

# Sapri statt Capri

## Unterwegs im italienischen Cilento

Wenn man es nur jedem recht machen könnte! Der eine will in die Berge, der andere ans Meer. Beides geht nicht. Oder doch? Wie wär's mit dem Cilento? Das ist die italienische Gegend zwischen Paestum im Norden und Sapri im Süden, Schauplatz der griechischen Sagen, wo Aeneas segelte. Dahinter erhebt sich eine Bergwelt mit mittelalterlichen Dörfern, die die Unesco 1998 zum Welterbe der Menschheit machte. Autor Wolfgang Minaty hat den Cilento einmal umrundet.



### Morgens, ein Hügel mit Aussicht

„Christus“, so lautet ein berühmter Romantitel, „kam nur bis Eboli“. Das ist ein gottverlassenes Kaff, landeinwärts, nicht weit von Neapel weg. Eher etwas für Sünder. Man sollte weiterfahren.

Das Gebirge heißt Cilento. Für ein Paradies ist es etwas zu zugig und sperrig, was die Unesco aber nicht daran hindert hat, das ganze Gebiet zum Welterbe zu erklären, und die Mönche von Padula nicht davon abgehalten hat, dort eine der größten Klosteranlagen Süditaliens zu errichten: die Kartause San Lorenzo – luxuriös bis in die Gewölbespitzen und dennoch weltabgewandt, also wie geschaffen für die Kontemplation.

Wir sind am Ostrand des Cilento. Noch sind wir Zaungäste, aber schon werden unsere Blicke magisch angezogen von den sanften Terrassen und Hügeln, hinter denen die Gipfel hervorlugen. Es ist der Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano, der zweitgrößte Nationalpark Italiens. Und was wächst da nicht alles! Oliven, Feigen, Kapern und Wein – und Orchideen, 180 wilde Arten davon.

Es fällt schwer, sich davon loszureißen. Aber wir wollen ans Meer, an den Golf von Sapri. Alle Welt kennt Capri, aber Sapri? Hier kommst du an, hältst inne und hörst die Wellen

**Geschichte und große Natur:** Die antiken Tempelanlagen bei Paestum (o.) und Kap Palinuro mit seinen schroffen Steilküsten. Dahinter beginnen die Badestrände des Cilento.

FOTOS: DPA, PANTHER-MEDIA, ARCHIV FKN



rauschen wie eine Ouvertüre. Die Italiener sind unter sich, im August, davor und danach sind die Strände weiß, lang, sauber und leer. Auch wer eigentlich Sand mag, wird sich rasch an die Kieselsteine gewöhnt haben. Und wenn nicht: Die Traumstrände aus Sand kommen noch, warts nur ab!

Wir fahren an der Küste entlang nordwärts. Links spiegelt das Wasser, rechts ragen die Wände. Dann geht es in die Höhe. Einsamkeit, wohin du schaust, wilde Einsamkeit, und dann und wann ein Dorf, stolz, aber arm. „Buongiorno!“ In der Bar rücken die Köpfe, wir wollen nur einen Caffè. Draußen Ziegen, die die Straße blockieren.

Angekommen in Palinuro, heißt es durchatmen. Es blenden die goldenen Strände, Buchten wie Sicheln, viele versteckt, unberührt, glasklar das Wasser, und grandios die Kulissen. Man-

che Küstenstreifen sind so abgetrennt, dass sie nur mit dem Boot zu erreichen sind.

Wir wollen zum Monte Sacro, dem Heiligen Berg, auch Monte Gelbison genannt. Das ist nicht der Name eines britischen Erstbesteigers, sondern kommt aus dem Arabischen. „Ghebil el son“ heißt so viel wie „Berg der Anbetung“. Will sagen, die Sarazenen waren schon mal da. In Haarnadelkurven geht es hinauf. Bröckeln tut immer was. Oben empfängt uns die Schwarze Madonna von Novi Velia.

Und wieder geht es an der Küste entlang, diesem sympathischen Wechselbad aus Brandung und Klippen. Von Mal zu Mal werden die Buchten schöner, man kann gar nicht so oft anhalten, wie man baden möchte.

In Velia, dem Silicon Valley der antiken griechischen Philosophie, wurden schon vor

Sokrates neue Ideen über das Sein geschmiedet. Und es machten Paradoxa wie das vom Wettlauf zwischen Achill und der Schildkröte die Runde, bei dem Achill nie gewinnen kann. „Weit aus dramatischer“, erzählt uns die Archäologin Verena Gassner von der Universität Wien, die schon seit langem die Ausgrabungen vor Ort leitet, „war der Entschluss von fünftausend Griechen etwa 500 Jahre vor Christus, der Versklavung durch die Perser zu entgehen und übers Mittelmeer hierher zu fliehen. Was sind die Flüchtlingsdramen von heute anderes?“

Unten in Castellabate, einem putzmunteren Hafen mit herrlichem Sandstrand, ist der Kreis um den Cilento so gut wie geschlossen. Aber noch nicht abgeschlossen. Paestum wartet, dieses Wunderwerk dreier Griechentempel. Goethe war begeistert (er hatte recht), und Gabriel Zuchtriegel aus Ra-

