

Uf u dervo – Entdecke die Schweiz

Prättigauer Höhenweg

von Peter Walt

Inhalt

Die Prättigauer sind ein eigenes Volk: Sehr gastfreundlich, mächtig stolz auf ihre Heimat – und Sie sprechen einen ganz eigenen Bündner Dialekt. Bis ins 17. Jahrhundert war das Prättigau von Rätoromanen besiedelt, was man heute noch an den rätoromanischen Flurnamen erkennt.

«Prättigau Tourismus» bietet eine 3-tägige Grenztour auf dem Prättigauer Höhenweg an. Im Package für 216 Franken sind die Seilbahnfahrt mit der Madrisabahn in Klosters, je eine Uebernachtung in der Carschina- und Schesaplanahütte inkl. Halbpension und der Marschtee enthalten. Der Weg geht über saftige Alpweiden und an den schroffen Kalfelsen des Rätikons vorbei. Start: Klosters. Ziel: Seewis oder Malans (auch umgekehrt buchbar).

Der Prättigauer Höhenweg ist dank seines flachen Höhenprofils und der vorbildlichen Ausschilderung auch für Wander-Anfänger und sogar ohne Wanderkarte gut machbar. Für Fortgeschrittene gibt es die Möglichkeit, durch die wenigen Lücken zwischen Kirchspitzen, Drußenfluh und Sulzfluh ins Voralbergische abzusteichen (Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich).

Auf den höchsten Berg des Rätikons, die Schesaplana, führt ein teilweise etwas ausgesetzter, mit Ketten gesicherter, aber hervorragend präparierter Weg, den man nur bei Nebel und Schnee meiden sollte.

Auf die Sulzfluh kommt man entweder auf dem Wanderweg über die österreichische Seite oder senkrecht von der Schweizer Seite via erstem Bündner Klettersteig (Eröffnung 2005).

Der Prättigauer Andres Scherrer, genannt «Steimändli», bietet nach dem Klettern eine besondere Belohnung (bei phantastischer Aussicht): Gipfelwein, Schnupftabak und ein Lied auf der Mundharmonika.

Anreise

Mit der Rhätischen Bahn und/oder Postauto nach Klosters.

Unterkunft/Verpflegung

Berghaus Sulzfluh in Partnun:
Romantisches Abendessen bei Kerzen- und Petrollicht. Dazu währschafte Schweizer Küche (Chäs-gätschäder, Händöpfelpäzoggel oder Händöpfelribel), zubereitet von einem iranischen Koch auf dem Holzkohleofen. Tel. 081 332 12 13

Carschinahütte:
Direkt vor der Sulzfluh herrlich gelegene SAC-Hütte, guter Ausgangspunkt für den Klettersteig Sulzfluh. Die junge Hüttencrew setzt auf Berglercharme statt Luxus. Tel. Hütte 079 418 22 80.

Schesaplanahütte: Perfekt organisierte SAC-Hütte mit 77 Lagerplätzen, zwei Drittel davon mit Duvets ausgestattet. Drei liebevoll eingerichtete Doppelzimmer. Tel. Hütte 081 325 15 95.

Ausserdem zahlreiche Hütten auf der voralbergischen Seite in Oesterreich: Tilisunahütte, Lindauer Hütte, Douglashütte u.a.

Spezielles

Klettersteig Sulzfluh: Mit dem "Steimändli" Andres Scherrer durch die steile Felswand, anschliessend Abseilen ins Gemstobel.

Prättigau mit dem Bike: 3tägige Rätikon Bike Tour oder 2tägige Madrisa Bike Tour.

3. Prättigauer Alp Spektakel vom 2. bis 5. Oktober 2008 in Küblis und Seewis: Aelplerznacht, Alpabzug, Aelplerolympiade.

Dokumentation

Christian Hansemann-Bergamin, Ulrich Senn-Stapfer:
«Das Prättigau»
(Verlag Paul Haupt)

Peter Donatsch/Paul Meinherz:
«Alpinwandern Graubünden»
(Verlag Schweizer Alpen-Club SAC)

Links

www.praetigau.info
www.praetigau.info/biketour
www.sulzfluh.ch
www.carschinahuetten.ch
www.schesplana-huetten.ch
www.steimaendli.ch
www.alpspektakel.ch

Kochrezept

Chäsgrätschäder nach einem
Rezept vom Berghaus Sulzfluh

Für 4 Personen

Zutaten:

1/2 kleine Zwiebel

1 Knoblauchzehe

30g Butter

300g Weissbrot

6 dl Milch

1 dl Weisswein

Salz, Pfeffer, Muskat

300g Reibkäsemischung (Greyerzer,
Appenzeller, Alpkäse)

1 dl Rahm

1 cl Cognac

Weissbrot in dünne Scheiben schneiden und
in 3 dl Milch und 1 dl Weisswein einlegen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

1 Stunde ruhen lassen.

Zwiebeln und Knoblauch hacken und in
Butter andünsten. Brotmasse dazugeben.

Das Ganze weiterdünsten und mit dem
geriebenen Käse bestreuen.

Milch dazu geben, dann etwas einkochen
lassen. Die Masse wenden.

Nochmals mit Käse bestreuen und den
Rahm dazu geben.

Zum Schluss einen Schuss Cognac zufügen
und fertig ist das Chäsgrätschäder.