



WIE MAN DORTHIN KOMMT

MIT DEM AUTO
Autobahnen
A4 Triest - Triest
A23 Palmanova - Udine - Tarvisio
A28 Portogruaro - Conegliano

MIT DEM FLUGZEUG
Flughafen Triest
40 km von Triest und Udine
15 km von Görz
80 km von Portogruaro
www.aeroporto.fvg.it

MIT DEM ZUG
www.trenitalia.it
Call center 89 20 21

Planung und Ausrichtung: Peter Zorn (ed.), Kartographie: Sibiana, Dario (ed.) (Copyright: 2010), Text: Axel Gersmann
Übersetzung: D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann
Autoren: D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann, D. Gersmann
A. Castellani, D. Castellani, F. Castellani, D. Castellani, M. Castellani, M. Castellani, M. Castellani, M. Castellani, M. Castellani, M. Castellani

PromoTurismo FVG

Villa Chiozza - via Carso, 3
33052 Cervignano del Friuli (UD)
tel +39 0431 387111 / fax +39 0431 387199
info@promoturismo.fvg.it

FVG card

Der Pass zur Entdeckung von Friuli Venezia Giulia

FRULI VENEZIA GIULIA

www.turismo.fvg.it

Trieste Infopoint
via dell'Orologio 1 (Ecke piazza Unità d'Italia)
34121 Trieste (TS)
tel +39 040 3478312 / fax +39 040 3478320
info.triestes@promoturismo.fvg.it

Info
+39 0431 387130

f t w i

Der Triestiner Karst

GRENZLAND, LAND DER EMOTIONEN

Der Karst ist eine Hochebene an der Grenze zwischen Italien und Slowenien (wo er weitergeht). Seine besondere geografische Lage im Übergangsgebiet zwischen Mittelmeer- und Kontinentalklima und seine besondere geologische Beschaffenheit aus Kalkfelsen machen ihn spektakulär und einzigartig, wie auch ökologisch sehr wertvoll. Das Weiß der Kalkfelsen erzeugt malerische Kontraste mit dem Blau des Meeres und den Farben der Vegetation: dem leuchtenden Rot des Perückenstrauchs im Herbst, dem Grün der Vegetation im Frühling und im Sommer. Ein noch stark ländlich geprägtes Gebiet, mit kleinen typischen Dörfern, in denen man auf die Kultur der starken slowenischen Minderheit trifft mit ihren Traditionen und Bräuchen. Eine Gegend, die qualitativ hochwertige typische Erzeugnisse hervorbringt: Käse, Wein, Honig, Schinken, Olivenöl, und wo man leicht einen aufgesteckten Zweig findet, der die offene Tür eines Bauernhauses anzeigt, zwei Tische und vier Bänke, wo man ein Glas Wein in Gesellschaft trinkt, dazu typischen Aufschnitt. Es gibt zahlreiche Sehenswürdigkeiten, angefangen mit der spektakulären Straßenbahnfahrt von der Stadt Triest auf die Hochebene. Und auf dem Karst angekommen, hat man die Qual der Wahl zwischen den zahlreichen Zielen: die Karsthöhlen, von der Gratto Gigante, der größten touristischen Höhle der Welt, bis zu einer unterirdischen Welt, die noch zu erkunden ist; die Naturschutzgebiete, wo man die Natur in ihrer Stille beobachten kann; der Botanische Garten, der die reiche einheimische Flora sammelt und zeigt; die reizvollen Strände, felsig, wild oder für den Tourismus hergerichtet; die ländlichen Dörfer, Zeugen einer alten Tradition, nur einen Katzensprung von der Stadt entfernt.



