



6 AM SONNENBERG VON SCHLANDERS

Am Sonnenberg Die nach Süden ausgerichteten, sonnenverbrannten, teils kahlen und versteppten Steilhänge des Vinschgaus tragen zu Recht den Namen Sonnenberg. Auf den extrem ausgesetzten Flanken ist Landwirtschaft ohne Bewässerung kaum möglich: Bachwasser wird über kilometerlange Gräben, die Waale, auf die Felder geleitet. Entlang einem der höchsten Waale, dem Forra-Waal, wandern wir ins Schlandrauntal und weiter aufwärts zu einem See sowie auf dem tiefer gelegenen Neuwaal zurück.



Ab Kortsch nehmen wir mit dem Auto das ausgeschilderte Sträßchen auf den Sonnenberg bis zum höchsten Hof, dem Forra auf 1.752 m. Bereits die Fahrt ist ein Erlebnis und die Aussicht grandios: tief im Tal die Felder und Dörfer des Vinschgaus, gegenüber die Gletscher der Ortlergruppe! Hinter dem modern ausgebauten Bauernhaus mündet der Weg nach wenigen Minuten in einen breiten Forstweg, der auf der Trasse des ehemaligen Waals steile Lärchenwälder quert und sich ostwärts den Berg entlangzieht. Nach einer halben Stunde steigt der Forstweg an, wir bleiben auf dem Waalweg, der uns – nun Wasser führend – durch dichter werdenden Wald und entlang steiler Hänge begleitet. Er verschwindet im Fels, um gleich wieder aufzutauchen, überbrückt in Rinnen und Rohren abschüssige Teilstücke, um nach 2 Stunden 20 Minuten Gehzeit nahe der Schlanderer Alm am Schlandraunbach zu enden. Wir sind dabei erst 150 Höhenmeter auf-



Am Kortscher See

gestiegen. Jetzt ist eine Rast bei der Alm angesagt. Die einfache Almwirtschaft ist im Sommer bewirtschaftet und bietet Käse aus eigener Produktion. Dann geht es nördlich weiter: Nach 20 Minuten gelangen wir an die große Senke eines mittlerweile verlandeten Sees. Wir verlassen den Hauptweg und steigen an der östlichen Talseite auf einem Waldsteig (Nr. 4) aufwärts, der Wald wird schütterer und bleibt schließlich zurück, der Steig wird steiler und überwindet im Schlussteil ein Geröllfeld, bis wir dann plötzlich und unvermutet vor dem großen Kortscher See stehen, der sich auf 2.510 m still vor uns ausbreitet (ca. 4,5 Stunden ab Forra). Am flachen Ufer suchen wir ein schönes Plätzchen für unsere Jause und um die Ruhe, Einsamkeit und Schönheit der herben Berglandschaft zu genießen. Dann treten wir den Rückweg an. Dabei steigen wir zur bewirtschafteten Kortscher Alm ab, die auf dem Hinweg vor Augen lag. Ein kleiner Ausschank sichert dort einen Zuerwerb für die Pächter. Die Milch von 50 Kühen wird vor Ort zu Butter und Käse verarbeitet, und es gibt die Möglichkeit, Almprodukte zu kaufen. Talwärts folgen wir dem Zufahrtsweg am Bach entlang, bis rechts der mit A4 markierte „Archäologische Wanderweg“ abzweigt, der sich nach 30 Minuten mit dem Neuwaal vereinigt. Bei der Häusergruppe von Außereggen endet der Wanderweg. Wir folgen einer asphaltierten Höfezufahrt, queren einen Bachgraben und steigen dann ziemlich steil zum Forrahof auf, der in Sichtweite oberhalb des Weges liegt.

EINKEHRTIPPS

Schlanderer Alm: Einfache Almwirtschaft, nur im Sommer bewirtschaftet. Käse aus eigener Produktion, kein Ruhetag.

Kortscher Alm: Große, nur im Sommer bewirtschaftete Alm in schöner ebener Wiesenlage, kein Ruhetag.

Einkaufstipps

- ☞ Auf der Fahrt zum Forrahof zweigt links die Zufahrt zum Gsalhof ab. Seit über 250 Jahren ist der denkmalgeschützte Hof im Besitz der Familie Tappeiner, die dort mit Erfolg



Joghurt
von Gsalhof

Milchprodukte verarbeitet. Quark (Topfen) und Joghurt werden zu Desserts veredelt und in diversen Geschmacksrichtungen, etwa Vanille, Mokka, Pfirsich-Marille und Erdbeere angeboten. Der gute Ruf der Joghurtprodukte reicht bis nach Bozen, wo die ausgezeichnete Gelateria Avalon (Freiheitsstraße 44) ihr Eis aus dem Naturjoghurt des Gsalhofes herstellt. Auch Ricotina, ein Quarkaufstrich mit Kräutern und Olivenöl, und ein feines Molke-Fruchtgetränk namens „Jasi“ gibt es. Als einziger Betrieb Südtirols produziert die Familie Tappeiner einen Weißschimmel-Weich-

käse, den Hof-Camembert. Alle Produkte, darunter auch Kaminwurzen und Bauernsalami, sind biologischer Herkunft. Gsalhof, Familie Luis Tappeiner, Sonnenbergweg 12, 39028 Schlanders, Tel. 0473 620250 oder 347 7625881, Ab-Hof-Verkauf; am besten vorher anrufen, da nicht immer alles vorrätig ist.

☞ *Milchprodukte, Käse, Wurst*

- ☞ Der Großteil der Produkte vom Gsalhof wird in Feinkostläden in Südtirol abgesetzt. Sollten Sie also keine Gelegenheit haben, beim Gsalhof einzukehren, so erhalten Sie die Köstlichkeiten beispielsweise in Kortsch, am Beginn der Sonnenbergstraße, im Lebensmittel- und Feinkostgeschäft „Stoffladen Barbara“, Dorfstraße 127, Tel. 0473 730040

☞ *Bio-Lebensmittel*

Infos in Kürze

- ☞ Lange Tageswanderung, vor dem See etwas steiler Aufstieg. Von Forra bis Schlanderer Alm gibt es keine Markierung, aber dem Waal folgend auch keine Orientierungsprobleme.
- 📍 Forra, 1.752 m
 🏔️ 950 m
 ⌚ 7½ Stunden
 📏 23 km
 ⚠️ schwer