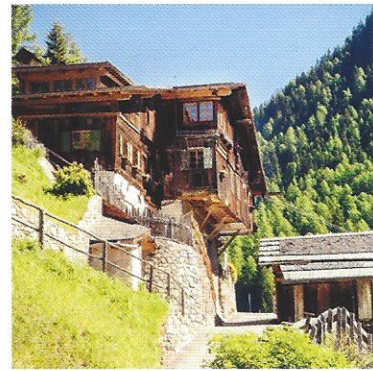


# Servus

*in Stadt & Land*



**Schöner schreiben**  
Die Rückkehr der Handschrift



**Sagenhaftes Südtirol**  
Zwerge & Riesen im Grödnertal

 EINFACH . GUT . LEBEN 

JUNI  
06/2017  
EUR 4,60



**EIN BÄCHLEIN  
FÜR DEN GARTEN**  
*Schritt für Schritt zum  
gluckernden Glück*

**DER KÄSE-REBELL**  
*Wie ein Bregenzerwälder  
die Welt ein bisschen  
besser machte*

## SCHMUCK VON DER WIESE

*Frisch gepflückt & selbst geflochten: Zarte Blumenkränze fürs Haar*

4 192371 304606 062

Vom Sellajoch auf über 2.000 Metern hat man den schönsten Panoramablick über die Dolomiten. Bei Sonnenaufgang ist auch Wildtierbeobachter Roman Runggaldier unterwegs. Im Bild der Langkofel mit der Fünffingerspitze.

# Die Farbe der Berge

Im Südtiroler Grödnertal spielen die Dolomiten alle Stückln. So beflügeln sie die Kreativität der Bewohner, die, jahrhundertlang vom Rest der Welt abgekapselt, ihre eigene Kultur und Tradition entwickelten.

TEXT: USCHI KORDA FOTOS: BERNHARD HUBER





**D**o kemmts her, des miaßts segn! Roman Runggaldier wachelt mit seinem Ferngucker wild über dem Kopf und bringt dabei das Kunststück fertig, flüsternd zu schreien. Es ist noch nicht einmal fünf Uhr früh und gelinde gesagt saukalt hier heroben am Sellajoch. Unser Atem zeichnet weiße Wölkchen in den blauschwarzen Himmel, der ringsum von den Spitzen der Sella- und Geislergruppe und dem mächtigen Langkofel zackig zerrissen wird.

Noch sind sie tiefschwarze Schatten, wuchtige Monumente der Natur, die im Kopf leise schnarrend das Tor zur Sagenwelt öffnen. In dieser wimmelt es nur so von beleidigten Zwergen, wütenden Königen, unglücklichen Prinzessinnen und ungehorsamen Riesen, die allesamt hier versteinert wurden.

Für die Einheimischen, die Grödner, ist ihr Hausberg, der Langkofel (3.181 m), denn auch wahlweise ein bestrafter Riese oder Zwerg, je nachdem, wer gerade am Erzählen ist. Jedenfalls streckt er jetzt, wo sich der Himmel langsam ins Blassblaue erhellt und die Sonne, noch ohne aufzutau-chen, beginnt, die Schleier der Nacht zu lüpfen, gut sichtbar seine Hand in die Höhe. Rot getüncht macht sich die Fünffingerspitze (2.996 m) als Erstes wichtig in der felsigen Welt der Dolomiten, in der jetzt ein Gipfel nach dem anderen erwacht, sich zunächst rosa, dann gelb und schließlich in angemessenem Grau in Schale wirft.

Hallo ... Nach Sonnenaufgang hat auch Roman das laute Flüstern abgelegt. Auf ihn hätten wir angesichts des Spektakels fast vergessen. Dafür hat der Jäger, Bergsteiger und Spezialist für Wildtierbeobachtungen aber durchaus Verständnis. Sechzig ist er jetzt und war bis zum Himalaya in den hohen Bergen unterwegs. Die Dolomiten aber, sagt er, sind einzigartig, vor allem wegen des Farbenspiels in der Früh und am Abend. Das Gämsenrudel, das er uns vorhin zeigen wollte, haben wir längst verpasst, dafür kriegen wir noch ein Steinadlerpärchen zu sehen, das mit dem Gletscher der Marmolata im Hintergrund dem Morgen entgegen-segelt. So kitschig, dass man gar nicht wegschauen kann.