Schloss Duino Casa Carsica Perückenstrauchblätter



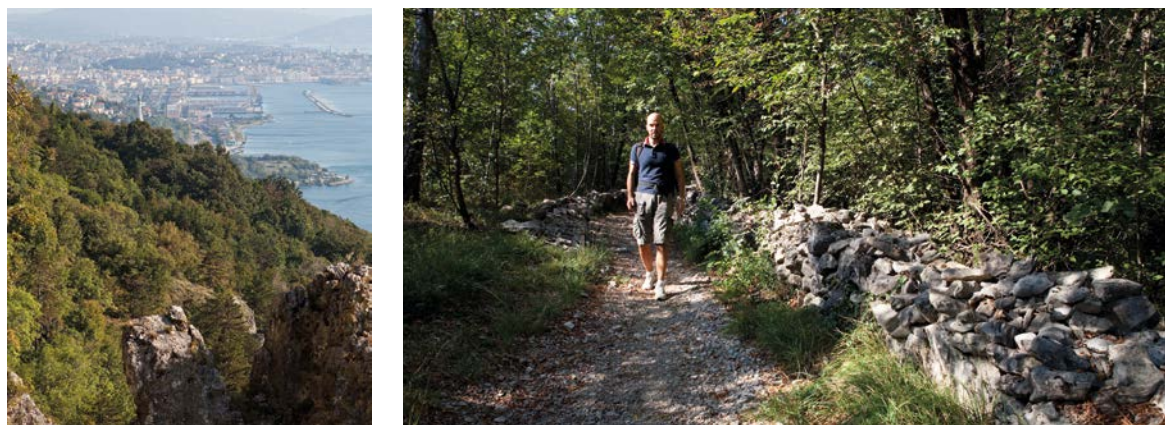
Monrupino Val Rosandra Rilke-Platz



Es gibt viele Wanderwege im Triestiner Karst, die wichtigsten sind auf der Landkarte wiedergegeben. Die beiden bedeutendsten und zweifellos bekanntesten sind der "Napoleons"-Spazierweg und der Rilke-Weg.

Die **Strada Napoleonica** ist vier-einhalb Kilometer lang, von Opicina bis Prosecco. Es ist ein richtiger Panoramaspaziergang, sonnig und für alle geeignet, von den Perückensträuchern vor der Bora geschützt, die sich im Herbst rot, gelb und orange färben. Auf dem letzten Abschnitt der Straße, an einer spektakulären Steilküste, kann man Sportklettern betreiben; an schönen Tagen sieht man oft die Sportler, die zeigen, was sie können. Die Napoleonica entstand im Mittelalter als Verbindungsstraße, aber sie heißt so, weil man glaubt, dass der heutige Verlauf von den Truppen Napoleons angelegt wurde.

Der **Rilke-Weg** ist einer der schönsten und reizvollsten Spaziergänge am Golf von Triest. Der Weg bekam seinen Namen von dem deutschen Dichter Rainer Maria Rilke, der, zu Gast im Schloss Duino Anfang des vorigen Jahrhunderts, wie schon viel früher Dante, hier seine berühmten "Düneser Elegien" schuf. Der Weg ist etwa 1,8 km lang, leicht zu begehen, aber in einer einzigartigen und spektakulären Umgebung. Es wird empfohlen, sich nicht über die Klippen vorzu-beugen.



Im Triestiner Karst findet man ein weitverzweigtes Wegenetz; deshalb und weil es keine großen Höhenunterschiede gibt, ist das Radfahren hier leicht und sehr angenehm. Zwei markierte Radwege sind auf der Landkarte wiedergegeben und hier kommentiert, die teils auf eigener Trasse verlaufen, teils auf wenig befahrenen Straßen. Auch auf Schotterstraßen und Wegen kann man in dieser bezaubernden Gegend fahren. Der **Radweg Pontiana - Hrpelje** -

Pontiana verläuft auf der Strecke der ehemaligen Eisenbahn, steigt gleichmäßig an auf dem Hinweg und bietet auf dem Rückweg eine angenehme Abfahrt. Er ist etwa 30 km lang mit einem Höhenunterschied von ca. 400 m, der notwendig ist, um von der Stadt auf die Hochebene zu kommen. Auf diesem Radweg kann man den Karst mit dem Fahrrad erreichen. Der andere **Radweg** verbindet **Opicina** (Start beim Obelisk) mit **Trebbiano** (an der Grenze zu Slowenien). Die

