

TEXT: JUDITH BECK | FOTOS: JESÚS TENA

Garten Eden am Gardasee

Das Val di Gresta ist das bestgehütete Geheimnis des »Lago«: Wie ein verträumter Garten wirkt das verborgene Hochtal – und von den Gipfeln blickt man aufs Wasser.

Ich erinnere mich, als wäre es gestern. Anna Forti, ihres Zeichens Guide, und ich saßen in einer Strandbar in Riva del Garda, jede mit einem Aperol Spritz in der Hand und guter Laune im Gesicht. Rausschauen auf den dunkelblauen, glatten See, hochschauen in die Berge, die um Riva aufragen. In nordöstlicher Richtung erreichen sie ihren Höhepunkt mit dem 2059 Meter hohen Monte Stivo: ein Felskoloss, der als Wahrzeichen der Region gilt. »Quand el Stif el ga' el capel, o ch'el fa brut o ch'el fa bel«, sagte Anna so ernst, wie man das mit einem Aperol Spritz eben kann. Übersetzt: »Wenn der Stivo einen Hut aufhat, wird das Wetter gut, oder es wird schlecht.« Wunderbares Italien: Zu genau wird man hier meist nicht, das würde das südländische Lebensgefühl unnötig beschweren. Seit jenem Tag in Riva bin ich oft an den Gardasee gereist. Nie jedoch bin ich dem Monte Stivo nähergekommen. Bis heute.

Am Nachmittag kommen Jesús und ich mit dem Bus in Ronzo-Chienis an. Das größte Dorf des Val di Gresta, knapp 1000 Einwohner, liegt Luftlinie 5,5 Kilometer vom Nordufer des Gardasees entfernt. Über die kurvige Landstraße bringt man ab Torbole aber 20 Kilometer auf den Tacho. So verwundert es nicht, dass die Massen, die an den Gardasee strömen, das Hochtal übersehen. Abseits des Tourismus hat sich das Val di Gresta seit den 1960er Jahren zu einer Hoch-

Der Monte Creino ist mit 1290 Metern nicht hoch, der Blick überwältigt aber.



burg des ökologischen Gemüseanbaus entwickelt. Die Parzellen liegen krautgartenähnlich in der Hügellandschaft. Blumenkohl, Wirsing und Karotten gedeihen in den sonnenverwöhnten Terrassen und machen aus der Region einen fruchtbaren Bio-Garten.

Ronzo-Chienis liegt so nah am Monte Stivo, dass ich ihn von hier aus gar nicht mehr sehen kann. Ein bisschen fühle ich mich wie am Eiffelturm in Paris, den ich komplett aus den Augen verlor, als ich fast davorstand. Vor dem Hotel-Restaurant Martinelli sitzen ein paar Männer mit Espressotassen – redend, lachend, gestikulierend. Hach, Italien. Drinnen gibt uns Chef Marco die Zimmerschlüssel und zeigt uns die Bar, den Weg zum Zimmer und den Tisch fürs Abendessen. Die Speisekarte ist lang und bietet zum Teil außergewöhnliche Kombinationen mit den Produkten aus dem Val di Gresta, etwa Pizza mit dem hiesigen Kohl. Wie so oft öffnen sich ein paar Meter ab des Mainstreams die Pforten zur lokalen Kultur, zu Ursprung und Tradition.

Gardaseeblick jenseits der Massen

Nach dem üppigen Abendessen reicht uns in der Frühe ein Croissant. Auch wenn eine anstrengende Halbtageswanderung zum Monte Biaena (1618 m) auf dem Programm steht. Noch ein schneller Espresso, ehe Anna Forti uns abholt – »Ciao, Judith!« Ich fahre herum, und da ist sie, mit einem riesigen Cappuccino in der Hand. Bussi, Bussi, Umarmung. Wie schön, wenn man gute Bekannte wiedertrifft und gefühlt genau dort weiterquatscht, wo man vor Jahren aufgehört hat.

