

Nr. 03/04 • 2022

Nur 1,09 €

Österreich € 1,30 • Schweiz CHF 2,20 • BeNeLux € 1,40 • Italien € 1,60 • Frankreich € 1,60 • Spanien € 1,60 • Kanarische Inseln € 1,70

Welt der Frau

DAS IST MEINE WELT

**Die neue
Frühlingsmode** S. 6



WOHNEN & DEKORIEREN

**Lila-
Laune** S. 22



REISETIPP

**Venedigs kleine Schwester
Schöne
Lagunenstadt
Comacchio** S. 33

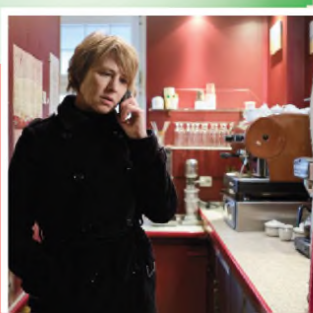


JETZT IM GESPRÄCH

**Judy Winter lebt allein
und dennoch fühlt sie
sich nicht einsam** S. 14



**Corinna Harfouch
über ihre neueste
Charakterrolle** S. 5



RATGEBER
**Entschlüsseln
Sie Ihre Gene** S. 38

MEDIZIN **Wie die
Psyche unser Herz
beeinflusst** S. 50

So gelingt der
Frühjahrsputz spielend leicht!

**Die 33 besten
Haushaltstipps** S. 28

Bio-Power heizt den Stoffwechsel an

Schlank mit grünem Gemüse

S. 16

5 kg in
10 Tagen
weg!



**Köstliche
Ofenhits** S. 40
+ traumhafte
Sahnetorten S. 46



Comacchio

Venedigs verträumte Schwester

*Die faszinierende
Lagunenlandschaft im
Po-Delta lässt uns das
ursprüngliche Italien
erleben*

Kein Rummel, kein Lärm:
Im Gegensatz zu den
stolzen Gondolieri in
Venedig schippern die
„Kollegen“ in Comacchio
ihre *Batane* - kleine
Boote mit flachem Kiel
– ruhig und gemächlich
durch die Kanäle



In der späten Nachmittagssonne
schimmern die Lagunen des
Po-Deltas – hier bei Sant'Alberto
– in den schönsten Blautönen



Die Brückenkonstruktion Trepponti, die mit
fünf Brücken gleich drei Kanäle überspannt, ist
das Wahrzeichen von Comacchio



Ländliche Idylle, mitten in Ferrara:
Innerhalb der Stadtmauern liegt
Campagna in Citta, ein Ansammlung
von Ländereien und *Agriturismi*, die
früher der Versorgung der Stadt dienten
und heute ihre grüne Lunge sind



Mit der traditionellen *Lavoriero*, einer im Wasser
verankerten Fischfalle, werden noch heute Aale
gefangen, wenn sie, ihrem Fortpflanzungsinstinkt
folgend, Richtung Meer schwimmen



Nördlich von Lido delle Nazioni gibt es ein
weitläufiges eingezäuntes Gehege, in dem Wildpferde
leben und Stiere gezüchtet werden. Die Wildpferde wurden
ursprünglich aus der französischen Camargue eingeführt



Eine gefährliche Revolte im Jahr 1385 in
Ferrara veranlasste den Markgrafen
Niccolò II. d'Este dazu, für sich und seine
Familie das *Castello Estense* als mächtige
Verteidigungsanlage errichten zu lassen