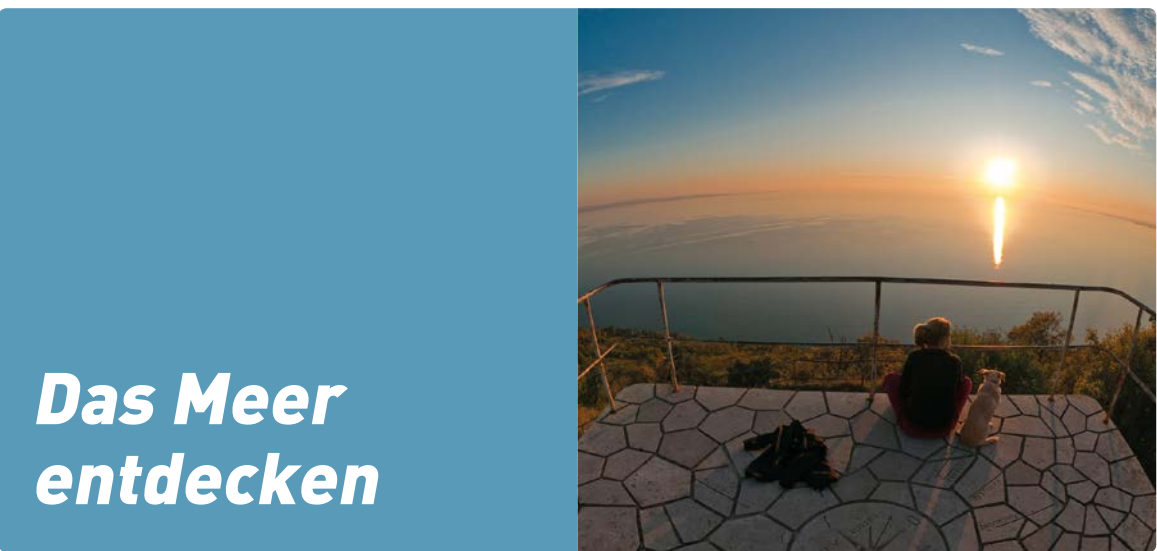
Strecke ist immer gut markiert, sie ist etwa 6 km lang mit einem Höhenunterschied von 80 Metern. Es sei daran erinnert, dass das Projekt internationaler Zusammenarbeit Italien-Slowenien bis 2013 die Vervollständigung des Alpen-Adria-Radwegs vorsieht, der Kranjska Gora (Slo.) von dem schon ein Radweg nach Tarvisio führt, mit Koper verbinden wird und dann, über den Grenzübergang Rabuiese (Muggia), mit Triest und weiter bis Venedig und Ravenna.





Österreichische, ungarische, jüdische, slawische und orientalische Einflüsse verschmelzen harmonisch mit den einheimischen Erzeugnissen und beschenken die Küche des Karsts interessante Aromen und Düfte.

Zu den typischen Süßspeisen gehören die **Jota**, eine Saubohnensuppe mit Sauerkraut, die **Brotnjedi** aus Eiern und Schinken, die **Pflaumenknödel** aus Kartoffeln mit einer Pflaume darin iss man mit zerlassener Butter und Semmelbröseln; die **porzina mit capuzi** gekochtes Schweinefleisch mit Sauerkraut, Senf und Meerrettich; das **Gulasch**, eine sehr kräftige Suppe mit Fleisch, gewürzt mit



Wo der Karst im Süden endet, erstreckt sich das Meer. Das Mittelmeer, die Obere Adria, brandet gegen die steilen Klippen. Die Küste hält die Versprechen des Landesinnern und endet unversehens über dem Meer; in dem reizvollen Kontrast zwischen dem Weiß der Felsen und dem Blau des Wassers.