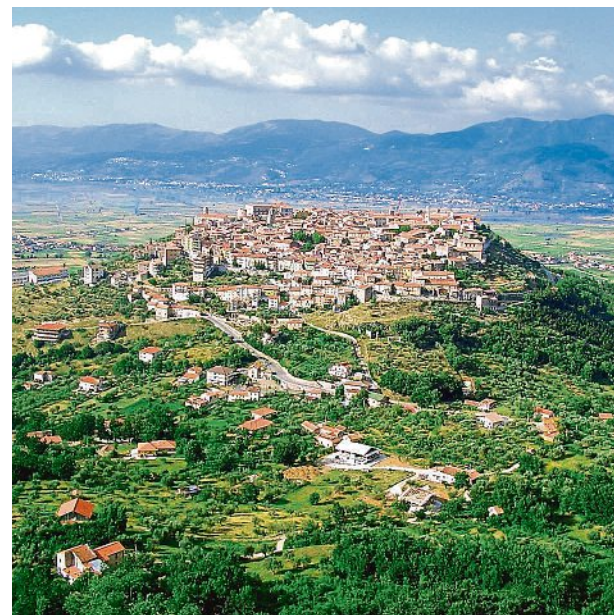
vensburg, gerade zum Direktor ernannt, wird künftig das Weltkulturerbe leiten.

Nach der Ästhetik die Kulinarik. Es ist nur ein Sprung bis zur Käseerei in Capaccio Scalo, wo wir den Käsemeistern beim Rupfen und Zupfen (italienisch „mozzare“) des Büffelmozzarellas zusehen (aus Kampanien soll der beste Italiens kommen, nicht umsonst EU-weit mit dem Prädikat DOP geschützt). Und wenn wir schon beim Käse sind: Der Wein ist nicht weit. In Giungano gibt es eine Kellerei, die uns mit dem Nötigsten für daheim ausstattet. Und was ist nötig? Das Typische. Und was ist typisch? Ein weißer Fiano und Greco sowie ein nicht allzu schwerer roter Aglianico.

Aber noch sind wir nicht daheim. Wir sind noch in Kampanien. War Urlaub im Cilento sozusagen Urlaub im Funkloch, in dem niemand störte, so kommt jetzt, quasi um die Ecke, die Amalfiküste. Da ist wieder Leben, da ist Betrieb. Sonntage wie im Rausch. Cilento war eindeutig ruhiger.



Weitblicke: Eine Wandergruppe am Aussichtspunkt über dem Golf von Policastro.



Höhepunkte: Teggiano ist einer der vielen kleinen Orte in der Nähe des Nationalparks Cilento.

### DIE REISE-INFO

**REISEZIEL** Das Gebiet Cilento liegt zwischen Paestum im Norden und Sapri im Süden in der Region Kampanien (Provinz Salerno) im Süden Italiens. Ein großer Teil des Gebiets wurde 1991 zum Nationalpark und 1998 zum Unesco-Welterbe der Menschheit erklärt.

**ANREISE** Flüge München-Neapel kosten ca. 200 Euro pro Person (hin und zurück), in der Nebensaison gibt es auch welche ab 140 Euro. Angeboten werden diese Flüge vor allem von Air Berlin, Lufthansa und Alitalia. Mit dem Pkw sind es von München über den Brenner bis Sapri 1300 Kilometer.

**WOHNEN** [www.turismoinsalerno.it](http://www.turismoinsalerno.it), Bauernhöfe: [www.agriturismo.it](http://www.agriturismo.it). Empfehlenswert in Sapri die einfache „Locanda Dei Trecento“ (DZ ab 90 Euro), in Palinuro das edle Hotel „La Torre“ (ab 120 Euro), in San Marco di Castellabate das vornehme „Approdo Resort“ (ab 180 Euro inklusive HP).

**GASTRONOMIE** Das Essen ist eher rustikal als raffiniert. Grundlegend sind Pasta, Artischocken, Bohnen, Paprika, Tomaten und Olivenöl: die frühere Armeleuteküche Kampaniens – genau das Richtige für den US-Physiologen Ancel Keys, auch „Mr. Cholesterol“ genannt, der an der cilentanischen Küste die Mittelmeerdiät nicht erfand, sondern vorfand. Gelegentlich weichen die Menüs (angenehm) davon ab: Spinatknödel mit dem kauzigen Namen „Strangula preti“ (Priesterwürger) oder „Pesce all'acqua pazza“ (Fisch in verrücktem Wasser). Die Klassiker: Sardellen („alici „mbuttunate“), Ravioli ricotta, Wildschwein („ragù di cinghiale“). Eine Sünde wert: „La Sfogliatella“, ein Leckerbissen unter den Blätterteigen. Viele Hotels bieten die Gerichte mit der Halbpension an.

**WEINGÜTER** Empfehlenswert die Azienda Agricola San Salvatore in Giungano bei Paestum (Cilento) und die Azienda Vinicola Marisa Cuomo in Furore bei Praiano (Amalfiküste).

**AUSFLÜGE** Zur Grotta dell'Angelo bei Pertosa (mit dem Kahn durch die Unterwelt), ins Bussento-Gebiet bei Sapri (da verschwindet ein ganzer Fluss in einem Loch und taucht ein paar Kilometer weiter bei Morigerati wieder ans Tageslicht), spektakuläre Bootsfahrt zur Blauen Grotte (nicht von Capri, sondern von Palinuro), herrliche Wanderungen, z. B. von San Marco di Castellabate zum Kap der Sirenen (Punta Licosa).

**WEITERE INFO** Italienische Zentrale für Tourismus Enit in Frankfurt, Tel. 069/237434, [www.enit.it](http://www.enit.it), [www.cilento-nationalpark.de](http://www.cilento-nationalpark.de), [www.cilentoediano.it](http://www.cilentoediano.it). Als nützliches Taschenbuch: Cilento, Verlag Michael Müller, 17,90 Euro.