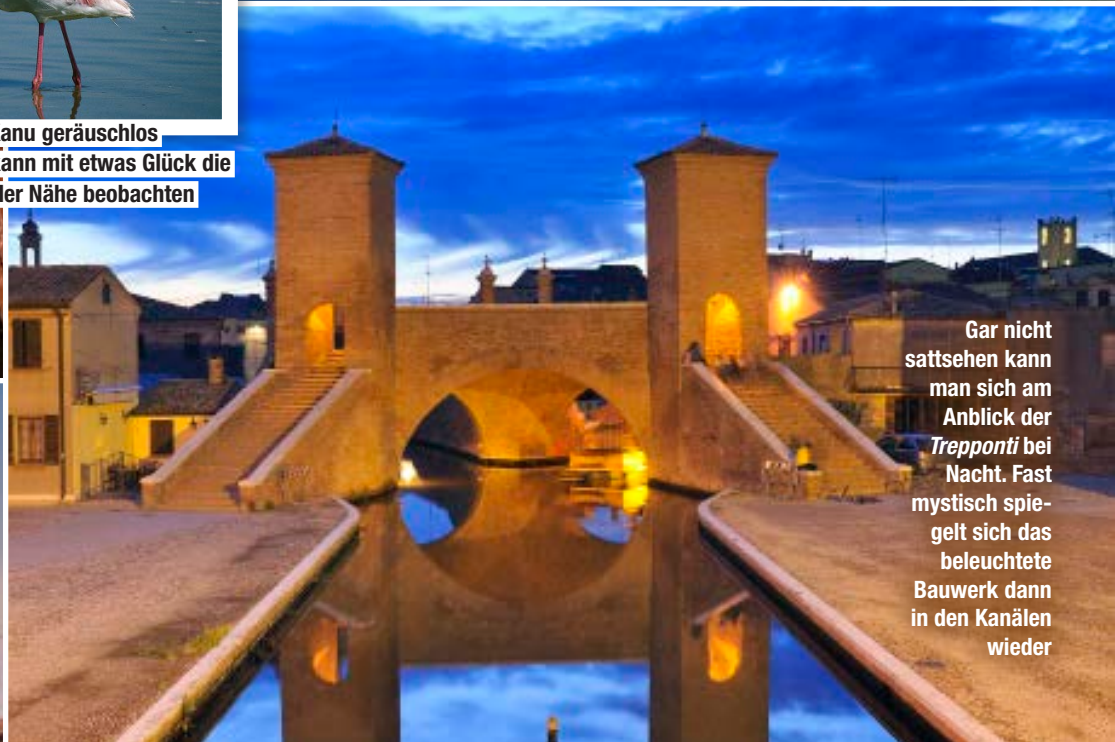


Wer mit einem Kanu geräuschlos
durchs Wasser gleitet, kann mit etwas Glück die
schönen Vögel aus der Nähe beobachten

Pinke Invasion: In den Lagunen des Po-Deltas hat sich Europas größte Flamingo-Kolonie niedergelassen. Bis zu 15 000 rosarote Flamingos bleiben das ganze Jahr über im Brutgebiet und ziehen abends majestätisch ihre Kreise am Himmel



Die pastelligen Häuserfassaden
am Kanal und der Brücke von
San Pietro geben am Abend ein
stimmungsvolles Bild ab



Gar nicht
sattsehen kann
man sich am
Anblick der
Trepponti bei
Nacht. Fast
mystisch spie-
gelt sich das
beleuchtete
Bauwerk dann
in den Kanälen
wieder



Neben den Aalen fühlen sich auch
Doraden, Krebse und kleine Sardellen in
den Lagunen des Po-Deltas wohl. Die
Tradition des Aalfangs kann nur noch
durch viel persönliches Engagement am
Leben erhalten werden

Weiße Mähnen im Wind: Bei einem Ausritt mit den Delta-Wildpferden durch die Lagune stellt sich unweigerlich das Gefühl von Freiheit ein

Die *Locanda del Delta* in Comacchio macht selbst aus dem Traditionsgericht geräucherter Aal eine raffinierte Delikatesse mit modernen Elementen

Bei der Kanutour durch die *Valle di Comacchio* erspähte Redaktionsleiterin Andrea Rötke sogar Flamingos