#### LEIDENSCHAFT, DIE DURCH DEN MAGEN GEHT

Wir sehen die Berge tagein, tagaus, aber noch immer muss ich jeden Morgen rausgehen und schauen, sagt Helga Mussner in ehrfurchtsvollem Ton und streicht dabei mit den Händen die blitzweiße Kochschürze glatt. Vor 45 Jahren ist die Bäckerstochter aus St. Christina in die alte Hütte ihrer Schwiegereltern gekommen und hat den Gästen Gemüsesuppe und Würstel serviert. Heute thront dort das Chalet Gerard elegant über Wolkenstein, mit Panoramafenstern, hinter denen sich auch der Halbschuhtourist mit der Bergwelt auf Du fühlen kann. Vor allem aber kann er sich den Bauch füllen.

Helga Mussner hat mit viel Fingerspitzengefühl die Bauernkost der Region so adaptiert, dass man sich am liebsten im Teller eingraben würde. Ihr Risotto aus ➔



**Oben:** Die Hütte der Schwaige Lech Sant auf der Seceda ist über 230 Jahre alt. Hier versorgen die Brüder Oskar (li.) und Daniel Runggaldier die Wanderer mit selbst gemachtem Käse, kräftiger Jause und Schlutzkrapfen.

**Mitte:** Wer von St. Christina die Col-Raiser-Bahn nimmt, kann von dort über die Blütenalm auf die Seceda wandern. Auf 2.290 Metern kommt man auf der Perialongia-Schwaige von Claudia und Ludwig Hofer (Bildmitte) vorbei. Hier gibt es keinen Strom, gekocht wird mit Holz.

**Links:** Esel findet man sowohl auf der Käseschwaige Lech Sant als auch auf der Perialongia.

**Bild rechts:** Auf zwei- bis dreihundert Jahre schätzt man die Perialongia-Hütten, hinter denen die Felswände der Geislergruppe aufragen.





SELBST WER DIE BERGE TAGEIN,  
TAGAUS SIEHT, GEHT JEDEN MORGEN RAUS  
UND SCHAUT AUF'S NEUE.

Wenn man von Bozen und dem Eisacktal kommt, landet man als Erstes in St. Ulrich. Der Ort hat im Kern seinen alten Charme bewahrt. Mitten in der Fußgängerzone steht die im Renaissancestil gebaute St.-Antonius-Kirche.



Gerste, Reis und Dinkel zum Beispiel bekommt mit den Kräutern der Umgebung ein würziges Aroma, die Wildravioli werden durch geröstete Walnüsse ihrer Simplizität enthoben. Na ja, recht autodidaktisch ging ich ans Werk, sagt sie, nur zweimal hat sie Spitzenkoch Norbert Niederkofler im benachbarten Gadertal über die Schulter geschaut. Mein Kochen ist keine große Kunst, eher Leidenschaft, sagt Helga Mussner trocken, winkt noch einmal scheu und entschwindet in die Küche. Das Reden und die Gäste hat sie längst ihren beiden erwachsenen Töchtern überlassen.

Mein Mann Hermann muss am Anfang schon sehr verliebt gewesen sein, sagt Daniela Comploj und lacht dabei herzlich. Auch sie ging autodidaktisch in die Küche, als sie vor 28 Jahren ihre Teestube Frainela in Wolkenstein eröffnete. Ein paar Backkurse später war sie knapp dran, das Geschirrtuch zu werfen. Doch dann zeigte ihr eine Mailänder Köchin, wie man aus ganz einfachen Kuchen etwas Besonderes macht.

