

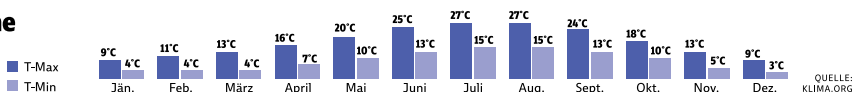
Reise

Ausflug nach Lafrançaise

ORTSCHAFT Im Ort Lafrançaise selbst gibt es nicht allzu viel zu sehen, umso schöner sind aber die Ausblicke, die man hier bei einer Erkundungstour immer wieder hat. Am besten lässt man sich einfach treiben.

Klima in Tarn-et-Garonne

Mittleres tägliches Maximum (T-Max) und Minimum (T-Min) der Lufttemperatur.



Mit der Natur im Einklang

Tarn-et-Garonne: Zwei Flüsse prägen das Bild und den Namen des Départements im Südwesten Frankreichs.



Nördlich von Toulouse, und somit nicht allzu weit von der spanischen Grenze entfernt, befindet sich in der französischen Region Okzitanien das idyllische Département Tarn-et-Garonne. Namensgebend sind die beiden Flüsse, die sich durch die Landschaft, vorbei an wunderschönen kleinen Dörfern und sanften Hügeln, schlängeln. Die Region ist ein Eldorado alle, die sich für Nachhaltigkeit und Natur

interessieren. Das wissen auch Brigitte und François Durand, die im Örtchen Lafrançaise vor gut zwei Jahren das Gästehaus L'Ostalas eröffnet haben. „Wir hatten beide gute Jobs in Paris, haben uns aber irgendwann dazu entschieden, dass wir unser Leben ändern möchten“, erzählt François beim Abendessen in perfektem Deutsch, das er seinem aus Hamburg stammendem Vater zu verdanken hat. Nach kurzer, intensiver Suche ergab sich

für die beiden die Möglichkeit, ein altes Bauernhaus zu kaufen und zu renovieren. „Dass daraus einmal ein Gästehaus werden würde, war uns damals noch gar nicht klar“, schmunzelt François. Heute, zwei Jahre später, kann man sich das gar nicht mehr anders vorstellen. Aus den bestehenden Gebäuden wurden mit viel Feingefühl wunderschöne Zimmer gestaltet. Doch einfach nur Zimmer zu vermieten, das reicht den beiden sympathischen

Franzosen nicht. Sie möchten auch ihre Lebensphilosophie weitergeben. Nachhaltigkeit, gesunde Ernährung und Bewegung stehen da an erster Stelle. „Wir mögen aber keine Dogmen“, stellt Brigitte klar. „Gäste sind eingeladen, unser Essen, das sich an der ayurvedischen Küche orientiert, zu probieren und die täglichen wechselnden Angebote, wie Yoga, Qi Gongm, Pilates und viele mehr auszuprobieren, aber es besteht natürlich kein Zwang. Jeder

wie er mag, das ist das Wichtigste“, betont Brigitte.

Obst- und Gemüseanbau

Mit ihrem Konzept, vor allem mit der gesunden Ernährung, sind Brigitte und François in dieser Ecke Frankreichs genau richtig. Wer die Region erkundet, wird schnell merken, dass hier überall frisches Obst und Gemüse - oft in Bioqualität -

FORTSETZUNG auf Seite F2



FORTSETZUNG der Geschichte **Mit der Natur im Einklang** von Seite F1



Weinberge prägen in der Region Okcitanien das Landschaftsbild. BEATE RHOMBERG (S)



VN-GRAFIK, MAPS4NEWS

angeboten wird. Besonders deutlich wird dies auf dem Spaziergang über den riesigen Wochenmarkt, der immer samstags in Montauban stattfindet. Berge an Äpfeln, Karotten, Süßkartoffeln, Kürbissen, Kiwis, Trauben und vielem mehr stapeln sich auf den Marktständen der Bauern, die hier ausschließlich ihre eigenen Produkte verkaufen. Hunderte Menschen rollen große Einkaufstaschen neben sich her, die am späten Vormittag bereits prall gefüllt sind. Es fällt mir schwer, mir nicht selbst eine Tasche zu schnappen und mich mit den Köstlichkeiten einzudecken. Stattdessen biege ich nach einer Weile in eine Seitengasse und beobachte das Treiben bei einer Tasse Kaffee und einem landestypischen Apfelkuchen. Gebäude aus Backstein prägen wie überall in der Gegend, das Stadtbild. Die kleinen Gassen der Altstadt sind voll mit Geschäften, Cafés und Restaurants. Große Ketten sucht man hier vergeblich. Einen wunderschönen Blick hat man von der „Pont Vieux“, der Alten Brücke, die über den Fluss Tarn führt und das historische Herz Montaubans mit dem neueren Stadtteil Villebourbon verbindet.

