

KULINARISCHE RUNDREISEN

Kulinarische Aktivtour im Gauja-Nationalpark (Rad- und Kanufahren)

DAUER: **7 TAGE**
TRANSPORT: **Selbstfahrer**
GESAMTSTRECKE: **Etwa 153 km Radfahren, etwa 17 km im Kanu**

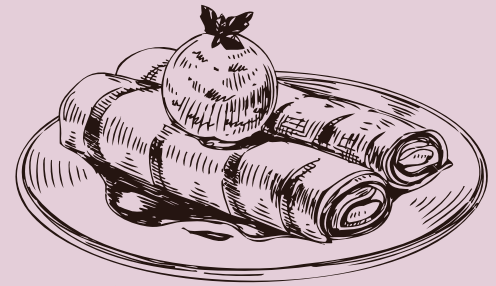
Wenn Sie einen aktiven Lebensstil pflegen, ist diese Tour die perfekte Möglichkeit, das gastronomische Angebot im Gauja-Nationalpark zu erleben. Der Radweg beginnt in Strenči und führt zunächst an zwei lokalen Brauereien in Brengulji und Valmiermuiža vorbei – beide mit schönen Cafés und natürlich gutem Bierangebot ausgestattet. Auf dem Weg nach Valmiera werden Sie im Dorf Trikāta stoppen, um vor Ort hergestellte Schokolade zu probieren. Von Valmiera aus führt die Route durch einen wunderschönen Wald nach Cēsis mit seiner reizvollen mittelalterlichen Altstadt. In Cēsis besuchen Sie eine Bäckerei und eine Destillerie, wo wiederum Gaumenfreuden auf Sie warten. Überdies werden Sie sehen, wie ein Kräutergarten im Mittelalter aussah. Sie werden eine Kanufahrt von Cēsis nach Līgatne erleben – auf der Gauja mit ihren verwunschenen Sandsteinfelsen, vorbei an einsamen Gehöften und uralten, wasserbetriebenen Fährschiffen. Das historische Zentrum des Städtchens Līgatne wurde von der Entwicklung der alten Papierfabrik geprägt. Auf dem Programm steht ein Besuch von Weinproduzenten und anderen kleinen Handwerksbetrieben, die sich in den alten, von Menschenhand in den Sandstein gegrabenen Höhlen befinden, für die Līgatne bekannt ist. Wenn Sie über die hügeligen, kurvenreichen Straßen von Sigulda radeln, begegnen Ihnen gleich zwei mittelalterliche Burgen – die von Turaida und die im Stadtzentrum. Sie fahren auch an der Gutmannshöhle und an Aussichtspunkten vorbei, von denen aus sich Ihnen fantastische Ausblicke auf das Tal der Gauja bieten. In Sigulda können Sie in den Restaurants „Bucefāls“ und „Aparjods“ lettische traditionelle Gerichte bestellen und im Gästehaus „Mauriņi“ 80 Arten von Konfitüren probieren.



REISEVERLAUF:

 **LETTLAND**

RĪGA - STRENČI - VALMIERA - CĒSIS -
LĪGATNE - SIGULDA - TURAJDA -
SIGULDA - RĪGA



TAG 1

MIT DEM ZUG: RĪGA - STRENČI (2,5 h)
MIT DEM RAD: STRENČI - TRIKĀTA - VALMIERA (33 km)

Trikāta

Besuchen Sie im Dorf Trikāta die Schokoladenfabrik „R Chocolate“. Man verwendet dort hochwertige Rohschokolade aus Spanien und bietet den Besuchern Workshops für die Schokoladenherstellung an. Im Sommer wird auch Speiseeis aus Milch und Sahne von regionalen Produzenten hergestellt. www.viahanseatica.info/objekts/sokolades-razotne-un-tirgotava-r-chocolate/

Brenguli-Brauerei und Biergarten

Hier wird traditionelles Bier aus regionalem Getreide gebraut. Im Biergarten können die Besucher helle und dunkle Biere sowie traditionelle lettische Gerichte genießen. www.viahanseatica.info/objekts/brengulu-alus-daritava

Valmiermuiža-Brauerei

Lernen Sie die Traditionen des Bierbrauens kennen und sehen Sie, wie „lebendes“ Bier aus natürlichen Zutaten hergestellt wird. Die Tour endet mit einer Bierprobe. Nach der Führung können die Besucher in der Brauereikneipe die einheimische Küche testen. www.valmiermuiza.lv

