



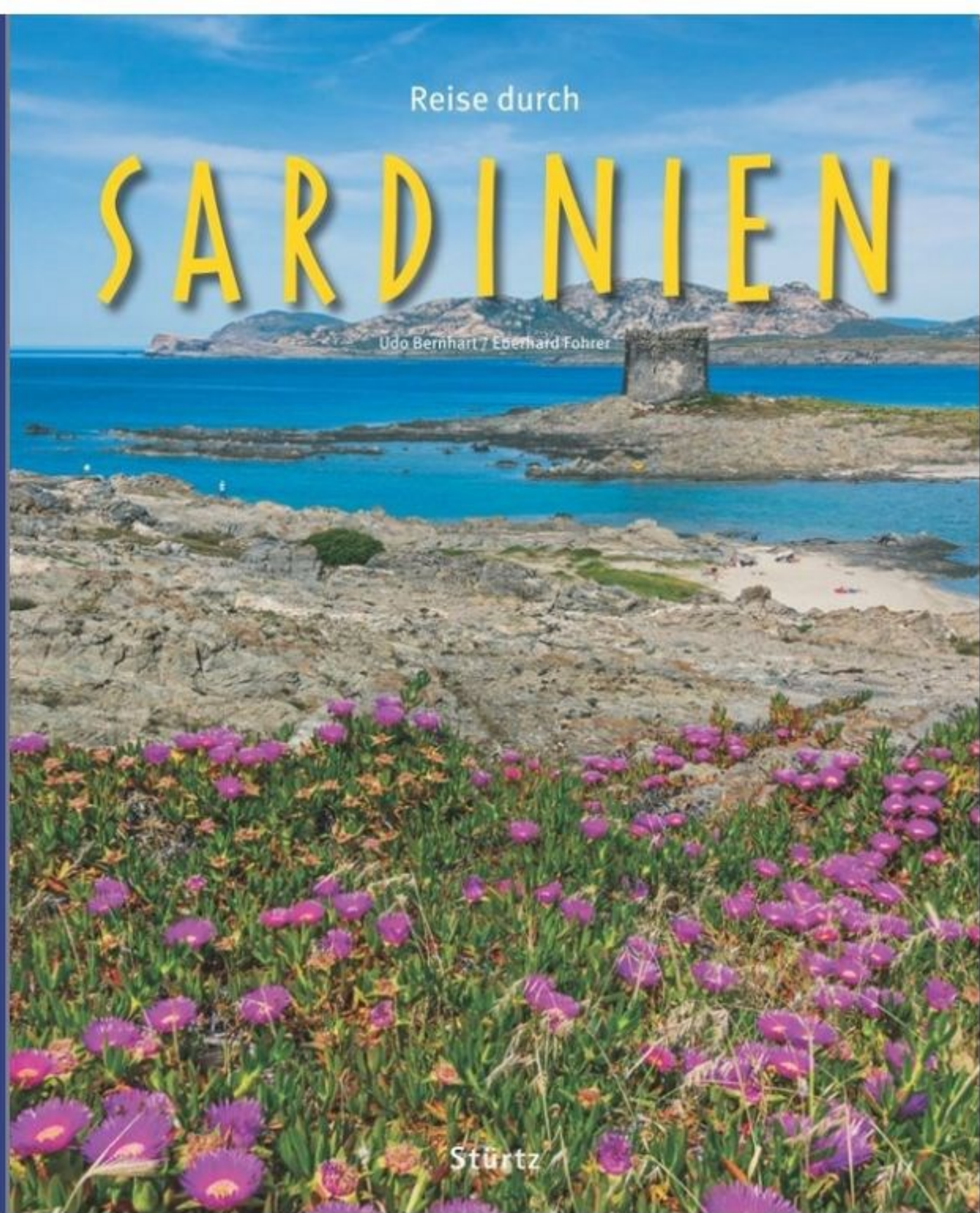
## SARDINIEN

Sardinien ist anders. Es ist wilder, ursprünglicher als das Festland-Italien. Die allgegenwärtige Macchia prägt die Insel wie wenige andere, wilde Felslandschaften wie der fantastisch geformte Granit am Capo Testa oder die roten Porphyrfelsen bei Arbatax, Vulkankegel und Basalthochflächen, Karstregionen und tiefe Schluchten, riesige Tropfsteinhöhlen und verwitterte Felstürme, Lagunenseen und weite Sandstrände, aber auch von bizarren Klippen eingefasste kleine Buchten machen die ungeheure landschaftliche Vielfalt Sardinien aus. Schöne Städte an den Küsten und archaische Dörfer in den Bergregionen locken ebenso wie die einzigartige Dichte an archaischen Stätten, an denen man die eigentümlichen vorantiken Nuraghen, die Brunnenheiligtümer, Giganten- und Felskammergräber entdecken kann.

Rund 230 Bilder zeigen die faszinierende Landschaft, die schönen Städte und urigen Dörfer Sardinien in all ihrer Vielfalt. Vier Specials berichten über die mondäne Costa Smeralda, die rätselhaften Monumente der Vergangenheit, die Geschichte der Hirten und Banditen sowie die köstlichen sardischen Spezialitäten.



Unser gesamtes Programm  
finden Sie unter:  
[www.verlagshaus.com](http://www.verlagshaus.com)



Reise durch

# SARDINIEN

Udo Bernhart / Eberhard Fohrer

Stürtz

**Erste Seite:**  
Die sardische Fahne geht auf die Aragonesen von der spanischen Halbinsel zurück, die Sardinien im 13. Jahrhundert unterwor-

fen hatten. Die „Quattro Mori“ symbolisieren die vier Staaten, die Aragon von den islamischen Mauren erobert hatte. Lange Zeit wurden die vier

Mohrenköpfe mit Augenbinden statt Stirnbändern abgebildet, der Grund dafür ist nicht eindeutig geklärt. Erst seit 1999 sind es wieder Stirnbänder.

**Vorherige Seite:**

Im tiefen Süden Sardinien liegt die Spiaggia di Tuerredda mit ihrem strahlend weißen Sand und dem bei

