

Kärntner Nockberge: Alpines Juwel an Österreichs sonniger Alpensüdseite, wo die Zeichen auf „herbstli- chem Hochgenuss“ stehen

Gerd Krauskopf

Bergwanderführer Rudolf Eggarter liegt im Gras einer seicht abfallenden Almwiese, genießt das Gefühl von Freiheit und freut sich an diesem Morgen über den grandiosen Weitblick über die Gipfelwelt des Biosphärenparks Nockberge. „Es ist geologisch die älteste Bergregion Kärntens“, schwärmt der erfahrene Bergwanderführer, „und hat ihren ganz eigenen Charakter. Die wertvolle Natur- und Kulturlandschaft wird gepflegt und behütet“.

Dabei ist unsere kleine Dreiergruppe mit Rudolf zuvor an diesem frühen Morgen mit der Kaiserburgbahn Bad Kleinkirchheim hier auf guten 2000 Höhenmetern eingeschwebt. Sodann starten wir – geführt von Rudolf – von der Bergstation auf den Gipfel des Wöllaner Nock mit seinen 2.145 Metern. Hier genießen wir erst einmal vom Gipfelkreuz aus den beeindruckenden Ausblick auf die umliegende Bergwelt. Später gehts über die für die Nockberge so typischen grasbewachsenen Berg Rücken. Irgendwann zeigt Rudolf mit ausgestrecktem Arm auf den tief unten in der Ferne liegenden Ort St. Oswald, der



Der Blick von der Bergstation der „Kaiserburgbahn Bad Kleinkirchheim“

von der Sonne wie von einem Spot durch die Wolken punktgenau beleuchtet wird. Dabei erfahren wir, dass der Ort im Winter mit Bad Kleinkirchheim für Skifahrer eine Skischaukel bildet. Weiter geht es vorbei an 1,5 Meter hohem Alpen-Milchlattich, der nicht nur Menschen bei Entzündungen helfen soll, sondern auch die Milchleistung des Viehs steigert. Die späte Blütenpracht des blauen Enzians - an dem wir bestimmt achtlos vorbeimarschiert wären - erfreut nicht nur unser Auge, sondern wurde früher als Heilmittel gegen Hundebisse und Tollwut verwendet. Immer wieder müssen wir Kuhfladen ausweichen. „Mit bis zu zehn solcher Fladen am Tag“, weiß unser Bergwanderführer, „sorgt eine einzige Kuh für wertvolle Nährstoffe auf den Almwiesen“. Nach einer zweistündigen Wanderung rasten wir auf der Wegerhütte mit Kärntner Spezialitäten wie Käse- und Speckbrot. Danach lassen wir

uns von einem Nockmobil, so heißt das kostengünstige Anrufsammeltaxi in der Region Millstätter See - Bad Kleinkirchheim - Nockberge bequem zum Hotel in Bad Kleinkirchheim zurückbringen. Dort warten der Wellnessbereich und vielleicht sogar eine wohltuende Massage.

Ein kulinarischer Trommelwirbel erwartet uns bei „herbstlichem Hochgenuss“, wenn sich die Vielfalt der traditionellen



Der erfahrene Bergwanderführer Rudolf Eggarter



Hotel Prägant: Vorspeise aus „Rauchkuchl und Selch“

G

Genuss- und Reisetipps

Kärntner Küche mit der Leichtigkeit der Alpen-Adria-Küche vereint. Heimische Produzenten und Wirte, die hier die Slow Food-Philosophie leben, sind der beste Beweis dafür. In guten Restaurants und in kleinen alten, gepflegten Häusern inmitten schöner alter Möbel lässt es sich herrlich speisen. Kulinarisch hält der Herbst, der langsam seinen Höhepunkt überschreitet, das Zepter in der Hand: In den kleinen, feinen Vorspeisen findet sich saisonal frisch geerntetes Gemüse. Für geschmacklichen Hochgenuss sorgen durchkomponierte Hauptspeisen wie zum Beispiel die zarten,



Den Alltag hinter sich lassen im Thermal Römerbad



Crépinette vom Hirschrücken und konfiertes Tigerforellen-Filet

lukullische Reise beginnt in diesem Jahr im Hotel Prägant mit einer Vorspeise aus „Rauchkuchl und Selch“. Die genussvolle-Orts erkundung zum nächsten Gang führt weiter zur Loy-Stub'n ins Hotel Pulverer mit einer Suppe aus „Kärntner Korn, Kraut und



Süßes Finale: Kärntner Wein trifft auf Kärntner Kas



Bergrestaurant Kaiserburg -Showkoch Marco Krainer

Krainer teil, der gekonnt moderiert und begleitet.

Das Koch-Multitalent treffen wir an unserem letzten Urlaubstag am Mittag an der Bergstation im Bergrestaurant Kaiserburg. Hier bereitet er köstliche Pasta mit Sugo vom Nockberger Almring, herblichem Gemüse und Pilzen, Bergkäse und Sprossengrün zu. Runter gehts dann zu Fuß, um die Kalorien der herausragenden Küche zu verbrennen. Unten freuen wir uns darauf, unsere müden Knochen im mineralhaltigen Wasser in einem der beiden Thermalbäder Römerbad oder St. Kathrein entspannen zu können.

Fotos: Gerd Krauskopf

wohlschmeckenden Reinanken (Renken) und Kärntner Läxn, eine delikate Seeforelle aus dem nahen Millstättersee oder bestes Fleisch und Wild aus dieser Region.

Aus dieser Intention heraus hat sich die herbstliche Veranstaltungsreihe „Kulinari-sche Nächte“ in der Region entwickelt. Die

Ruabn“. Der Hauptgang unter dem Motto „Vom Reh zum See“ wird im Family & Sporthotel Kärntnerhof gereicht. Das süße Finale erwartet uns im Ortner Eschenhof Alpine Slowness, wo Kärntner Wein auf Kärntner Kas trifft. Auf dieser „Wanderung von Genuss zu Genuss“ nimmt wie jedes Jahr wieder Kärntens-Showkoch Marco

Weitere Informationen:
Nockberge Tourismusmanagement
GmbH, www.millstaettersee.com/de/info-service/kontakt/kontakt.html