

## Genießen auf Vorarlbergs Gipfeln: Kulinarische Höhepunkte in den Bergen

**Wanderungen in Vorarlberg machen nicht nur in sportlicher Hinsicht Freude. Noch grösser wird der Genuss bei geschmackvollen gastronomischen Aussichten – sei es bei Alptouren, kombinierten Kulinarik-Wander-Angeboten oder einem Frühstück in luftiger Höhe.**

### Bergfrühstück

Mehrere alpine Regionen Vorarlbergs richten sich an genussfreudige Besucherinnen und Besucher, die ihren Tag in den Bergen beginnen möchten. Im **Montafon** beispielsweise ist das Schafberg Hüsli in Gargellen eine gute Wahl. Auf 2130 Meter Seehöhe lockt unter anderem der regionstypische Sura Kees – und das täglich bis zum 13. September. Wem eine Wanderung zu schweißtreibend ist, nimmt einfach die Bergbahn. Einer der schönsten Aussichtspunkte des Tals ist das Rellseck mit seinem Alpengasthaus oberhalb von Bartholomäberg. Jeden Mittwoch ist es für hungrige Wanderer die ideale Adresse.

Im benachbarten **Brandnertal** macht der geschmackvolle Start in den Tag eine besondere „Frööd“ – so der Name des Restaurants an der Bergstation der Panoramabahn. Zwischen 9 und 10 Uhr gibt es vom Vorarlberger Riebel über Brot, Wurst und Käse aus der Region bis zum Gläschen Prosecco alles, was das Herz begehrt. Etwas weiter taleinwärts ist das Alpengasthaus Melkboden zu finden. Hier startet an jedem Wochenende bis zum 25. Oktober der Tag mit feiner Küche. Erreichbar zu Fuß oder mit der Palüdbahn.

Neben dem Zürsersee liegt das Bergrestaurant Seekopf, das in diesem Jahr erstmals auch im Sommer Gäste bewirbt. „Frühstücken wie ein Kaiser“ heißt es dort täglich bis 10.30 Uhr. Einen herrlichen Ausblick auf das **Arlberg-Gebiet** gibt es gratis dazu. Auf der Kaltenberghütte bleibt man nach einem herrlichen Bergfrühstück gerne etwas länger. Nach Köstlichkeiten wie selbstgemachter Marmelade, heimischem Honig und frischem Butterzopf steht am Bergsee hinter der Hütte ein Leih-Liegestuhl für den ganzen Tag bereit.

Zu Füßen der Kanisfluh, einem markanten Gipfel des **Bregenzerwaldes**, liegt das Alpengasthaus Edelweiss am Öberle. Sonnenaufgangswanderung und das Bergfrühstück mit dem Besten aus der Region – eine unschlagbare Kombination. Der Diedamskopf oberhalb von Au und Schoppernau, rund 2000 Meter hoch, ist ein beliebtes Ziel für ein Bergfrühstück. Bis zum 9. September wird es immer dienstags und mittwochs von 8 bis 11 Uhr angeboten. Die Bergbahn fährt ab 8 Uhr.

### **Kulinarisch wandern**

Der **Bregenzerwald** ist auch Schauplatz für Wanderungen mit kulinarischem Mehrwert. Fünf Routen stehen zur Wahl, bei denen Teilnehmer eine Wanderung mit Frühstück, Mittagessen und Dessert in ausgesuchten Gasthäusern oder Restaurants kombinieren. „Malerisches Dorf und weite Sicht“ heißt es beispielsweise rund um Schwarzenberg. Vom Berghof Fetz führt der Weg zum Alpengasthof Brüggele und zum süßen Abschluss ins Café Angelikahöhe. Die reine Gehzeit beträgt viereinhalb Stunden. 47 Euro kostet das Arrangement pro Person, Busticket und eine genaue Beschreibung des Wanderweges inklusive. Buchbar bei Bregenzerwald Tourismus bis Ende Oktober.

Beim Sommerkulinarium im **Grossen Walsertal** geht es von der Bergstation der Seilbahn Sonntagstein über zwei Alpen zurück zum Ausgangspunkt. An jedem Standort gibt es einen fixen Gang – von der Alpe Steris über die Breithornhütte (Alpe Oberpartnom) bis zum biosphärenpark.haus. Dreieinhalb bis vier Stunden Wanderzeit sind einzuplanen. Der Preis liegt bei 30 Euro pro Person. Hinzu kommt das Seilbahnticket. Das Angebot gilt täglich bis Anfang September.