Sonnenschein fast immer leuchtend türkisen Wasser – eine der schönsten Strandszenarien der Insel.

**Unten:**

Im äußersten Nordosten Sardinien liegt das berühmte Capo d'Orso (Bärenkap), so genannt, weil die

Granitfelsen aus einem bestimmten Blickwinkel verblüffend einem Bär ähneln. Hier steht man in der Höhlung unter dem Bauch des

Bären und genießt den weiten Blick auf das Küstenstädtchen Palau und die vorgelagerte Inselwelt des La-Maddalena-Archipels.

**Seite 10/11:**

Am Golf von Orosei an der sardischen Ostküste fällt das Supramonte-Massiv steil zum Meer hin ab und

bildet eine der aufregendsten Küstenzonen der Insel. Tiefe Schluchten bahnen sich ihren Weg durch die bizarren Karstfelsen.

## Inhalt

12

**Kontinent Sardinien –  
Entdeckungsreise durch  
ein Land der Kontraste**

26

**Imposanter Norden –  
bizarre Natur zwischen  
Granit und Porphyrt  
Seite 38  
Costa Smeralda – wo der  
Jet Set Urlaub macht**

54

**Im wilden Westen –  
verlassene Bergwerke,  
imposante Dünen,  
spanische Eroberer  
Seite 64  
Nuraghen, Feenhäuser,  
Gigantengräber – Monu-  
mente der Vergangenheit**

80

**Das Tor nach Afrika –  
Cagliari und der heiße  
Süden  
Seite 94  
Hirten und Banditen –  
die „vergessene Insel“ und  
ihre Kultur**

108

**Der aufregende Osten –  
von den längsten Stränden  
auf das Dach Sardinien  
Seite 118  
Vom Porcheddu zur Bottarga –  
sardische Spezialitäten**

134 Register  
135 Karte  
136 Impressum

## Imposanter Norden – bizarre Natur zwischen Granit und Porphyr

*Der allgegenwärtige Granit prägt mit seinen abenteuerlichen Formen den Norden Sardinien und in der Wärme der Sonne kann man sich förmlich hineinschließen in seine Rundungen. Schon der englische Schriftsteller D. H. Lawrence beschrieb das anschaulich nach seiner Sardinienreise im Jahr 1939 in dem Buch „Das Meer und Sardinien“.*