Hansestadt Valmiera

Sehenswert: Burgruine; evangelische Simonskirche; Aussichtsturm mit Panoramablick auf Valmiera und die Gauja; 2 km langer „Barfußweg“ mit 15 verschiedenen Oberflächen im Park „Sajūtu Parks“. www.visit.valmiera.lv

Im Zentrum von Valmiera gelegen, bildet das Hotel die Stadt im Kleinformat ab – jedes Zimmer hat seine eigene Adresse und die Gänge tragen Straßennamen. Gehen Sie auf eine kulinarische Reise im Hotelrestaurant, das einheimische Zutaten verwendet. www.hotelwolmar.lv

TAG 2

MIT DEM RAD: VALMIERA - SIETIŅIEZIS - CĒSIS (50 km)

Unterwegs:

Sietiņezis, die größte Formation von weißem Sandstein im Baltikum; **Kliff von Ērgļu** – das Massiv aus rotem Sandstein ist einer der attraktivsten Naturschauplätze im Gauja-Nationalpark; **Aussichtsplattform** mit schönem Blick auf das Gauja-Tal.

Mittagessen im Café „Priede“

Das Café befindet sich am Rožu laukums („Rosenplatz“) im historischen Zentrum von Cēsis. Gerichte mit lokalen Zutaten und in Lettland gerösteter Kaffee.

www.viahanseatica.info/objekts/kafejnica-priede/

Mittelalterliches Cēsis

Sehenswert: historisches Zentrum, lutherische Johanneskirche (eine der ältesten Kirchen Lettlands).

Abendessen im Restaurant „Jāņoga“

Mahlzeiten aus ländlichen Produkten und ein reichhaltiges vegetarisches Menü. www.viahanseatica.info/objekts/restorans-janoga/

Übernachtung im Hotel Cēsis

Das Hotel Cēsis ist ein familienfreundliches Haus im Zentrum der Stadt. Es gibt ein Hotelrestaurant mit Parkblick, das traditionelle lettische und moderne Küche anbietet.

<http://turisms.cesis.lv/en/where-to-stay/hotels/hotel-cesis/>

TAG 3

EIN TAG IN CĒSIS

Bäckerei „Cēsu maize“ ¹

Rundgang und Brotverkostung. Hier wird Brot aus Bio-Getreide mit natürlichem Vorteig gebacken. Das Getreide wird in einer Steinmühle gemahlen. www.viahanseatica.info/objekts/maizes-ceptuve-un-veikals-cesu-maize/

Gemüsegarten der Deutschordensburg ²

Der Garten ist eine historische Rekonstruktion eines Kräuter- und Gemüsegartens aus dem 16. Jahrhundert. In ihm gedeihen nur Gemüse, Kräuter und Heilpflanzen, die es schon vor 500 Jahren in Livland gab (z.B. Zwiebeln, Knoblauch, Dill und Thymian). www.cesupils.lv

Mittagessen im Café „Aroma“ am zentralen Platz der Stadt ³

Schnapsbrennerei Veselības Laboratorija

(„Gesundheitslabor“) Diese lokale Brennerei produziert starke alkoholische Getränke und Aufgüsse aus Beeren aus Lettland. Auf einem Rundgang durch die Produktionsstätte erfährt man, wie das Unternehmen entstanden ist und wie Getränke hergestellt werden. Eine Produktverkostung ist in der Tour enthalten.

www.viahanseatica.info/objekts/stipro-dzerienu-daritava-veselibas-laboratorija/

Abendessen im Restaurant H.E.Vanadzīņš

www.facebook.com/VanadzinaRestorans/

Übernachtung in Cēsis ⁴

TAG 4

EIN TAG IN LĪGATNE UND UMGEBUNG

Kanutour auf dem Fluss Gauja: Cēsis - Līgatne

(17 km, ca. 4 Stunden) ⁵

Die Strecke führt entlang eines der malerischsten Teile der Gauja mit beeindruckenden Sandsteinfelsen am Flussufer.

Mittagessen im ZEIT hotel and café in Līgatne ⁶

Dieser Komplex befindet sich in einer ehemaligen Helmfabrik. Heute ist er ein modernes Hotel, ein Café und ein Kindererlebnispark, in dem das industrielle Erbe bewahrt und genutzt wird. Die Speisekarte ändert sich je nach Jahreszeit und Fantasie der Köche.

Spaziergang oder Radtour durch Līgatne

Sie erkunden das historische Zentrum des Ortes mit seiner alten Papierfabrik und machen einen Spaziergang auf Naturpfaden, von wo aus Sie Wildtiere in Freigehegen beobachten und die Landschaften des Gauja-Tals auf sich wirken lassen können.