Kurze Zeit später sind wir auf dem Weg in Richtung Passo Bordala. Wo sich im Frühsommer die Wiesen in ein Blütenmeer verwandeln,

flirrt die Luft auch jetzt im September vor Leben. 50 Shades of Green. Vereinzelte Wanderer haben sich an den Scheitelpunkt am Passo Bordala verirrt. Nein, nicht verirrt: Wer hierher gefunden hat, hatte die Absicht dazu. Ein Paar in perfekter Outdoor-Kleidung biegt links in den Wald ab, den Schildern zum Monte Stivo folgend. Wir wählen die schmale Straße zu unserer Rechten, folgen ihr ein kurzes Stück. Am Straßenrand steht ein wunderschönes Steinhaus vor der grandiosen Bergkulisse. Zufällig biegt der Besitzer gerade mit einer Schubkarre ums Hauseck. »Bella casa«, lobe ich auf Baby-Italienisch. Früher sei es noch viel schöner gewesen, antwortet er. »Un momento!« So schnell, wie er erschienen ist, verschwindet er hinter der schweren Holztür und kommt kurz darauf mit einem Papier in der Hand zurück. Bestimmt ein Schwarz-Weiß-Bild von früher, mit vergilbten Ecken, die ganze Familie davor ... Doch nein. Das am PC ausgedruckte Foto in einer Klarsichtfolie zeigt das Haus vor vielleicht einem Jahr.

Wir wandern vorbei an kleinen Äckern, gefolgt von noch kleineren Äckern. Auf einem Feld sitzt eine Familie zwischen Kisten und kleinen Traktoren, sie winken uns. Bald gehen wir durch Wald bergan, und später ein Stück auf einem schmalen, drahtseilversicherten Steig hinauf zum Monte Biaena. Der Platz am Gipfel gehört uns allein. Stille. Der Gardasee liegt uns zu Füßen. Ein Apfel für Anna, für mich ein riesiges Stück Pizza – der Rest vom Vorabend. Berge machen hungrig.

Santa Barbara heißt der Anlaufpunkt für den Spätnachmittag. Anna hatte keine Zeit, mitzukommen. Also treffen Jesús und ich uns allein mit Loredana und Stefano vom Biobezirk Val di Gresta. Die Familie ist Teil des »Consortio Ortofrutticolo«. 1969 schlossen sich die

Erstklassige Böden, aber kaum Platz – also hat man im Tal schon früh auf Bio-Qualität gesetzt.



Biolandwirt Stefano liebt seinen Arbeitsplatz im Val di Gresta.

Das Gipfelbuch auf dem Monte Stivo besitzt eine besonders fotogene Hülle.



Landwirte des Val di Gresta zu einer Genossenschaft zusammen. Seitdem ist das Konsortium gewachsen und vereint heute rund 100 Mitglieder, die jedes Jahr etwa zwei Millionen Kilogramm Obst und Gemüse ernten. Zu den wichtigsten Produkten gehören Karotten, Kohl und Kartoffeln, Sellerie und Radicchio. Dass die Region innerhalb von Garda Trentino eine Vorreiterrolle in nachhaltiger Landwirtschaft besitzt, ergab sich quasi aus der Not. »Wir haben hier erstklassige Böden, das milde Gardasee-Klima und viel Sonne – aber kaum Platz. So fanden wir unsere Nische sehr früh in der Qualität«, erklärt Stefano.

Gemeinsam gehen wir ein Stück Richtung Monte Creino, einem eher niedrigen, aber lohnenden Aussichtsblick (1290 m) westlich von Ronzo-Chienis. Als Teil einer zweistündigen Rundtour eignet er sich perfekt, um den Sonnenuntergang über dem Gardasee zu bewun-



Den Gipfel des Monte Biaena (1618 m) haben wir ganz für uns allein.



Steile Abbruchkanten und grüne Wiesen sorgen am Monte Biaena für Kontraste.



Für das köstliche Essen im Restaurant Antica Gardumo nehmen Gäste bis zu 100 Kilometer Anfahrt in Kauf.

dern. Zum Einwandern am Ankunftstag oder auch dann, wenn man wie wir heute schon eine andere Tour hinter sich hat.

