

# Hochplateau mit Suchtpotenzial

**Südtirol** Die Seiser Alm bietet nicht nur abwechslungsreiche Wanderrouten, sondern auch überraschende kulinarische Highlights. Im Winter spielt die Region die Karte «Klein, aber fein».

DENISE WEISFLOG



Seiser Alm: Am Fuss der Dolomiten vermischen sich österreichische Gemütlichkeit und Italianità. Die flächenmässig grösste Hochalm Europas ist ein ganzjähriges Ferienparadies für Familien.

**V**or uns liegt die grösste Hochweide Europas: Die Seiser Alm im Südtirol, rund 20 Kilometer nordöstlich von Bozen gelegen. Zwar wird der Blick auf das satte Grün der 56 Quadratkilometer grossen Ebene anfangs durch die vielen Spaziergänger, Biker und Wanderer eingeschränkt. Doch nach kurzer Zeit verteilt sich die Menschenmenge. Die Idylle ist perfekt. Vom Hochplateau aus hat man eine atemberaubende Sicht auf die wild gezackten Gipfel der Dolomiten, die eigentlich keine Berge, sondern 250 Millionen Jahre alte versteinerte Korallenriffe sind. Seit 2009 gehören sie zum Unesco-Weltnaturerbe.

Zahlreiche Touristenwege, Trampelpfade und Velorouten durchziehen die offiziell autofreie Seiser Alm, auf der man 790 verschiedene Pflanzenarten findet. Wir entscheiden uns für die einfache Strecke hoch zur Murmeltierhütte am Fusse des Plattkofels. Während der Wanderung begegnen uns Herden von sanftmütigen Haflingerpferden, die man hier häufiger sieht als Kühe. Die winzige Schutzhütte bietet einfache Speisen und hausgemachte Kuchen an.

Nach einem Kaffee mit Aussicht auf den Schlern geht es via Saltria runter zur Gostner Schwaige, wo wir mit Franz Mulser verabredet sind. Der sympathische Gourmetkoch begrüsst mit einem Cocktail aus Prosecco und Rosensirup, bevor er uns in die erst vor einigen Jahren errichtete Käserei führt. Dort produziert er Ricotta, Rotschmiedkäse, Graukäse, Bergkäse und Camembert. Pro Sommer sind es rund 1200 Kilogramm. Die Simmentaler Kühe, von denen die Milch stammt, stehen gleich vor der Schwaige (das lokale Wort für Hütte). Sie liefern auch das Rindfleisch, das im Restaurant serviert wird. Damit ist Mulser der einzige Gastwirt auf der Seiser Alm, der noch eigene Produkte verarbeitet.

Die Gostner Schwaige ist Teil eines Erbhofs und existiert seit 500 Jahren. Schon als kleiner Junge träumte Mulser davon,

in der familieneigenen Hütte Gäste zu bewirten. Als Koch arbeitete er unter anderem in renommierten Gourmettempeln wie dem Tantris in München oder dem Obauer im österreichischen Werfen bei Salzburg. Dennoch war ihm immer klar, dass er als Bauer auf die Seiser Alm zurückkehren würde.

Heute ist Mulser als Blütenkoch bekannt. Die essbaren Blumen, die im Zentrum seiner Gerichte stehen oder diese veredeln, stammen aus der Produktion seiner Mutter und seiner Frau. Kein Wunder, ist das Käseplättchen, das er zusammensetzt, nicht nur ein Gaumen-, sondern zusätzlich ein richtiger Augenschmaus. Ebenso wie der Blütensalat, der am Nebentisch mit Essstäbchen verzehrt wird. Laut Mulser kommen so die Aromen der einzelnen Blumen am besten zur Geltung.

Als Höhepunkt probieren wir zum Schluss den wohl besten Kaiserschmarrn des Alpenraums. Die kurz flambierte Komposition aus Mehlspeise, Rosenblättern und marinierten Marillen (Aprikosen) sieht nicht nur schön aus, sondern hat definitiv Suchtpotenzial.

Statt im Hotel auf dem Bauernhof schlafen

Mit der Seiser Alm Bahn geht es zurück ins Tal, wo wir unsere Unterkunft auf dem Erbhof Aussergost der Familie Mulser beziehen. Die vier Ferienwohnungen, die seit Februar 2016 vermietet werden, sind neu gebaut und bieten Platz für zwei bis vier Personen. Das Interieur ist hell und modern; die Möbel, Böden und Wandverkleidungen aus lokalem Zirbenholz verströmen einen würzigen Geruch, der sich mit den Düften von frischem Heu und Blumen aus dem Bauerngarten mischt. Vom grosszügigen Balkon aus geniesst man das phänomenale Panorama der nah gelegenen Dolomiten, ein paar hundert Meter entfernt befindet sich der 18-Loch-Golfplatz.