Die Gallura im Nordosten ist der dem Festland nächste Teil Sardinien und gleichzeitig einer der reizvollsten. Verschlungener Granit, roter Porphyr, türkisblaues Meer und tiefgrüne Macchia geben eine stimulierende Verbindung ein. Mit der Costa Smeralda entstand hier eine Enklave des Jet Set, doch das Hinterland mit seinen Korkeichenwäldern blieb menschenleer. Besuchenswert ist dort Tempio Pausania mit seinen Granitgassen wie aus einem Guss. Ein Höhepunkt an der vielgestaltigen Küste ist das großartige Capo Testa mit seinen mächtigen, erosionsverformten Klippen und dem einstigen „Hippietal“ Valle di Luna. Die Inselgruppe La Maddalena bietet sich für Ausflüge an, auf der Insel Caprera mit ihren üppigen Pinienwäldern verbrachte der italienische Nationalheld Giuseppe Garibaldi seinen Lebensabend, sein Landgut ist zu besichtigen.

Fantastische Strände reihen sich entlang der gesamten Küstenlinie, einer der meistbesuchten ist der Windsurfertreff Porto Pollo, ebenso reizvoll zeigt sich die lange Strandzone von Valledoria, wo der Fluss Coghinias einen Lagunensee bildet und man wenige Kilometer landeinwärts in heißen Thermalquellen baden kann. Das Städtchen Castelsardo schmiegt sich pittoresk an seinen Burgfels, im Hinterland kann man mehrere pisanische Landkirchen besuchen, aber auch die versteinerten Baumstämme von Martis. Weitere Pisanerkirchen stehen im Umfeld von Sassari, der zweitgrößten Stadt Sardinien. Größte und attraktivste ist die Abteikirche Santissima Trinità di Saccargia mit ihrer charakteristischen Streifenfassade aus Kalk und Basalt.

Im äußersten Nordwesten schließt die flache Halbinsel von Stintino die Nordküste ab, die vorgelagerte Isola Asinara wurde lange als Hochsicherheitstrakt genutzt, kann aber mittlerweile besichtigt werden und auch die einstige Bergwerkssiedlung Argentiera lohnt den Absteiger.

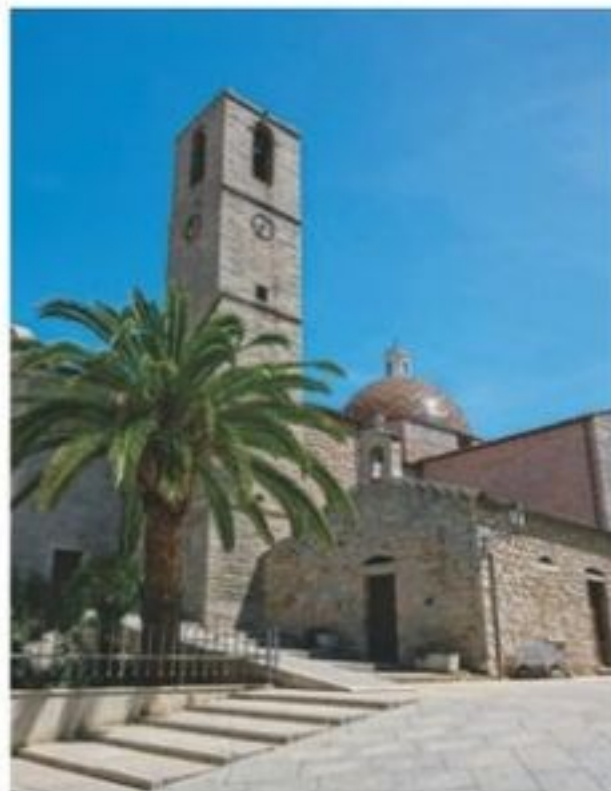




**Oben:**  
Im Golf von Olbia nennen viele Einwohner ein Boot ihr Eigen, sei es zum Fischen, um die Muschelbänke anzufahren oder um einfach von A nach B zu kommen.

**Rechts:**  
Das Auge isst mit: Tagliatelle con frutti di mare e bottarga (Muscheln und Fischrogen) – im Frühjahr appetitlich mit Spargel garniert.