Wenn man Richtung Triest fährt, trifft man als ersten Küstenort auf **Sistiana**, das schon seit alten Zeiten Badoert ist. Bald wird auch ein Touristenzentrum das ganze Jahr geöffnet sein, im ehemaligen Steinbruch von Sistiana. Entlang der gesamten Küstenstraße nach Triest liegen Buchten und reizvolle Strände mit klarem Wasser und reicher Mittelmeervegetation ringsum. Es sind alles Kieselstrände mit Felsboden im Meer; sie sind nicht leicht zu erreichen, aber die Mühe lohnt sich. Hinter Sistiana lockt die sogenannte **Costa del Barbari**, ein sehr sauberer FKK-Strand, der von seinen



Das größte Naturschutzgebiet im Triestiner Karst liegt am Südrand der Gegend: das **Val Rosandra**. Der Weg beginnt in Bagnoli, an der niedrigstgelegenen CAI-Hütte Italiens (81 Meter ü.d.M.). Das Naturschutzgebiet umfasst das schöne tief eingeschnittene Tal des Wildbachs Rosandra, des einzigen oberirdischen Wasserlaufs im italienischen Karst, wie auch den höchsten Gipfel des Triestiner Karsts, den Monte Cocusso (670 m). Die Flora ist hier besonders reichhaltig, mit mehreren Endemiten wie auch seltenen Arten. Von außergewöhnlichem Interesse sind die Amphibien, Kriechtiere und in den Wäldern die Vogelwelt. Drei weitere Naturschutzgebiete gibt es in der Gegend, das spektakulärste ist sicherlich die **Steilküste von Duino**. Es umfasst das einzige Beispiel für hohe Klippen der nördlichen Adria, eine unzugängliche Steilküste und kleinere mediterrane Kalkgeröl-



Der Wein

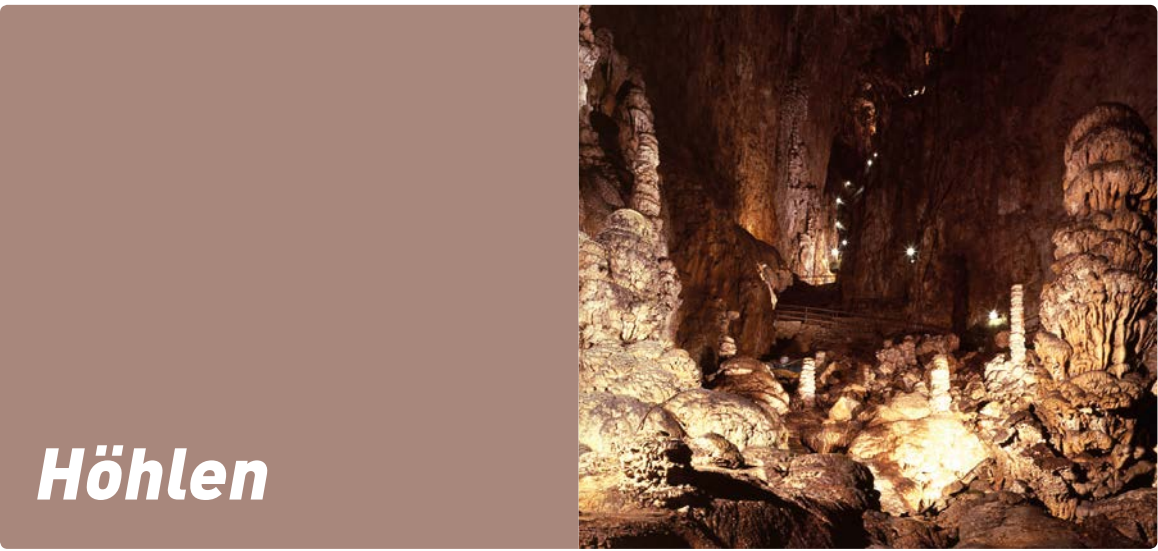
In einem Land, das so reich an Kontrasten ist – die Felsen, der rote Perückenstrauch, das Meer, die Bora, das Mittelmeerklima – konnten nur ganz besondere Weine entstehen: Rotweine wie der **Terrano-Wein** und der **Refosco** und die Weißweine **Majovsky** und **Vitovska-Wein**. Aber man trifft Tradition weitergeführt. Früher verkaufte man dort nur Wein oder hartgekochte Eier und hausgemachtes Brot, das der Gast in den typischen herben Terrano-Wein tauchte. Heute gibt es hier neben Wein und hartgekochten Eiern Schinken, Aufschnitt und Käse.