Um die Gäste kümmern sich die junge Bäuerin Petra Mulser mit unaufdringlicher Herzlichkeit. Auf Wunsch stellt sie jeden Morgen einen Frühstückskorb mit hausgemachten Leckereien vor die Wohnungstür.



Winter auf der Seiser Alm: Carven auf 64 Pistenkilometern oder Schneeschuhwandern in der prächtigen Dolomiten-Bergwelt.

Der Aussergostnerhof ist einer von 2800 Landwirtschaftsbetrieben im Südtirol, die eine touristische Infrastruktur anbieten. Heute generieren sie mehr als 2 Millionen Übernachtungen und einen Jahresumsatz von insgesamt 79,5 Millionen Euro. 1600 Bauernhöfe sind Mitglieder der Dachmarke Roter Hahn, die Qualitätsstandards definiert und regelmässig kontrolliert (siehe unten links). Neben dem Erbhof Aussergost gibt es in der Region um Kastelruth rund 450 andere Rote-Hahn-Betriebe.

Bei Familien sehr beliebt ist der Gstatsch-Hof von Sonja und Hubert Gasslitter. Auf der Sonnenseite der Seiser Alm gelegen, umfasst er einen Reitstall mit Pferden und Ponys, einen Streichelzoo, eine eigene Alm und vier Ferienwohnungen. Gäste profitieren zudem vom benachbarten Hotel der Altbauern, dessen Infrastruktur sie nutzen dürfen.

Ein paar Kilometer weiter, auf dem Bio-Ferien- und -Kräuterhof Oberpalwitzer in Barbian, erwartet uns die lebenslustige Christine Lageder zum Knödelkochkurs. Die ausgebildete Krankenschwester hat sich vor einigen Jahren auf den biologischen Anbau von Heil- und Küchenkräutern spezialisiert, daneben vermietet sie Gästewohnungen mit Namen wie Goldmelisse, Lavendel oder Königskerze.

Skifahren und die Kastelruther Spatzen

Im Winter gehört die Seiser Alm zu den schneesichersten Regionen im Südtirol mit 64 Kilometern präparierten Pisten und 19 Liftanlagen (siehe Seite 15). Zahlreiche Unterkünfte liegen direkt an der Piste für ein perfektes Ski-in – Ski-out. Der bekannteste «Exportartikel» der Region sind die Kastelruther Spatzen, eine siebenköpfige Musikgruppe. Am 9. und 10. Dezember 2016 laden die im Alpenraum erfolgreichsten Volksmusikanten zu ihrem Weihnachtskonzert in ihrem Herkunftsort.

## Roter Hahn Statt Hotelsterne gibt es Blumen als Auszeichnung

**Existenzsicherung** Die Dachmarke Roter Hahn des Südtiroler Bauernbunds wurde 1998 mit dem Ziel gegründet, den Landwirten ein Zweiteinkommen zu sichern. Heute umfasst die Organisation die Marken «Urlaub auf dem Bauernhof», «Bäuerliche Schankbetriebe», «Bäuerliches Handwerk» und «Qualitätsprodukte vom Bauern». Die 1600 «Urlaub auf dem Bauernhof»-Betriebe verpflichten sich, maximal fünf Ferienwohnungen oder acht Zimmer mit Frühstück anzubieten und sich an Qualitätsanforderungen und Vereinbarungen zu halten.



Urlaub auf dem Bauernhof: Gemütliche Familienferien.

Je nach Standard werden sie mit einer bis fünf Blumen klassifiziert. Das Unterkunftspektrum reicht von rustikal-familiär bis hin zu bäuerlich-modern. Allen Bleiben gemein sind etwa Holzböden, Frühstück auf Wunsch sowie die Tatsache, dass immer jemand auf dem Hof präsent ist, um sich um die Gäste zu kümmern. Die Marke bietet 13 Spezialangebote, darunter Urlaub auf dem Weinhof, Urlaub auf dem Reiterbauernhof, Urlaub auf dem allergiefreien Bauernhof oder Urlaub auf dem familienfreundlichen Bauernhof.