**Ganz rechts:**  
Miesmuscheln sind eine lokale Delikatesse im Golf von Olbia, denn im Seichtwasser liegen ausgedehnte Muschelbänke.



**Ganz links:**  
Die Kirche San Paolo im Zentrum von Olbia ist vollständig aus Granit erbaut und besitzt eine Kuppel aus farbenprächtigen Majolika-Kacheln.

**Links:**  
Das restaurierte Municipio am Beginn des Corso Umberto I in Olbia ist ein schönes Beispiel für den klassizistischen Baustil des 19. Jahrhunderts. Ursprünglich diente es einer begüterten Familie als Stadtvilla und wurde erst in den 1930er-Jahren zum Rathaus.

**Unten:**  
Die Fontana Trivenere des lokalen Bildhauers Salvatore Varrucclu (mit Künstlernamen Varralle) schmückt seit 1990 die Piazza Matteotti im Herzen von Olbia. Vor einigen Jahren wurde die dreigliedrige Bronzeverenus restauriert. Sie soll an alte mythische Zeiten der Insel erinnern.



## COSTA SMERALDA – WO DER JET SET URLAUB MACHT

Die „Smaragdküste“ liegt im Nordosten Sardinien, nur wenige Kilometer von Hafen und Flughafen Olbia entfernt. Ihren schönen Namen trägt sie zu Recht, denn mit ihrem strahlend türkisblauen Meer, den versteckten weißen Sandstränden, der duftenden Macchia und der bizarren Welt aus Granit- und Porphyrt hat die weit verzweigte Küstenlandschaft vieles, was an Traumurlaub denken lässt. Das dachten sich Anfang der 1960er-Jahre auch der Milliardär Karim Aga Khan und der „Bierkönig“ Patrick Guinness, die zusammen mit anderen kapitalkräftigen Investoren im Mittelmeer auf der Suche nach der idealen „Location“ für die gehobenen Urlaubsansprüche des Geldadels war. Die menschenleere Idylle erschien dafür mehr als geeignet, denn sie war billig zu haben (die besitzenden Hirten verkauften für ein paar Cent pro Quadratmeter mehr als bereitwillig das „wertlose“ Brachland), war vom Festland schnell zu erreichen und verhielt erfreulich wenig lästige Regularien, da sich die Behörden den neuen Investoren gegenüber gewogen zeigten und die Erschließungskosten aus der „Cassa per il Mezzogiorno“ übernommen wurden – vor allem Letzteres sorgte für viel Kritik, denn weite Landstriche Sardinien waren bis dato schlecht erschlossen und konnten von solchen Zuwendungen nur träumen. Das Schlagwort der „Costa Rubata“, der geraubten Küste, trieb damals viele Sarden um.

### Neosardischer Stil

1963 begann man an dem 55 Kilometer langen Küstenstrich mit dem Bau mehrerer Ferienurbanisationen, wobei man erfreulicherweise nicht die architektonischen Fehler wiederholte, die man damals in den ausufernden Hochhausghettos an Spaniens Küsten machte. Der durchaus wegweisende „neosardische“ Stil holte sich vielmehr Anregungen aus verschiedenen, traditionell geprägten Mittelmeerregionen und schuf hier einen Bautypus, der sich durch seine flache, organische Bauweise der umgebenden Landschaft anpasste (kein Haus durfte mehr als drei Stockwerke haben, überirdische Leitungen und Werbetafeln waren verboten, jedes Haus muss an eine Kläranlage angeschlossen werden). So entstanden Jachthäfen, Luxushotels, Ferienvillen, ja ganze künstliche Ortschaften in einem einheitlichen Stil, der später oft nachgeahmt wurde, mit Sardinien und seiner Kultur aber eigentlich nichts zu tun hatte. Abgeschrmt von der übrigen, architektonisch bis dato eher herben Insel, wurde hier eine perfekte Kulisse für die Reichen und Berühmten dieser Welt