Die Dörfer des Karsts. Ihr Aussehen und die Nutzung der Gegend wurden von den wirtschaftlichen und sozialen Gegebenheiten bestimmt. Da die Landwirtschaft und Viehzucht vorherrschten, musste die Karstbevölkerung mühevoll das Land verändern, das sehr steinig und anfangs unbrauchbar war. Daher gibt es nicht viele Wohnsiedlungen. Die Straße, die die verschiedenen Dörfer verband, erweiterte sich an Orten und wurde so zur Piazza; Anfang und Ende jedes Dorfs sind deutlich ausgeprägt. Die Piazza als öffentlicher Raum verfügte über einen Brunnen und die Linde: hier fanden die Sitzungen des Ältestenrates statt, der Entscheidungen für die Gemeinschaft traf.



Das vorherrschende Baumaterial in der Karstarchitektur sind Steine, die Häuser sind durch das harte Klima geprägt, insbesondere den starken Wind, die "Bora": daher gibt es im allgemeinen wenige Öffnungen nach außen, die außerdem klein sind und leeresichtig. Sehr reizvoll und interessant aus historischer Sicht sind die **Kirche und die Burg (oder Tabor) von Monrupino**. Sie liegen auf dem Gipfel einer Anhöhe, die man von weitem sieht, sowohl aus Italien als auch aus Slowenien. Der Ort war einst Castelliere, dann Schauplatz einer Schlacht zwischen Römern und Istriern. Er war schon immer ein wichtiger Zufluchtsort für die Leute, "i Riti", genannt, während der Völkerwanderung; eine erste Kapelle scheint um das Jahr 1000 erbaut worden zu sein, und als diese verfiel, entstand an ihrer Stelle eine zweite Kirche Anfang des 16. Jahrhunderts. Ein weitere Besonderheit der Gegend ist die Anwesenheit von zahlreichen **Castellieri-Ringwallanlagen**, d. h. Verteidigungsanlagen auf Klippenhöhen. Sie haben meist runde Form und bestehen aus einem oder mehreren konzentrischen Befestigungsgürteln; sie sind auf die Zeit von 1600 bis 350 v.Chr. datierbar. Die Gründung der Castellieri-Ringwallanlagen fiel wahrscheinlich in eine Zeit sozialer Unruhen, die den Bau von bewehrten Verteidigungsanlagen nahelegte. Außer Wohnungen wurden im Innern der Ringwallanlagen in einigen Fällen Gräber gefunden.



Der Ausdruck Karst stammt von der indoeuropäischen Wurzel "kar", was "Felsen" bedeutet. Die Karsterscheinungen sind oberflächliche und unterirdische Erscheinungen infolge der Auflösung von Karbonatfelsen, wie Kalkstein: das Wort kommt von dem Namen der Region, die sich zwischen Italien, Slowenien und Kroatien erstreckt, wo die größte Verbreitung von Kalkfelsen zahlreiche solche Prozessen ausgelöst hat. Im Karst gibt es keine Wasserläufe an der Oberfläche, er ist gekennzeichnet durch weite Felsgebiete und eine lückenhafte Vegetation.