Der Weg führt vorbei an Kunstinstallationen und Überresten von Schützengräben aus dem Ersten Weltkrieg, als hier die Frontlinie zwischen Italien und Österreich-Ungarn verlief. Wieder passieren wir terrassenförmig angelegte Felder. Fünf Hektar bewirtschaften Loredana und Stefano. Der Boden gehört der Gemeinde Ronzo-Chienis, nach fünf bis sieben Jahren wird er neu unter den Einheimischen verteilt. »Unsere Lage ist besonders«, sagt Stefano. »Wir bauen auf bis zu 1250 Meter Höhe an. Da schwanken die Temperaturen zwischen Tag und Nacht stark, das gibt unserem Gemüse den intensiven Geschmack.«

Wo die Hauptstraße von Ronzo-Chienis sich zu einer schmalen Gasse verengt, prangt an einer Natursteinwand das Schild »Antica Gardumo«. Durch einen Torbogen geht es zum Eingang des Restaurants, die Besitzer Giovanni und Erika empfangen Jesús und mich am Abend. Giovanni hat Nudelteig vorbereitet: Gemeinsam wollen wir Tagliatelle machen, dazu frisches Gemüse. »Es ist unsere Philosophie, saisonal zu kochen. Im Moment steht uns die Welt offen, weil gerade alles wächst«, sagt Giovanni lachend. Er rollt den Teig aus, schneidet Streifen - »Jetzt du«, er reicht mir das Messer. Meinen Mangel an Kochkünsten kaschiere ich mit Fragen. Wieso hat die Familie im abgelegenen Ronzo-Chienis ein Restaurant eröffnet, in das heute Gäste sogar aus dem rund 100 Kilometer entfernten Bozen anreisen? Tatsächlich ist das Restaurant der ehemalige Bauernhof von Giovanni's Familie. Die einstige Scheune wurde zum Speisesaal, die damaligen Stallungen zum Weinkeller. »Mit 15 bin ich von hier weg«, erzählt Giovanni. Seitdem hat er gekocht: im Grödnertal, am Lago Maggiore und auch im eleganten Hotel Du Lac in Riva. Mit dem Antica Gardumo hat er ein Kulinarikkleinod geschaffen, das dem Val di Gresta zusätzlichen Aufwind gibt.

Am nächsten Tag packen wir schon früh unsere Rucksäcke. Endlich geht es hinauf auf den Monte Stivo. Auch Giovanni hat davon geschwärmt, wie er früher dreimal die Woche hoch sei auf den geliebten Hausberg. Pure Freiheit sei das gewesen, meinte er. Als wir am Gipfel ankommen, fühle ich sie. Freiheit mit Blick auf den Gardasee, der am Ende der Hochplateau-ähnlichen Wiese in Großformat auftaucht. Einmal mehr spüre ich die Faszination, die vom Lago ausgeht. Umso mehr hier oben über den paradisiischen Gemüsegärten des Val di Gresta, wo er mir - gefühlt - allein gehört. ◀



Die Wanderwege und Steige rund um Ronzo-Chienis sind wunderbar abwechslungsreich.

TOP-TOUREN IM VAL DI GRESTA

1 MONTE BIAENA

10,7 km, 4 Std., 680 Hm

Mit Start in Ronzo-Chienis wandert ihr zunächst gen Norden Richtung Passo Bordala. Kurz vor der Passhöhe zweigt ein Weg nach rechts ab. Entlang der Straße, vorbei an Feldern und vereinzelt Häusern und Höfen. Dann rechts auf einen Pfad durch den Wald Richtung Monte Biaena. Ein kurzer, etwas ausgesetzter Wegabschnitt ist mit Drahtseilen gesichert. Technisch einfach weiter auf den Gipfel des Monte Biaena (1618 m): Panoramablick über das Etschtal, den Gardasee und die umliegenden Berge. Über einen Waldweg geht es recht direkt zurück nach Ronzo-Chienis.

2 MONTE CREINO

6 km, 2 Std., 330 Hm

Die einfache Runde von Ronzo-Chienis zum Monte Creino verbindet Natur, Geschichte und Kunst. Als Erstes geht es nach Santa Barbara. Weiter durch Gemüsegelder, dann in den Wald, wo Umweltkunst-Installationen von Schülern ausgestellt sind. Mit Aussicht auf den Monte Stivo erneut durch Felder und auf den Monte Creino (1290 m) mit perfektem Gardaseeblick. Der Abstieg erfolgt gen Südosten und umfasst Schützengräben aus dem Ersten Weltkrieg.

