Seebad Royan in
Charente-Maritime96
- 46 Schweine bringen Glück!**
Die Vallée des Aldudes
im Pays Quint98
- 47 Das beste Ende der Insel**
La Cabane de la Patache
auf der Île de Ré100
- 48 Der Sieg der Wale**
Der Port de Guéthary im
Baskenland102
- 49 Folge dem Tombolo!**
Durchs Meer zur
Île Madame104
- 50 Kiefern-Rausch**
Die Forêt des Landes106
- 51 Legendäre Sandkiste**
Die Plage de Gatseau auf
der Île d'Oléron108
- 52 Zauberei im Sumpf**
Unterwegs in den Kanälen
des Marais Poitevin110
- 53 Der Stern des Marais**
Das Festungsdorf Brouage112
- 54 Das himmlische Duo**
Tourtière & Pastis: die
Kuchen der Landes114
- 55 Sunset-Romanze am Strand**
Andernos-les-Bains116
- 56 Grenzenlose Freiheit**
Fatbiking in La Palmyre118
- 57 Himmlisch logieren**
Der Clos Réaud de la
Citadelle von Blaye120
- 58 Einfach mal schweben**
Die Escale Sensorielle von
Salies-de-Béarn122
- 59 Gabelhappen an der Garonne**
La Halle Boca in Bordeaux124
- 60 Wilde Wasser**
Der Parc Aquasports
von Pau126



- 61 Zen in der City**
Bordeaux' Sanna
von Jaume Plensa128
- 62 Die magische Unterwelt**
Die Rue du Hédas in Pau130
- 63 Der Stengel der Engel**
La Belle Étoile in Niort132
- 64 Einmal baskisch leben!**
Das Hôtel Arcé in
Saint-Étienne-de-Baïgorry134
- 65 Alles im Fluss**
Die Gabares von
Sainte-Simon136
- 66 Gold im Glas**
Der Clos Lapeyre im Weinbaugebiet
Juranton138
- 67 Eine Sommerliebe**
Die Halbinsel Cap Ferret
am Bassin d'Arcachon140
- 68 Ein Prosit auf den Turm**
La Terrasse de la Chaîne in
La Rochelle142
- 69 Radel-Wonnen am Atlantik**
Die Radfernroute
Vélodyssée144
- 70 Junge Kunst in alten Hütten**
Das Village d'Inspiration
des Peintres146
- 71 Blaue Super-Power**
Die Algenfarm Spiruline
de la Pointe Argenté148
- 72 Fischsuppe schön feurig**
Der Ttorro von Chez Mattin
in Ciboure150
- 73 Safari-Feeling am Atlantik**
Der Camping de l'Océan
von Carcans152
- 74 Das versteckte Juwel**
Der Glockenturm der Prieuré
de Mimizan154
- 75 Kleinod der Gascogne**
Das Welterbe-Städtchen
Bazas an der Beuve156
- 76 Bei Tim und Struppi**
Frankreichs Comic-Hauptstadt
Angoulême158
- 77 Weinselig an der Garonne**
Die Cité du Vin von
Bordeaux160
- 78 Alles im Einklang**
Stand-Up-Paddling am
Fort von Socoa162
- 79 Rendezvous mit Thunfisch**
Der Fischereihafen von
Capbreton164
- 80 Grandiose Bilder-Orgien**
Les Bassins des Lumières
in Bordeaux166

Kuchentraum mit Trubel

1

Die Fête du Gâteau Basque in Cambo-les-Bains

Le gâteau basque! Das ist die Leckerei, die alljährlich am ersten Wochenende im Oktober Tausende Basken und Besucher zur Fête du Gâteau Basque nach Cambo-les-Bains pilgern lässt. Denn mitten im Anbaugebiet des schärfsten Chilis Frankreichs soll vor mehr als 200 Jahren der berühmte Kuchen der Basken erfunden worden sein. Doch von wem? Da tobt ein Streit der Legenden um den *etxeko bixkotxa*, wie er auf Baskisch heißt. Angeblich soll Marianne Hirigoyen als einzige Konditorin der Kurstadt erstmals jenen Kuchen gebacken haben, der sowohl knusprig als auch saftig war. Ob er mit Kirschen oder Konditorcreme gefüllt war? Auch darüber streiten die Anhänger des legendären Kuchens. Madames Kuchen jedoch war Stadtgespräch – und lockte selbst Persönlichkeiten wie Napoleon III. und Eugénie de Montijo in den Jahren 1856 und 1858 nach Cambo-les-Bains.