Aber es gibt auch den **unterirdischen Karst**: eine Welt von Höhlen, Gängen, Karstbrunnen und manchmal unterirdischen Flüssen. In den Höhlen kann man neben den Formen der Erosion der sogenannten Ablagerungsformen bewundern, die vom Tropfen des Wassers herrühren. Die typischsten Formen sind die Stalaktiten, die Stalagmiten, Sinterfalle, Sinkerhänge und die verschiedenen Ablagerungen an den Wänden der Höhlen. Die bekannteste Höhle des Karsts ist die **Grotta Gigante**, die größte touristische Höhle der Welt, 1995 ins Guinness-Buch der Rekorde eingetragen: 167,60 Meter lang, mit einer maximalen Höhe des Gewölbes von 98,50 Meter und 76,30 Meter breit. Die tiefste Stelle des Touristenrundwegs liegt 101,10 Meter unterhalb des Eingangs. Um eine Vorstellung von ihrer Größe zu vermitteln, sei erwähnt, dass der gesamte Petersdom darin Platz hätte, einschließlich der Kuppel. Der Touristenrundweg verläuft rund um den Großen Saal und führt auch zur Ruggero-Säule, einem fast 12 m hohen Stalagmit. Kurz vor dem Ausgang erreicht man das Bevedere, den höchsten Punkt der Höhle: von dem man eine atemberaubende Aussicht über die Große Höhle hat. Die Innentemperatur der Höhle bleibt das ganze Jahr über konstant (11 / 12° C). Interessant ist auch die **Höhle des Gottes Mithras**, in der Gegend, wo der Timavo nach seinem unterirdischen Verlauf wieder an die Oberfläche tritt. Hier wurde der Mysterienkult des Gottes Mithras praktiziert, der im Römischen Reich vom Ende des 1.

Typische Erzeugnisse



Der Käse

Die Jungkühe des Karsts weiden auf über hundert Jahre alten Wiesen, die sich einer sehr reichen und vielseitigen Flora rühmen. Man denke nur, dass es allein im Karst etwa 1600 Pflanzenarten gibt, mehr als in viel größeren Gebieten wie ganz Deutschland oder Finnland. Die Milch, die sie geben, spiegelt diesen Reichtum wider im Geschmack und im Duft. Der Karst bietet eine Vielfalt von Käsesorten, die von der Ricotta zum Stravecchio reicht und von den mit Kuhmilch hergestellten Arten zu denen aus Schaf- und Ziegenmilch. Der bekannteste ist der **Tabor**, ein Molkereikäse von zartem Aroma und von hellgelber Farbe. Der Tabor-Käse wird im Triestiner Karst seit undenklichen Zeiten produziert, durch Verarbeitung der Rohmilch mit alten traditionellen Techniken. Der **Mlet** (slowenisch für gehackt) wird aus Tabor-Molkereikäse verschiedener Reife gemacht, mit der Kruste zerkleinert und mit Pfeffer vermischt, dann in die Formen gepresst. Etwas ganz Besonderes ist der Höhlenkäse "**Jamar**". Im Slowenischen bedeutet "Jama" Höhle, oder vielmehr die besondere Art von Höhle, die den Karst kennzeichnet, tief und flaschenförmig, wo der Jamar verfeinert wird. Es ist ein Käse von intensivem Geschmack, fast scharf, und besonders krümelig.



Es gibt sowohl unter- als auch oberirdische Karsterscheinungen. Letztere sind im Triestiner Karst reichlich vertreten und werden anhand ihrer Größe klassifiziert, als Mikroformen und Makroformen.