3 AUF DEN MONTE STIVO

18 km, 7 Std., 1150 Hm

Von Ronzo-Chienis geht es zunächst zum Passo Bordala. Dort nach dem Restaurant links in den Wald und weiter auf einem schattenlosen Steig. Am Sattel links zum Rifugio Marchetti (auch Rifugio Monte Stivo genannt). Der Weg teilt sich: Entweder steigt ihr am ausgesetzten Grat entlang oder rechts davon einfacher und etwas länger durch Wald auf den Gipfel des Monte Stivo (2059 m). Traumblick auf den Gardasee und die Berge ringsum. Über Almwiesen (alternativ ausgesetzt am Grat) hinab nach Santa Barbara und weiter nach Ronzo-Chienis. Umgeht man ausgesetzte Abschnitte, gibt es keine technisch schwierigen Stellen.

4 SAN-ROCCO-WEG

67,6 km, 3-4 Tage, 3010 Hm

Eine abwechslungsreiche, unkomplizierte Mehrtagesrunde ist der »Cammino di San Rocco«, der auch durch Ronzo-Chienis verläuft. Unter anderem führt er durch die Kleinstadt Mori, bekannt für gute Weine, und die Brentonico-Hochebene. Alte Schützengräben passiert die Tour ebenso wie Kirchen, Trockenmauern, Weinberge und Adelssitze, kleine Dörfer und Naturparks.



[outdoor-magazin.com/val-di-gresta](https://www.outdoor-magazin.com/val-di-gresta)

Lust auf den »Gemüsegarten« am Gardasee und die umliegenden Berge? Dann folgt dem Link oder dem QR-Code!



DIE REISE-BASICS FÜR DAS VAL DI GRESTA



Jung und motiviert wie Wirt Alberto ist auch das ganze Team des Rifugio Stivo.

rant des Hotels Martinelli seine Gäste. hotelmartinelli.it

Rifugio Stivo

Regionale Spezialitäten und urige Atmosphäre kennzeichnen die Hütte (2012 m) unterhalb des Monte-Stivo-Gipfels. Das junge Team um Hüttenwirt Alberto ist sympathisch und aufgeschlossen. Juni bis Ende September, Übernachtung im Matratzenlager möglich. rifugiostivo.it

TIPPS

Einkaufen

Gut zu wissen für Selbstversorger und Picknick-Fans: Ronzo-Chienis ist sehr klein, besitzt aber einen Supermarkt und eine Bäckerei.

UMWELT

Ein einwöchiger Aufenthalt für zwei Personen mit Anreise per Bahn und Bus mit Start und Ziel in Frankfurt am Main und Hotelübernachtungen verursacht laut CO₂-Rechner unseres Umweltpartners Wilderness International 721 Kilogramm CO₂. Kommt ihr mit dem Auto, sind es 861 Kilo. Ersteres lässt sich mit 13, zweiteres mit 15 Euro kompensieren. outdoor-magazin.com/wald

PLANEN

Anreise

Mit dem Auto: Über die Brenner-Autobahn A 22 bis zur Ausfahrt Rovereto Süd/Lago di Garda Nord. Von dort folgt ihr der SS 240 Richtung Mori und weiter ins Val di Gresta bis Ronzo-Chienis. Per Bahn: Bis Rovereto (ab München Hbf ca. 4:45 Std., bahn.de) und weiter mit dem Linienbus ins Tal bis Ronzo-Chienis (1 Std.). Fahrpläne unter trentinotrasporti.it/de

Beste Zeit

Das Klima bleibt ganzjährig mild. Für Wanderungen eignet sich besonders die Zeit von April bis Oktober. In den hohen Lagen kann es im Winter schneien.

Orientieren

Viele Tageswanderungen starten direkt in Ronzo-Chienis. Die Tabacco-Karte Nr. 055 (1:25 000, 14,90 Euro) ist ein guter Begleiter. Auch der Rother Wanderführer »Gardaseeberge« (16,90 Euro) umfasst Touren auf Monte Stivo, Monte Biaena und Monte Creino.

Tourencharakter

Ab Ronzo-Chienis, dem größten Dorf im Val di Gresta, sind sowohl einfache

Wanderungen als auch lange Tages- oder Mehrtagestouren im mittleren bis schweren Bereich möglich.