geschaffen. In den 1970er-Jahren galt die Costa Smeralda als „en vogue“ – mit dem Motorboot düstern sportlich ambitionierte Playboys von der Côte d'Azur herüber, Gunter Sachs, Brigitte Bardot, Roger Moore, Elisabeth Taylor, König Hussein von Jordanien und Lady Di waren gern gesehene Gäste und US-Millionäre und Schauspieler auf Europatrip schauten vorbei. Der sternförmig angelegte Hafen von Porto Cervo wurde für Jachteigner eine der angesagtesten Adressen im Mittelmeer und einer der Stars der Szene, Ex-Formel-1-Manager Flavio Briatore, eröffnete die Disco „Billionaire Club“, in der neureiche Junggrussen und Scheichsöhne das „Taschengeld“ ihrer Eltern verprassen. Schließlich hielt sogar die hohe Politik Einzug und Silvio Berlusconi ließ sich eine Edelvilla napoleonischen Ausmaßes errichten, in der er seine bekannten „Partys“ feierte.

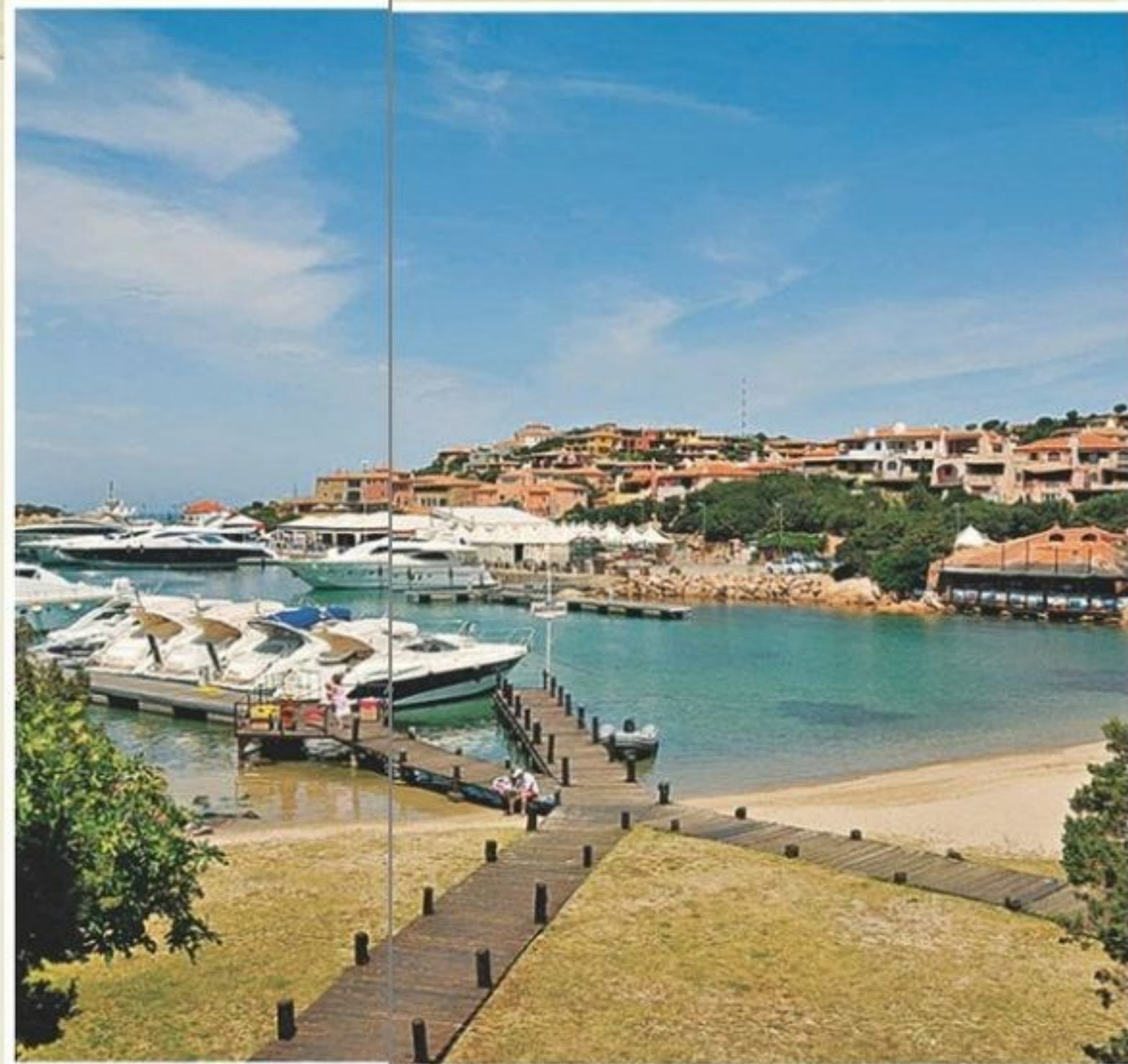
### Begehrtes Urlaubsziel

Heute hat sich die Costa Smeralda nach verschiedenen Krisen und Besitzerwechseln auch dem allgemeinen Publikum geöffnet, wenngleich sie noch immer deutlich teurer als der Rest Sardinien ist. Sie ist nach wie vor ein begehrtes Urlaubsziel und wird noch immer erweitert, wobei die ursprünglichen Bauregularien allmählich verwässert werden. Für acht Monate des Jahres jedoch ist sie verwaist und menschenleer. Die abgeschlossene und künstlich anmutende Idylle ist zweifellos nicht jeder-



**Links:**  
Pastellfarbene Häuser und gepflasterte Gassen bilden ein typisches Straßenbild in Porto Cervo, dem schicken Hauptort der Costa Smeralda.

**Oben:**  
Unterhalb der Piazzetta von Porto Cervo liegt die idyllische Bucht des Porto Vecchio (Alter Hafen), wo man nett über hölzerne Brücken und Wege bummeln kann.



**Rechts oben:**  
In der Tageshitze ist die berühmte Piazzetta von Porto Cervo fast ausgestorben, „sottopiazza“ ist es dafür schön schattig. Erst abends kommt man zum Flanieren. „Sehen-und-gesehen-werden“ heißt hier die Devise.