Zu den typischsten Mikroformen gehören die **Karren/Schraffen**: Kalkgebiete mit zahlreichen Furchen, die mehr oder weniger parallel und wenige Zentimeter bis zu mehreren Metern tief sind, getrennt durch abgerundete und scharfe Grate; sie entstehen durch Gleiten und Einwirkung des Regenwassers auf die Kalkfelsen. Zu den wichtigsten Makroformen gehören Dolinen, Polja, Karstbrunnen und Karstäler. Doline ist ein Wort slowenischer Herkunft und bedeutet schlicht Tal; es ist eine geschlossene Mulde, manchmal mit einem Karstbrunnen, das Regenwasser sammelt und es in Höhlen befördert. Die Wände und der Boden einer **Doline** können rissig sein und wasserundurchlässig oder teilweise undurchlässig und die Bildung von kleinen Wasserflächen gestalten. Die Größe kann stark variieren: der Durchmesser der Mulde kann von wenigen Metern bis zu über



Die Straße des Terrano-Weines ist eine weingastronomische Route durch den Triestiner Karst, die 1984 eröffnet wurde und die Gaststätten und Restaurants verbindet, die an der Initiative teilnehmen und zu ihren Menüs den Terrano-Wein anbieten.

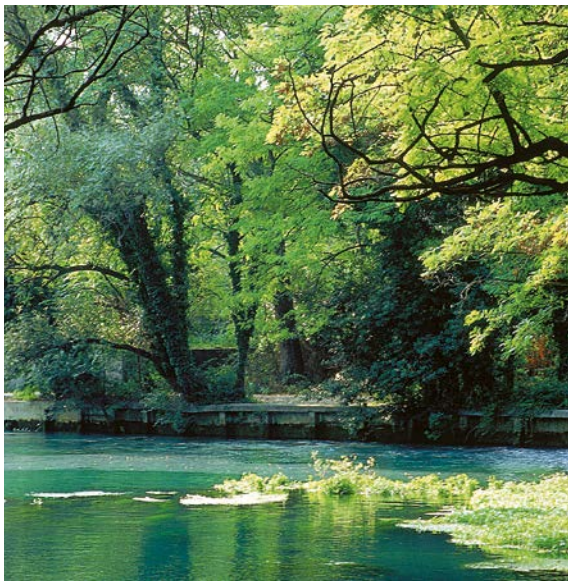
Der **Terrano-Wein** ist ein trockener Wein aus den Traubensorten des Refosco, der seinen einzigen Reiz aus der Reifezeit werden die Qualitäten eines exzellenten hier produzierten Weines beschrieben, wobei auch auf seine heilsamen Eigenschaften hingewiesen wird, insbesondere für Blutarmer wegen seines Reichtums an Eisen. Die Straße durchläuft den ganzen Karst und umfasst Gasthäuser und Restaurants, in denen man die typischsten Speisen der ein-



Triest ist die europäische Stadt mit der höchsten Zahl an Forschern pro tausend Einwohner: 37,1 (Daten von 2005) und mit einer der größten Konzentrationen wissenschaftlichen Institute Italiens. Alle zusammen in Triest und Provinz nennt man **Sistema Trieste**. Die Geschichte der Stadt, die in den letzten Jahrzehnten als Stadt der Wissenschaft bekannt geworden ist, beginnt Ende des 19. Jahrhunderts, als in Triest verschiedene wissenschaftliche Institute entstanden wie die **astronomische Beobachtungsstation** [1898] und Verbände gegründet wurden, die sich mit Karsterscheinungen, Höhlenforschung, Geophysik und Meeresbiologie befassten. Die Wende in der Wissenschaft erfolgte im 1961 mit dem Treffen zwischen Prof. Paolo Parronchi und dem pakistanischen Physiker Abdus Salam, der der IAEA der Einrichtung eines internationalen Zentrums für Physik vorschlug, zur Zusammenarbeit der Wissenschaftler aller Länder der Welt, www.triestecitadellascienza.com



