



Lust auf Italien

Nr. 5 September/Oktober 2016 5,80 €

www.lustauf.de



GRATIS
FÜR JEDEN LESER!

Selfie-Stick mit
Kippgelenk und
Bluetooth
Infos S.100

Lust auf Italien



Pesce: Die Klassiker
Die schönsten Fischgerichte



Gemüse-Antipasti
Italien – das perfekte Gemüseland:
Leckere Antipasti für Jedermann



Marillen-Rezepte
Köstliche Kreationen für Zuhause



Südtirol

Die schönsten Reize:
Wandern, Biken & Törggelen



Apulien: Tremiti-Inseln

Der goldene
Herbst
Apulien • Gardasee • Südtirol



Gardasee: Baia delle Sirene

A 6,60 € / 17,80 € / CH 10,90 CHF / LUX 6,80 €



05



Die malerische Mittelmeerstadt Piran liegt im äußersten Südwesten Sloweniens an der Küste des Adriatischen Meeres.



ISTRISCHE KÜSTE

Urlauber können im Herbst beim Pflücken der Kaki helfen.

Das etwas andere Flair italienischen Ursprungs...

Die istrische Küste Sloweniens: Traumhafte Strände, malerische Fischerdörfer, kulinarische Köstlichkeiten und eine Vielfalt an sportlichen Aktivitäten. Gleich hinter Triest, direkt an Italien angrenzend bietet die knapp 50 km lange Küste einiges an Möglichkeiten für vielfältige Urlaubs-Aktivitäten.

Der vom venezianischen bzw. italienischen Bau- und Lebensstil geprägte Landstrich besteht zum großen Teil aus felsigen und imposanten Küsten mit mehreren Jacht- und Fischereihäfen. Die 46,6 km lange slowenische Küste erstreckt sich mit strahlend grüner und üppiger Vegetation. Hier befindet sich der Landschaftspark Strunjan, ein Naturreservat mit dicken

Kalkstein- und Sandsteinablagerungen und dem einzigartigem Kliff, das sich bis 80 m steil über dem Meer erhebt und die höchste Flyschwand an der Adria ist. Hier befinden sich die Salinen von Sečovlje. Wegen ihrer kulturellen und natürlichen Bedeutung wurden sie 1989 zum Landschaftspark erklärt. Die Salinen sind eine Schatzkammer der Pflanzen- und Tierwelt, am bedeutendsten sind sie in ornithologischer Hinsicht, zumal die Vögel wegen des milden Klimas und ausreichender Futtermittelvorkommnisse in den Salinenbecken ideale Lebensbedingungen vorfinden. So wurden hier über 200 Vogelarten beobachtet, rund 80 Vogelarten nisten hier regelmäßig oder gelegentlich. Die Orte Piran, Izola und

Das mondäne Seebad Portoroz, übersetzt Hafen der Rose, an der slowenischen Adriaküste ist eine sehr beliebte Urlaubsregion.





Traumhafte Radwege entlang der Adriaküste.

Koper verführen mit ihrem mittelalterlichen Stadtbild. Koper hat den Ruf, mit seiner historischen Altstadt eine der malerischsten Gegenden im Norden Istriens zu besitzen. Im Sportbereich nimmt natürlich der Wassersport eine bedeutende Rolle ein. Die Stadt hat einen Jachthafen errichtet, in der Bucht vor Koper finden mehrere Regatten statt. Besonders attraktiv sind die nahe Umgebung von Koper und das Hinterland: Die senkrechten Felsen bei Črni Kal und Osp sind ein Dorado für Freikletterer, die ländliche Gegend zeichnet sich durch landestypische Gastronomie und ausgezeichnete Landweine (Weinschenken) aus.

Nur rund fünf Autostunden von Süddeutschland und Wien entfernt, erstreckt sich die Urlaubsdestination entlang der slowenischen Adriaküste von der italienischen bis zur kroatischen Grenze. Olivenöl, Salz, Wein, ein mildes mediterranes Klima, Palmen und Meer zeichnen das Slowenische Istrien aus. Portorož und Piran liegen rund 30 Kilometer südlich von Triest. Die slowenische Hauptstadt Ljubljana ist nur eine Stunde Fahrt entfernt.

PIRAN

Das malerische Hafenstädtchen Piran liegt am Ende einer Landzunge, die sich zwischen zwei Buchten erstreckt. Die Spuren

der venezianischen Vergangenheit vom späten 13. Jahrhundert bis zum Ende des 18. Jahrhunderts finden sich in engen, verwinkelten Gassen, belebten Plätzen, Kunstdenkmälern und den dicht aneinandergereihten Häusern, die von der Küste treppenartig ansteigen, wieder. In der Geburtsstadt des Komponisten Giuseppe Tartini erwartet die Besucher ein vielfältiges Kulturangebot mit Galerien und Museen. Rund um den Tartini-Platz laden Restaurants und Cafés zum Verweilen und verschiedene Märkte sowie kleine Läden zum Bummeln ein.