TIPP

Hüftgold nach der Fête du Gâteau Basque vertreibt ein Besuch der Thermen von Cambo-les-Bains.

Zur gleichen Zeit buken auch die Schwestern Elisabeth und Anne Dibar solch einen runden Mürbeteigkuchen, bezeugt eine notariell beglaubigte Urkunde in der Backstube der Schwestern. Für viele gelten daher die beiden „Biskotx-Schwestern“ als Hüterinnen des echten Baskenkuchens.

Inzwischen wurde er längst kreativ weiterentwickelt – und es gibt ihn auch mit Mandelmus, Haselnüssen und anderen köstlichen Füllungen. Um jedoch vor der Bruderschaft *Confrérie du Gâteau Basque* beim jährlichen Kuchenbäcker-Wettbewerb bestehen zu können, müssen sämtliche Zutaten aus dem Baskenland stammen oder in ihm verwurzelt sein. So wie die Vanille und der Rum, die aus den einstigen Kolonien über den Hafen von Bayonne ins Land gekommen waren. Eine Charta hält genau Regeln, Zutaten und Zubereitungsart für den baskischen Kuchen fest. Wie er perfekt gelingt, lässt sich ganz praktisch bei Backkursen unter freiem Himmel während der Fête du Gâteau Basque lernen. Die Schauküche ist der Publikumsmagnet des Gourmet-Markts. Zwei Tage lang erobert dieses baskische Schlafraffenland die gesamte Innenstadt. Welch eine köstliche Verführung!

- Fête du Gâteau Basque, im gesamten Ortszentrum von Cambo-les-Bains, Office de Tourisme, Tel. +33 (5 59) 29 70 25
- ÖPNV: zu Fuß ab Bahnhof Cambo-les-Bains



Hallo, Storch!

2

Le Domaine de Certes et Graveyron

Früher war der Domaine de Certes et Graveyron eine riesige Fischzucht im Osten des Bassin d'Arcachon. Die französische Naturschutzorganisation Conservatoire du littoral verwandelte es in einen Ort, der sinnlich wie lehrreich eine einzigartige amphibische Landschaft vorstellt. Unterwegs sorgen die unterschiedlichen Stimmungen, Gerüche und Aussichtspunkte für eine Fülle von Emotionen.

In Certes prägen geradlinige, geometrische Becken die Landschaft. Graveyron ist wilder und intimer. Zwischen Land und Meer, Süß- und Salzwasser prallen hier auf 530 Hektar die unterschiedlichsten Biotope aufeinander: Teiche, Schilfgürtel, Salzwiesen, Feuchtwiesen, Laub- und Nadelwälder. Am nordwestlichen Ende des Geländes mit dem Damm der Pointe de Branne eröffnet sich ein spektakulärer Weitblick auf das

Bassin d'Arcachon. Unvergleichlich! Zwei markierte Routen für Wanderer und Radfahrer führen am Rand von Salzwiesen, ehemaligen Salzgärten oder auch Fischzuchtbecken durch das Naturjuwel, in dem Zugvögel rasten und nisten. Der 14 Kilometer lange Certes-Rundweg beginnt wahlweise am Schloss von Audenge oder am Badebecken von Lanton, der 5 Kilometer lange Graveyron-Rundweg am Hafen von Audenge. Unbedingt mit in den Rucksack gehört neben Trinkwasser, Mückenmittel und Sonnenschutz ein Fernglas. Kormorane, Schwäne, Silberreiher, Schwarzmilane und sogar Störche lassen sich damit hautnah beobachten. Und wie herrlich ist es, wenn sich Graureiher langsam in die Lüfte erheben und entschweben! Wer Badezeug mitnimmt, kann bei Flut die Picknickpause am kleinen Naturstrand von Graveyron mit ein paar Schwimmgütern verbinden und bei Ebbe im nahen Meerwasser-Becken planschen. Die schönsten Entdeckungen an Land und auf dem Wasser verbinden geführte Ausflüge, die im Port Cassy beginnen – erst wird gewandert, dann im Meerkajak zurückgepaddelt. Doch wie auch immer man diese amphibische Landschaft entdeckt: Staunen begleitet den Weg, und Freude verankert sich in Erinnerung.