Der **Timavo** [Reka] ist ein **geheimnisvoller und faszinierender Fluss**, dessen unterirdischer Verlauf noch nicht vollständig bekannt ist. Er entspringt am Hang des Monte Nevoso in Slowenien und fließt etwa 50 km lang an der Oberfläche auf undurchlässigem Boden bis zu der Höhle von San Canziano (Slo), wo er in der Erde versinkt, um nach 40 km Weg, der fast zur Gänze unbekannt ist, in San Giovanni di Duino mit drei Quellen wieder zu erscheinen. Kaum zwei Kilometer weiter mündet er in die **Adria**, im Golf von Panzano. Der **Timavo**, der **unterirdische Fluss**, birgt noch weitere Geheimnisse. Im Laufe der Jahrhunderte haben sich die Stellen, an denen er an die Oberfläche tritt, geändert: das bestätigen uns auch Schriften der Vergangenheit. "Sieben Quellen und sieben Flüsse" schrieb im 1. Jahrhundert v.Chr. der griechische Geograph Strabon, während im ersten Buch der Aeneis Vergil den Timavus besingt, "der mit lautem Getöse das Berge sich jäh in unterirdische Flut stürzt durch neun Mündungen und das Gefild mit rauschender Flut deckt." Wieder sieben sind es 1556, als Bischof Andrea Rupicio schreibt: "hier sind die Teiche des Timavo; wo schön frisch und kristallen aus sieben Quellen die Wasser sprudeln".



In der Provinz Triest wohnt die zahlenstärkste **slowenischsprachige Gemeinschaft** der Region, sie ist über fast das ganze Gebiet verteilt. So wird denn auch die slowenische Kultur emsig gepflegt. Im Triestiner Karst kann man alle zwei Jahre in der letzten Augustwoche einen spektakulären Querschnitt durch diese Traditionen erleben. Es finden Hochzeiten in der Öffentlichkeit statt, ein reizvolles Erlebnis aus alten Zeiten: die Bräuche, die die zukünftigen Eheleute einhalten müssen, sind in der Tat typisch für das 19. Jahrhundert. Die sogenannte **Karsthochzeit** erlebt man in den Ortsteilen von Ronciglione-Monrubino, sie ziehen etliche Touristen und Schaulustige an und bieten eine originelle Kombination von Kultur, Gastronomie und Traditionen. Die folkloristische historische Inszenierung wird in ungeraden Jahren abgehalten und beginnt am letzten Dienstag im August, um am Sonntag mit einem großen Fest für alle zu enden. Während der Festtage wechseln sich verschiedene Rituale ab: der traditionelle Abschied des Mannes und der Frau vom Ledigenstand, die Serenade (podoknica) unter dem Balkon der Braut, der Transport der Güter der Braut auf Handwagen in das neue Haus. Natürlich tragen alle die traditionellen Kostüme. Die Zeremonie wird in der Burg von Monrupino abgehalten und ist reichlich und religiös gültig. Ideal zum Verstehen der Traditionen dieser Gegend ist ein Besuch des Museums **Casa Carsica** in Rupingrande, wo die Zimmer eines typischen ländlichen Hauses rekonstruiert sind.



Südlich des Karsts, an der Grenze zu Slowenien, liegt das bezaubernde Städtchen Muggia. Die Stadt birgt Zeugnisse von ersten Siedlungen, die auf die Bronzezeit zurückgehen. Ab **931 n. Chr.** stand es unter dem Patriarchat von Aquileia und ging 1420 an den Republik Venedig, deren Schicksal es bis 1797 teilte. Es war eine Festung zum Schutz der Gebiete Venedigs in Istrien vor dem gegenüberliegenden Triest, das den Habsburgern gehörte. Die **venezianischen Einflüsse** sieht man am Dialekt, an den Traditionen, an der Küche, an den Häusern in den engen Gassen der Altstadt, "Gall", genannt, an den alten Wappen an den Hauswänden, aber vor allem an der herrlichen Piazza Marco, einem echten venezianischen campiello. Hier, im Herzen des Städtchens, finden wir den **Dom** SS. Giovanni e Paolo mit seiner herrlichen Rosette, in der Mitte die Jungfrau mit dem Kind. Im Norden geht der Triestiner Karst in den **Görzer Karst** über, der mit seinen unzähligen Weggassen des Ersten Weltkriegs ein richtiges Freilichtmuseum ist.