PORTOROŽ

Das nur drei Kilometer entfernte Portorož ist bereits seit dem 13. Jahrhundert als Kurort bekannt. Heute bieten verschiedene Hotels und Spas ein umfangreiches Gesundheits- und Wellnessangebot. Dieses reicht von Behandlungen mit lokalen Produkten wie Fango, Meerwasser und Salz bis hin zu Thai-Massagen und Ayurveda-Behandlungen.

Der große Yachthafen in Portorož schafft ideale Voraussetzungen, um die Adriaküste beim Motorbootfahren, Segeln, Surfen und Rudern zu entdecken. Zur Marina Portorož gehört zudem ein Sportcenter mit 19 Tennisplätzen, einem Minigolfplatz sowie Tischtennis-, Basketball-, Volleyball- und Kleinfußballanlagen. Ganzjährig besteht auch die Möglichkeit die



Eine Tour entlang der Küste sollte ein fester Bestandteil Ihrer Urlaubsplanung sein.

Region während eines Panoramafuges mit einer Cessna oder einem Helikopter aus luftiger Höhe zu bewundern. Der kleine, internationale Flughafen in Portorož bietet dabei verschiedenste Optionen vom knapp 10-minütigen Ausflug nach Piran bis zum 100-minütigen Panorama-Flug mit einer Schleife um den Triglav, den mit 2.864 Metern höchsten Gipfel Sloweniens und der Julischen Alpen. Abenteuerlustige können am Flughafen Portorož selbst Flugstunden nehmen oder einen Fallschirmsprung wagen.

HINTERLAND

Im grünen Hinterland warten ursprüngliche Dörfer wie Sveti Peter, Strunjan, Nova Vas und das denkmalgeschützte Padna zwischen Pinienwäldern, Olivenhainen und Weinbergen darauf mit dem Fahrrad, zu Fuß oder dem Auto entdeckt zu werden. In den Eichenwäldern der Region herrschen ideale Verhältnisse für das Wachstum der wertvollen unterirdisch wachsenden Knollenpilze die „Trüffel“. Der weltweit geschätzte Speisepilz wird mit ausgebildeten Trüffelsuchhunden aufgespürt. Der beste Zeitraum um diese Köstlichkeit vor Ort zu genießen, ist im Herbst, denn ab September beginnt die Erntezeit für den weißen Trüffel. Köstliche Gerichte auf den Trüffelfesten oder auf kleineren einheimischen Höfen laden zum Verweilen und Genießen ein. Beein-

druckend ist auch ein Besuch der Salinen von Sečovlje mit ihrer über 800 Jahre alten Methode zur Salzgewinnung.

WELLNESS UND GESUNDHEIT

Die fünf natürlichen Heilelemente der Region Fango, Thermo-Mineralwasser, Sole, das Meer und das milde Klima locken ganzjährig zahlreiche Wellness- und Kurgäste nach Portorož. Eine Vielzahl von Hotels verfügt über einen eigenen Spa-Bereich sowie beheizte Innen- und Außenpools mit

neuen Spa – nicht zuletzt aufgrund der Lage im Naturpark der Salinen – auf die verwendeten Materialien und Produkte gelegt. Zum Einsatz kommen nur unbehandelte Hölzer, die Wasserbecken werden durch eine Solaranlage geheizt und die Reinigung erfolgt dank eines Elektrolyseverfahrens ohne Chemikalien. Die eigene Produktlinie ermöglicht den Gästen, ein Stück Adriaküste in Form von verschiedenen Salzpeelings, Badesalzen und Seifen mit nach Hause zu nehmen.

Neben den für die Region typischen Anwendungen wie Fangopackungen, Salzpeelings und Bädern mit Solewasser stehen im Shakti-Ayurveda Center indische Ayurveda-Behandlungen von zertifizierten Therapeuten aus Kerala und im Wai Thai Center traditionelle Thaimassage zur Wahl.

“ Salzschlamm und Salzlake ”

Meerwasser. Ein besonderes Highlight ist das Thalasso Spa „Lepa Vida“, das 2013 in einem stillgelegten Teil der Salinen von Sečovlje eröffnete. Von Mai bis September genießen Gäste hier unter freiem Himmel lokale Anwendungen wie Fango-Packungen, Salzpeelings und Bäder in Salzlake sowie Massagen oder eine Lymphdrainage. Im Rahmen von Spa-Nächten können die maximal 55 Besucher auch am Abend im Meerwasserbecken schwimmen oder kneipen. Besonders Wert wird im



Im nördlichen Teil des Landschaftsparks Sečovlje wurde im Frühjahr 2013 ein neues, einzigartiges Zentrum im Freien, das THALASSO SPA LEPA VIDA eröffnet.



Das slowenische Istrien ist eines der nördlichsten Gebiete, wo noch Olivenbäume wachsen.