Ausflug zur Weinkellerei und der Löffelfabrik von

Līgatne ⁷

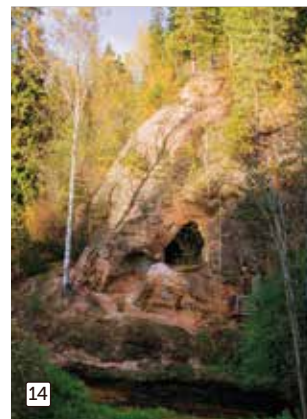
Das familiengeführte Weingut stellt 20 Sorten süße, halbsüße und trockene Weine aus Beeren, Früchten, Pflanzen und sogar Blumen her, die im Gauja-Nationalpark geerntet werden. Es werden auch verschiedene Konfitüren und Kräutertees hergestellt. In einer Fabrik kann man der Herstellung von Löffeln und anderen Haushaltsgegenständen aus Holz beiwohnen. <http://ligatnesvinadaritava.lv/>

Abendessen in der Gaststätte „Vilhelmīnes dzirnavas“ ⁸

Dieser Dorfkrug befindet sich im historischen Gebäude der Papierfabrik von Līgatne. Auf der Speisekarte stehen traditionelle lettische Gerichte wie „Vidzeme Stroganoff“, gegrillter Kolka-Hering und Amata-Forelle.

Übernachtung im Gästehaus „Vilhelmine“

Das Gästehaus befindet sich am Fluss in Līgatne, in der Nähe der Naturlehrpfade. Familienzimmer sind verfügbar. www.vilhelmine.lv



TAG 5

MIT DEM RAD: LĪGATNE - NURMIŽI - SIGULDA (30 km)

Mittagessen im Gasthaus „Bucefāls“ ⁹

Ein Blockhaus mit traditioneller Inneneinrichtung. Auf der Speisekarte: Lammfleisch vom Bauernhof des Besitzers, geräuchertes Hähnchen.
www.bucefals.lv

Naturschönheiten auf dem Weg: ¹⁰

Petershöhle, Burgberg Satezele, Sandsteinfelsen „Kraukļu aiza“ und Paradieshügel mit wunderbarer Aussicht über das Tal der Gauja.

Abendessen und Übernachtung im Hotel „Aparjods“ in Sigulda ¹¹

Das Hotel liegt in der Nähe der Hauptstraße, 20 Autominuten vom Stadtzentrum entfernt. Das Hotelrestaurant verbindet lettische Küchentraditionen mit moderner Küche. www.aparjods.lv



10



10



9

TAG 6

MIT DEM RAD: SIGULDA - TURAIDA - KRIMULDA -
SIGULDA - GÄSTEHAUS MAURIŅI (25 km)

Unterwegs: ¹²

Burgruine Sigulda, Gutmannshöhle, Museum Turaida und Schlossmuseum, Aussichtsturm, Geschichtsmuseum, Skulpturengarten, Schloss Krimulda und Park.

Mittagessen im Restaurant „Kungu Rija“ ¹³

Befindet sich an der Straße Turaida-Ragana, in der Nähe des Turaida-Museums. Traditionelle Küche. www.kungurija.lv

Bobbahn in Sigulda

Eine der wenigen Bobbahnen weltweit, die Besuchern offensteht und ihnen sogar Bobfahrten anbietet. Sie ist 1.200 + 220 Meter lang und besteht aus 16 Kurven. Es können Geschwindigkeiten von bis zu 125 km/h erreicht werden.

Pilādži-Obstbauernhof und Weingut ¹⁴

Familiengeführtes Unternehmen, das mehr als 10 Sorten Wein aus Beerenfrüchten und Blumen sowie ein beliebtes Erfrischungsgetränk aus Rhabarber produziert. Wein ist zur Verkostung und zum Verkauf erhältlich.

www.zilver.lv

Abendessen und Übernachtung im Gästehaus „Mauriņi“ bei Sigulda ¹⁵

Das zweistöckige Gebäude mit komfortablen Gästezimmern liegt an einem Wald. Traditionelle Gerichte aus lokalen Produkten. 80 Sorten hausgemachter Konfitüren sind bei der Gastgeberin erhältlich.

www.celotajs.lv/lv/e/viesu_nams_maurini



11



11



12



13



14



15

TAG 7

Mit dem Zug: Sigulda - Riga (1 Stunde)



12

31