Unter dem Motto „Von der Wiese auf den Teller“ steht die Genusswanderung im **Kleinwalsertal**. Jeden Donnerstag nimmt der ehemalige Haubenkoch Herbert Edlinger Interessierte mit, sein Netzwerk aus Land- und Gastwirten kennenzulernen. Frische Kräuter von der Wiese gibt es obendrein. Auf der Alpe Melköde mit Blick auf den Hohen Ifen verkosten sie lokale Leckereien wie Bergkäse, Butter und Landjäger. Höhepunkt des Tages ist das gemeinsame Kochen in den Bergen. Bis 24. September, 29 Euro (ohne Getränke) pro Person. Eine andere lukullische Tour in dieser Region, der „genussvollsten Sackgasse der Welt“, dauert rund fünf Stunden. Mit dabei sind drei „GenussWirte“: die Hotels Neue Krone, Birkenhöhe und Sonnenburg. Für 40 Euro pro Person ist ein feines Drei-Gänge-Menü mit zwei Wanderetappen dazwischen zu haben.

### **Alpwandern**

Käse ist zwischen Bodensee und dem Hochgebirge der Silvretta nicht nur ein beliebtes Lebensmittel, sondern auch ein Kulturgut. Jahrhundertealtes Handwerk und moderne Produktion gehen Hand in Hand. 9000 Kühe tummeln sich auf insgesamt 130 Sennalpen. Bevor sie dort ankommen, ziehen die Tiere als erste „Bergetappe“ im Frühsommer aufs sogenannte Vorsäß oder Maisäß. Eine Stufe höher geht es im Hochsommer. Hierhin können ihnen Wanderer folgen und direkt vor Ort Käse, Butter und Milch verkosten. Einige Routen sind dabei besonders empfehlenswert.

„Rund um die Rote Wand“ werden über 900 Höhenmeter überwunden. Startpunkt im **Zugertal** ist der Formarinsee. Im Rahmen der ORF-Sendung „9 Plätze – 9 Schätze“ wurde er 2015 zum schönsten Platz Österreichs gewählt. Eine der Verpflegungsmöglichkeiten auf diesem langen, rund sechseinhalb Stunden langen Weg ist das Laguzstüble, wo es auch Alprodukte zum Mitnehmen gibt.

Die mittelschwere Rundwanderung **Schönenbach** im Bregenzerwald führt auf zehn Kilometern Länge zu zwei Alpen (Vorderer Unterspitz und Almisgunten) und zurück zum Jagdgasthaus Egender. Die hier servierten Kässpätzle – darin sind sich viele Vorarlberger einig – zählen zu den besten im ganzen Land.

Besonders idyllisch stellt sich der **Nenzinger Himmel** dar – eine Landschaft, die nur zu Fuß oder mit dem Wanderbus zu erreichen ist. Rund vier Stunden ist man im Dreiländereck Österreich-Schweiz-Liechtenstein unterwegs und passiert Panüel- und Setschalpe. Im Alpengasthof Gamperdona kehren angesichts frischen Alpmilcheises auch Kinder gern ein.

Eine leichte, zweistündige Alpwanderung führt ins ursprüngliche **Gemstetal**. Los geht es in der Kleinwalsertaler Gemeinde Mittelberg-Bödmern, durch eine beeindruckende Berg- und Felslandschaft und vorbei an drei Alpen. Hier stillen noch bis Ende Oktober Hungrige ihren Appetit mit Köstlichkeiten wie Kaiserschmarrn, Wurst und natürlich Käsesorten aus eigener Produktion.

Das Maisäß Ganeu ist eine Station der Rundtour im Montafoner **Garneratal**. Startpunkt ist die Mittelstation der Versettlabahn. Von hier aus steigt der Weg um 200 Höhenmeter bis zur Garneraalpe. Die Landschaft ist filmreif: Regisseur Joseph Vilsmaier setzte hier in den 1990er-Jahren „Schlafes Bruder“ in Szene. Die Vorlage stammt vom Vorarlberger Schriftsteller Robert Schneider.

Eine gute Kondition brauchen Wanderer im **Hinteren Großen Walsertal**. Rund neun Stunden sind sie von Sonntag-Buchboden unterwegs und passieren dabei die Alpe Ober-Überlut. Weitere Sehenswürdigkeiten sind das imposante Metzger Tobel mit seinen vielen Wasserfällen sowie das Naturdenkmal Kessischlucht.

Weitere Informationen unter [www.vorarlberg.travel/kulinarik](http://www.vorarlberg.travel/kulinarik)