Informieren

Infos zu Touren, Unternehmungen, Ortschaften: gardatrentino.it/de

UNTERKUNFT

Traditionshotel

Ein idealer Standort in Ronzo-Chienis ist das Hotel Martinelli. Das familiengeführte Haus bietet gemütliche Zimmer, gutes Essen und eine herzliche Atmosphäre. Ü/F ab 75 Euro/Nacht für zwei Personen. hotelmartinelli.com

Ferienwohnung

Wer sich gern selbst verpflegt, ist in einer der Ferienwohnungen des Dorfes richtig – etwa im »Appartamento the sunflower«. Ab 28 Euro pro Person/Nacht, buchbar über gardatrentino.it/de/unterkuenfte

ESSEN

Antica Gardumo

Das besitzerbetriebene, liebevoll eingerichtete Restaurant in Ronzo-

Chienis begeistert mit abwechslungsreichen, saisonalen Gerichten und einem sehr schönen Außenbereich. Zwei kleine Gästezimmer (Ü/F 30 Euro pro Person/Nacht) umfasst es auch. anticagardumo.it

Pizzeria Martinelli

Mit authentischen Trentiner Spezialitäten, guten Weinen und vor allem mit hervorragenden Pizzas verwöhnt das hauseigene Restau-



KUNSTTRIP In einer mittelalterlichen Burg in Riva del Garda (rund 20 Kilometer von Ronzo-Chienis entfernt) vereint das »Museo dell'Alto Garda« Gemälde, archäologische Schätze, Unterhaltung für Kinder und mehr. museoaltogarda.it/de

AB NACH DRAUSSEN!

3 AUSGABEN OUTDOOR UND EINE PRÄMIE DEINER WAHL



MANNESMANN
Multitool
M10272

1 1 0 2

Zuzahlung: 1,- €*

3 AUSGABEN
für nur 15,90 Euro*

29% PREIS-
VORTEIL
im Probeabo

Lieferung bequem
NACH HAUSE,
ohne Versandkosten

Du erhältst
eine PRÄMIE
als Dankeschön



outdoor
E-PAPER-UPGRADE
für nur 1,05 €* zum Heft-
abo mit dazu bestellen!
[www.outdoor.de/
digital](http://www.outdoor.de/digital)

10-Euro-Globetrotter-Gutschein



1 8 6 9

Weitere
Prämien im
Onlineshop



Hol Dir Dein outdoor-Abo:
outdoor-magazin.com/testen
oder telefonisch: 0781 639 66 54

Bestell-Nr. OD1PRM – 3 Ausgaben OUTDOOR für zzt. 15,90 €* ggf. zzgl. einmalig des jeweiligen Zuzahlungsbetrages für das Extra. Es besteht ein 14-tägiges Widerrufsrecht. Auslandspreise auf Anfrage.

Angebot der BurdaVerlag Consumer Sales & Services GmbH, Hauptstr. 130, 77652 Offenburg in gemeinsamer Verantwortlichkeit mit Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG und Motor Presse Hamburg GmbH & Co. KG Verlagsgesellschaft. *Alle Preise in Euro inkl. ges. MwSt. und Versand. Sie haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Die Belehrung können Sie unter shop.motorpresse.de/agb abrufen. Dort finden Sie auch die für den Vertrag geltenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen. **Datenschutzinfo:** Kontakt zum Datenschutzbeauftragten: BurdaVerlag Consumer Sales & Services GmbH, Postfach 1223, 77602 Offenburg, Tel. 0781-6396102. Namens-, Adress- und Kontaktdaten zum Vertragsschluss erforderlich. Verarbeitung (auch durch Zahlungs- und Versanddienstleister) zur Vertragserfüllung sowie zu eigenen und fremden Werbezwecken (Art. 6 I b) bzw. f) DSGVO) solange für diese Zwecke oder aufgrund Aufbewahrungspflichten erforderlich. Bei Art. 6 I f) DSGVO ist unser berechtigtes Interesse die Durchführung von Direktwerbung. Sollten wir Ihre Daten in einen Staat außerhalb der Europäischen Union übermitteln, stellen wir sicher, dass Ihre Daten gemäß Art. 44ff. DSGVO geschützt sind. Sie haben Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die Verarbeitung, auf Datenübertragbarkeit sowie auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde. Details unter: shop.motorpresse.de/datenschutz Bei großer Nachfrage kann es zu Lieferverzögerungen kommen. Dieses Angebot gilt nur in Deutschland (Auslandsbedingungen bitte auf Anfrage) und solange der Vorrat reicht | Motor Presse Stuttgart GmbH & Co. KG, Leuschnerstr. 1, 70174 Stuttgart, Handelsregister: Stuttgart HRA 9302