Heute bäckt Daniela Comploj bis zu dreißig Kuchen täglich, und wer zu spät auf eine Jause vorbeikommt, schaut durch die Finger. Buttermilchkuchen, sagt sie, haben in Gröden Tradition. Alles, was sie dazu braucht, holt sie sich von den Bauern aus dem Tal, auch die Früchte sind aus der Region. Nur die Marmeladen kommen aus dem Piemont. Warum? Unschlagbar, sagt sie, aber sonst ist hier so gut wie alles hausgemacht, sogar der Fichtenhonig. Und die Pflanzen für ihre Kräuter- und Blumenaufgüsse sammelt sie großteils selbst.

Klar, sagt Daniela Comploj, bin ich, sooft es geht, in den Bergen. Die Liebe zu ihnen hat in der gebürtigen St. Christinerin einst ihr Hermann erweckt, der ihre kulinarischen Anfangsstolperer bestens verdaut hat. Der Hermann, so erzählt man sich hier rundum, gilt sogar in der recht verwegenen Bergführerpartie im Grödnertal als wilder Hund, der schon einmal in der Direttissima mit Skiern den Langkofel runterbrettert.

#### DIE VERWEGENEN KERLE VON DER SECEDA

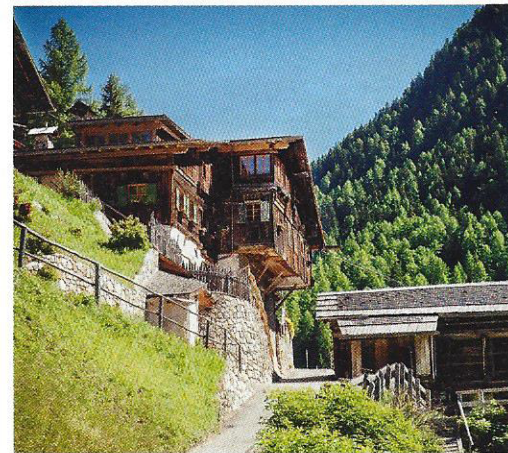
Auf der tollkühnen Seite war auch Markus Pinroth schon als Kind unterwegs. Er wuchs auf 2.410 Meter Höhe auf der Seceda-Alm auf und spürte im Sommer von der elterlichen Sofie-Hütte in Rennmanier mit dem Rad zur Schule ins Tal. Ich war ein Downhill-Pionier, sagt er, und dass einen, wenn man hier aufwächst, die Berge einfach anziehen.

Weil der Sohn eines ehemaligen Rennrodler vermutlich auch einer ist, der zielstrebig angeht, was er sich in den Kopf setzt, hat er mit 14 gleich nach seinem ersten Kletterkurs die kleine Schwester auf einen Gipfel geschleppt. Ist gelungen, sagt er, so wie alles, was man mit Leidenschaft macht, und dabei grinst er so ver-schmitzt, dass selbst Grödens berühmtester Sohn Luis Trenker abstinken würde.

Ein paar Jahre später entdeckte Markus Pinroth seine Leidenschaft für guten Wein. In einer Zeit, als man auf Hütten nur zwei Weine kannte – einen weißen und einen roten –, besuchte er Sommelierkurse und begann, auf der Sofie-Hütte Südtirols höchsten Weinkeller aufzubauen. 350 unterschiedliche Weine, so schätzt er, lagern mittlerweile im Keller aus weißem Dolomit vom Sellajoch. ➔



**Oben: Markus Pinroth ist auf der Hütte aufgewachsen, in der schon sein Uropa beim Viehhütten übersommerte. Seine Eltern haben daraus eine Gastwirtschaft gemacht, die er mit Südtirols höchstem Weinkeller erweiterte. Seit Neuestem macht er auch Gin aus Wacholder und Kräutern, die vor der Haustür auf der Seceda wachsen.**



**Darunter: Der denkmalgeschützte Paratonihof aus dem Jahr 1232 ist einer der ältesten im Alpenraum. Vier Bauernfamilien mit 44 Mitgliedern haben noch zu Beginn des vorigen Jahrhunderts hier gewohnt. Gemma und Klaus Insam (im Bild mit ihren Söhnen Jonas und Aron) haben drei Jahre lang in Eigenregie mit Freunden und Verwandten die alten Gemäuer renoviert und betreiben eine Hof-schenke. Alles war schräg und schief, sagen sie, da hilft dir keine Firma.**