Tradition und Natur im Einklang

Enge Gässchen, Pflastersteine und – Wasser, viel Wasser! Auch im 21. Jahrhundert besteht das in der Antike auf 13 Laguneninseln errichtete Comacchio mehr aus Kanälen, denn aus Straßen. Also parken wir unser Auto außerhalb der Stadtmauern und ziehen unsere Rollkoffer über polterndes Pflaster und die drei Brücken des imposanten Bauwerks *Trepponti* bis zum Kanal, an dem unsere Unterkunft *Locanda La Comacina* liegt. Für den ersten Überblick lassen wir uns mit einem der

traditionellen *Batane* durch das Lagunenstädtchen gondeln und sind sofort verliebt in den ursprünglichen Stadtkern mit pastelligen Häusern und kleinen Brücken über die unzähligen Kanäle. Sie fließen in die *Valli di Comacchio* – ein vielschichtiges Biotop, wo Land und Gewässer ein harmonisches Gleichgewicht finden. Das *Unesco*-Welterbe erkunden wir auf einer E-Biketour bis zum Hafen, von wo wir mit dem Motorboot in

die Lagune fahren und einen einzigartigen Sonnenuntergang genießen. Den perfekten Abschluss bildet das exzellente Abendessen auf dem Terrassenboot unserer *Locanda*.

Harmonie von Land und Wasser

Am nächsten Tag entspannen wir im schönen Strandbad *Baia di Maui* am *Lido degli Estensi*. Welch glückliche Fügung, dass hier mit die breitesten Strände der *Adria*, aber gleichzeitig auch die leersten sind. Am Spätnachmittag finden wir uns an der Fischerstati-

on *Foce* ein, wo uns ein erfahrener Kanulehrer zeigt, wie wir mit dem Kanu durch das weiche, warme Wasser zu den Lagunen von *Fattibello*, *Spavola* und *Capre* gleiten. Dabei sehen wir sogar Flamingos! Erschöpft, aber glücklich genießen wir hinterher im alten Fischerhaus *Il Bettolino di Foce* eine gemischte Fischplatte, natürlich mit dem typischen marinierten Aal, der hier immer noch auf traditionelle Weise gefangen wird.

Früh brechen wir am nächsten Tag auf ins eine Fahrstunde entfernte Ferrara. Da die Renaissance-Stadt auch als „Stadt der Fahrräder“ gilt, radeln wir für den perfekten Überblick auf der neun Kilometer langen Mauer einmal rund um die Altstadt, bevor wir das mächtige *Castello Estense* besichtigen, Ferraras Wahrzeichen. Das mächtige Schloss der Familie D'Este aus dem 14. Jahrhundert beeindruckt uns zutiefst. Schon zu Zeiten der D'Este gab es übrigens die köstlichen, mit Kürbis gefüllten *Cappellacci*-Nudeln, mit denen wir uns hinterher in der *Trattoria da Noemi* stärken. Zurück in Comacchio, nimmt uns der Anblick des stimmungsvoll beleuchteten *Trepponti* fast den Atem – wahrhaftig wie eine Reise in die Vergangenheit!

Wichtige Infos für Sie im Überblick

► **Unterkunft** *Locanda La Comacina*, Restaurant mit ausgezeichnete Küche.

Mehr Infos unter:
www.lacomacina.it

► **Essen** Gehobene, sehr authentische Küche: *Locanda del Delta*, direkt am Kanal.

Mehr Infos unter:
www.locandadeldelta.com

► **Ausflüge** Bike & Boat bei Sonnenuntergang: vom Meer zur Lagune. Abfahrt *Lido di Spina*, ca. 20 Euro p. P.

Mit dem Kanu durch die Lagunen von Comacchio, Abfahrt *Stazione Foce*, ca. 25 Euro p. P.

Mehr Infos unter:
www.podeltatourism.it

► Ferrara

Einkehren: *Trattoria da Noemi* (Via Ragno, 31, Tel.: +39 0532 76 90 70, *Ristorante Tiffany Ferrara* (Piazza Municipale, 24, Tel.: +39 0532 1 86 05 44

Mehr Infos unter:
www.visitferrara.eu