**Rechts Mitte:**  
Eine der typischen Villen der Costa Smeralda, komfortabel und wunderschön gelegen, über Preise spricht man allerdings besser nicht.

**Rechts:**  
Die Häuser der Costa Smeralda dürfen nicht über Baumhöhe hinausragen, alles wirkt wie aus einem Guss.



manns Sache, doch hat die Costa Smeralda viel dazu beigetragen, die „vergessene Insel“ überhaupt erst dem Tourismus zu öffnen. So baute sich das Consorzio Costa Smeralda bei Olbia sogar einen eigenen Flughafen und die Fluglinie des Aga Khan bedient bis heute die Strecken zum Festland. Vielen Sarden hat das Arbeit gebracht und sogar einen gewissen Wohlstand ermöglicht, wenngleich das meiste wie so oft im Tourismus nur Saisongeschäft ist. Die Costa Smeralda als Enklave der Superreichen ist bis heute auf Sardinien umstritten – ansehenswert ist sie auf jeden Fall.



**Oben:**  
Der Südhafen von Stintino im äußersten Nordwesten Sardinien ist einer von zwei fjordartig eingeschnittenen Naturhäfen der Stadt. Bis in die 1970er-Jahre wurde hier vor allem Thunfisch gefangen – ein interessantes Museum gibt Auskunft darüber.

**Rechts:**  
Das Wandbild in Stintino zeigt anschaulich, wie der Thunfisch in der Todeskammer (camera de la morte) gefangen und mit langen Haken in die Boote gezogen wird. „La mattanza“ wird dieser Vorgang genannt.



**Oben:**  
Im Ristorante „Lu Fanali“ sitzt man hübsch am Ausgang des Nordfjords in Stintino und genießt den weiten Meerblick. Direkt davor liegt ein kleiner Sandstrand.

**Ganz links:**  
Im Feinkostladen von Mario Mura findet man alles: von Wein bis zu eingelegtem Gemüse und Thunfisch.

**Links:**  
„Da Antonio“ ist eines der bekanntesten Fischrestaurants in Stintino. Man sitzt im schön gestalteten Innenraum und speist zum Beispiel Antipasti di Mare, Zuppa di Caze und hausgemachte Pasta mit Bottarga – allerdings zu recht gehobenen Preisen.