Bootsfahrt entlang der Tarn

Auch in Moissac, wenige Kilometer weiter, dreht sich alles um den Fluss. Nicolas Périé wartet schon in seinem Boot auf mich. „Dieses hier ist ganz neu und mit Solar betrieben“, erklärt er mir freudig, während ich die Morgensonne genieße und darauf warte, bis er das frisch renovierte Boot startklar macht. Selbst im Herbst sind die Temperaturen hier noch fast sommerlich warm und so fahren wir nur wenige Minuten später gemütlich und ohne zu frieren über die Tarn. Mächtig thront vor uns das Hotel Le Moulin de Moissac, das früher eine der vielen Mühlen der Region war, wie Nicolas zu erzählen weiß. Heute können Touristen aus den Zimmern den Blick auf den Fluss genießen. Eisvögel und Reiher gleiten vor uns über das Wasser, während Nicolas mir jede Menge Geschichten zur Stadt erzählt, wie die von Napoleon beispielsweise, der die große Brücke damals bauen ließ. Es scheint, als habe er schon damals die Besonderheit dieser Gegend erkannt.

BEATE RHOMBERG
beate.rhomberg@russmedia.com
05572 501-467



Der Kreuzgang der Abtei bietet im Sommer eine angenehme Abkühlung.

Die Abtei von Moissac

ABTEI Eines der Highlights im bescheidenen Städtchen Moissac ist die riesige, ehemalige Benediktinerabtei, die das historische Stadtzentrum prägt. Das Kloster, die Abteikirche und die romanischen Skulpturen stammen aus dem 11. und 12. Jahrhundert. Wer möchte, kann den wunderschönen Kreuzgang besichtigen.



Kleine Hersteller bringen ihre Trauben zur Verarbeitung in die Genossenschaft.

Weine aus der Region probieren

WEIN Wie in vielen Regionen Frankreichs spielt auch im Département Tarn-et-Garonne der Wein eine große Rolle. Die Winzergenossenschaft „Cave du Brulhois“ befindet sich unweit von Auvillar. Hier können verschiedene Weine probiert und gekauft werden. Verkaufschlager ist der ganz besondere Rosé „Grain d’amour“.



Auvillar ist ein winziges Dörfchen aber eines der schönsten der ganzen Region.

Idylle pur im Örtchen Auvillar

AUVILLAR In Auvillar sind scheinbar die Uhren stehengeblieben. Das verschlafene Nest mit gut 900

Einwohnern liegt direkt an der Garonne. An den alten Gemäuern des Dorfes ranken sich die Pflanzen hoch und immer wieder kann man einen Blick in einen der wunderschönen, grünen Innenhöfe erhaschen. Vom Tourismusbüro aus hat man einen traumhaften Blick auf den Fluss und die ganze Umgebung. Bänke und Kastanienbäume laden hier außerdem zum Verweilen ein.

Wer auf der Suche nach einer Stärkung ist, bekommt diese beispielsweise im Restaurant Petit Palais. Hier bekommt man saisonale, regionale Gerichte und natürlich auch Klassiker, wie Salat mit überbackenem Ziegenkäse.

TARN-ET-GARONNE

ANREISE Mit dem Flugzeug nach Toulouse (direkt ab München) und von dort mit dem Mietwagen etwa eine Stunde bis Lafrançaise, Auvillar, Montauban oder Moissac.

SAISON Die Temperaturen sind vom Frühjahr bis in den späten Herbst hinein sehr angenehm.

UNTERKUNFT L’Ostalas, Le Moulin de Moissac. In Moissac gibt es zudem einen tollen Campingplatz direkt am Fluss, wo man auch fischen kann.

www.camping-moissac.com