TIPP

Die Austernzüchter des Port d'Audenge servieren ihre frische Meeresküche in Terrassenlokalen.

- Domaine de Certes et Graveyron, 47, Avenue de Certes, 33980 Audenge, Tel. +33 (5 56) 82 71 79
- ÖPNV: Bus 610, Haltestelle Avenue du Certes



Ecluse du Poist

7

Magie am Fluss

3

L'Emeraude in Confolens

Ein Sommertag. Schäfchenwolken tanzen am Himmel. Mit neun Bögen überspannt der Pont Vieux als wuchtige Granitbrücke die Vienne. Sumpfdotterblumen leuchten gelb am Ufer. Enten schnattern. Das Auge schaut, die Seele atmet die Beschaulichkeit. Ein entspannter Frieden liegt über dem Städtchen am Zusammenfluss von Vienne und Gore, die ihm seinen Namen gaben: Confolens (von lat. confluens). 1000 Jahre ist es alt und hat in seinen Gassen das Erbe von einst mit Hinguckern von heute garniert – wie die Wendeltreppe aus Kortenstahl, die im kleinen Uferpark der *mairie* (Rathaus) Ausblicke auf die Vienne eröffnet. Und genau hier, an der Sprachgrenze zwischen der langue d'oïl und der langue d'oc, betreiben Joëlle und Stéphane Devoos ein typisch französisches Provinzhotel von 1968. 2003 verließen sie ihre

bergige Heimat Haute-Savoie – und fanden in Confolens ihr Herzblutprojekt mit dem Hotel, das sie seitdem mit viel Elan modernisiert haben. An der Bar-Terrasse trifft sich die Stadt morgens zu Kaffee und Klönschnack. Der Speisesaal hat schon unzählige Familienfeiern erlebt. Eine Treppe führt hinauf zu 18 gutbürgerlichen Zimmern. Sein Juwel indes hat das Zweisternehaus gut hinter seiner Fassade versteckt: die Terrasse des Hôtel de l'Emeraude. Wie ein Bootssteg überragt sie aufgeständert das Ufer der Vienne. An kühlen Tagen schützt eine Ver-

kleidung vor Regen und Wind, und ein Feuer flackert lodern im Heizstrahler. Bei schönstem Sommerwetter jedoch schweift der Blick ungehindert über den Fluss und seine Brücken, und die kleinen rechteckigen Tische sind bis auf den letzten Platz besetzt. Verführerisch duftet es aus der Küche. Bodenständig und ehrlich sind alle Gerichte, die auf der saisonal wechselnden Karte stehen, und tief verwurzelt im heimatlichen *terroir* der Charente Limousine, dieser großen, welligen und zerklüfteten Hochebene an den letzten Ausläufern des Massif Central. Herzhaft, deftig und doch raffiniert begeistern die Gerichte den Gaumen. Magie am Fluss – von 6:30 Uhr bis Mitternacht!

TIPP

Auf der Bahnstrecke
Confolens – Manot –
Roumazières-
Loubert locken
Draisinen-Fahrten
und Triebwagen-
Touren!

-
- Hôtel L'Emeraude, 20, Rue Émile Roux, 16500 Confolens, Tel. +33 (5 45) 84 12 77
 - ÖPNV: Bus L 245, Haltestelle Marché Couvert, dann Fußweg