AKTIVITÄTEN

Fonda Fish Garden

- Besuch der Fischfarm: 25 €
- Besuch mit Verkostung: 36 €

www.fonda.si

Rent-a-bike

- Go Portoroz Agentur in Portoroz: 20 €/Bike/Tag
- Luma Sport in Piran: 15 €/Bike/Tag
- Tourist Information in Piran und Portoroz: Piranko Cityrad - 10 €/Bike/48 Stunden (50 € Pfand)

Tour durch Piran

- Ein Guide kostet zirka 50 € für 1-2 Stunden, unabhängig von der Zahl der Teilnehmer
- Das Tourist Board Portoroz organisiert jeden Samstag um 18 Uhr eine deutsch-englische Tour, die am Tartini Platz startet, Preis: 3 €/Person

Trüffelsuche mit IstraTerra

- inkludiert: Trüffelsuche, kleine Kocheinführung in Pasta mit Trüffel, Mittag- oder Abendessen, Weinverkostung und einen Guide
 - Kosten für individuelle Gäste 80 €/Person, ab 5 Gästen wird es günstiger.
- www.portoroz.si/de

Mehrere Schwimmbecken mit Meer- und Thermomineralwasser, Physiotherapie, Kinesis-Geräte, Aerobic-Kurse und eine umfassende Saunalandschaft, in der unter anderem eine Salzsaua zur Verfügung steht, runden das ganzjährige Angebot ab, deshalb auch eine wunderbare Gelegenheit die Region im Herbst und Winter zu besuchen.

KULINARIK

Bei Genießern und Feinschmeckern ist Istrien für seine vielfältigen kulinarischen Schätze wie seine Weine (Malvazija und Refosk), Olivenöl, Obst, Gemüse, Fisch, Trüffel sowie Salz und das feine Fleur de Sel bekannt. Die direkte Nähe zu Itali-

en und dem Alpenraum hat zudem abwechslungsreiche, aromatische Spuren in der Küche hinterlassen. Zu den typisch istrischen Speisen gehören unter anderem die klassischen Gemüsesuppe mit Mais „Bobiči“, Risotto, die Fischsuppe „Brodet“, der luftgetrocknete Schinken Pršut, Polenta mit Stockfisch, Gnocchi mit Wild oder Hasenfleisch, Süßspeisen wie Strudel mit Orangen-Olivenöl, leckere Teigwaren verfeinert mit Trüffel als auch Meeresspezialitäten jeder Art – von rotem Drachenfisch, Dorade, Wolfsbarsch, Sardellen bis zu Heilbutt, Scampi und Tintenfisch. Ein unverkennbarer Genuss ist ein Stück hausgemachtes Brot mit pikantem Olivenöl und einem Hauch von Fleur de Sel.

Genießen Sie mit jedem Schritt mediterranes Klima.



Trüffel - das weiße & schwarze Gold aus Istrien ist weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt.

In der Bucht von Piran findet man die Heimat der Fonda Fischfarm, wo die Familie mit ihrer jahrzehntelangen Erfahrung einen außergewöhnlichen Fisch züchtet – den Piraner Branzino! Dieser magische Ort besticht nicht nur durch eine fantastisch ursprüngliche Atmosphäre, sondern zeigt auch, wie der schonende Umgang mit der Ressource Meer und seinen Bewohnern und insbesondere wie eine nachhaltige, biologische Fischzucht in Zukunft auszusehen haben wird. Die Fondas sind studierte Meeresbiologen, die mit ihrem umfassenden Wissen und ihrer Liebe ein faszinierendes System zur Zucht des Branzinos entwickelt haben – und dies dem staunenden Besucher ungemein interessant, sympathisch und liebevoll vermitteln. Diese mühevollen Arbeit wird sichtbar, wenn Dr. Irena Fonda und ihr Team Sie auf eine Tour zu den Fischen mitnehmen: Sie werden die Jungbrassen mit den für eine biologische Ernährung sorgsam ausgewählten Nahrungsmitteln füttern und werden alle Stationen der Aufzucht kennenlernen – von den „Fingerlingen“, bis



Inmitten der Bucht von Piran, befindet sich die berühmte Fischzucht der Familie Fonda.

zu den mehrere Jahre alten, kiloschweren Branzinos.

AKTIVITÄTEN

Bewundern Sie die Region während eines Panoramafuges mit einer Cessna oder einem Helikopter aus luftiger Höhe. Der kleine, internationale Flughafen in Portorož bietet dabei verschiedenste Optionen vom knapp 10-minütigen Ausflug

nach Piran bis zum 100-minütigen Panorama-Flug mit einer Schleife um den Triglav, den mit 2.864 Metern höchsten Gipfel Sloweniens und der Julischen Alpen. Abenteuerlustige können am Flughafen Portorož selbst Flugstunden nehmen oder einen Fallschirmsprung wagen.

Weitere Informationen:

www.portoroz.si/de
www.fonda.si



★★★★★

LEGENDÄRER SERVICE IN EINEM LEGENDÄREN HOTEL

Mit dem Kempinski Palace Portoroz wartet die Destination mit dem ersten und einzigen Fünf-Sterne-Superior-Hotel des Landes auf, zu dessen Stargästen Sophia Loren zählt. Bestehend aus einem denkmalgeschützten Grandhotel von 1910 und einem modernen Gebäude, überzeugt es mit 181 Zimmern und Suiten, zwei Restaurants und einem Belle Époque Ballsaal.