**Oben:**  
Schon lange vor Christus war die Siedlung Sant'Antioco auf der gleichnamigen Insel ein bedeutender Hafen für die Verschiffung der Erze der Region. Heute liegen vor allem Sportboote an der langen Uferpromenade.

**Rechts:**  
Hoch oben im Centro Storico von Sant'Antioco steht die Basilica Sant'Antioco Martire. Der namensgebende Märtyrer starb im Jahr 127 n. Chr. und soll hier begraben worden sein – sein Sarkophag ist erhalten.

**Ganz rechts:**  
Schnurgerade Gassen mit niedrigen Häusern und schmiedeeisernen Balkonen bestimmen das für Sardinien eher untypische Ortsbild von Calasetta.



**Links:**  
Südlich von Calasetta liegt die große halbrunde Bucht Spiaggia Grande mit einem etwa 500 Meter langen Strand. Im Frühjahr kaum besucht, wird es hier im Sommer schon recht voll.

**Unten:**  
Von der Isola di Sant'Antioco blickt man hinüber auf die vorgelagerte Isola di San Pietro mit ihrem hübschen Hauptort, der mit seinem heilen und freundlichen Flair an italienische Rivieraorte erinnert.



**Links:**

Eine von vielen Badebuchten im Umkreis des Capo Spartivento, im Bild die Landzunge im Hintergrund. Der dortige Leuchtturm stammt aus dem

19. Jahrhundert und wurde vor einigen Jahren in das Luxusressort „Faro Capo Spartivento“ umgewandelt – komfortabel wohnen in Alleinlage direkt am Meer.

**Links Mitte:**

Vor dem Lagunensee Stagno di Chia beginnen die langen Dünenstrände der Costa del Sud. Im Sommer liegt hier der Hitzepol Sardinien und ohne Schuhwerk kann man den brennend heißen Sand kaum betreten.

**Links unten:**

Der einsame Küstenwachturm Torre di Piscinni steht auf einem der zahlreichen Kaps, die die Strände der Costa del Sud und ihrer Umgebung unterbrechen.

**Unten:**

Karibikfeeling an der weißen Spiaggia di Tuerredda. Der mehrere hundert Meter lange Traumstrand zieht sich um eine Ecke der Bucht, es gibt reichlich Baumschatten, das Parken ist im Sommer gebührenpflichtig.

**Seite 90/91:**  
Die Ruinen der Hafenstadt Nora liegen unweit von Cagliari. Gegründet wurde die Stadt um 1000 v. Chr. von den Phöniziern. Die

heutigen weitläufigen Überreste stammen allerdings fast alle aus römischer Zeit, denn die Römer zerstörten die phönizischen Bauten fast vollständig.





## HIRTEN UND BANDITEN – DIE „VERGESSENE INSEL“ UND IHRE KULTUR

Die einsame Bergwelt Innersardiniens war stets Hirtenland und heute noch weiden hier Millionen von Schafen. Über Jahrtausende lebten die Herdenbesitzer halbnomadisch und gerieten in Konflikt mit sesshaften Bauern, die ihre Felder schützen wollten. Schon als die Römer Teile Sardiniens eroberten, kristallisierte sich der Gegensatz zwischen den kultivierten Küstenstrichen und den unwegsamen Bergregionen heraus, wohin sich die wehrhafte Hirtenbevölkerung zurückzog. Die Römer konnten sie nie besiegen und sprachen verächtlich von primitiven „Fellsarden“. Sie versuchten ihrer Herden habhaft zu werden und brannten weite Landstriche ab, um den Hirten ihre Lebensgrundlage zu entziehen. Diese antworteten mit bewaffneten Raubzügen in die Küstenzonen, den sogenannten „Bardanas“. Auch spätere Eroberer konnten die Bergdörfer nicht einnehmen. Diese schufen sich ihre eigene Gesetze, die die gemeinschaftliche Nutzung großer Weideflächen zur Grundlage hatte. Privatgrund gab es nicht, jede Familie konnte ihre Schafe überall weiden, Streitigkeiten regelte man ohne Hilfe übergeordneter Organe. Der Gegensatz von Herdenwirtschaft (Hirten) und Grundbesitzern (Bauern) wurde zum beherrschenden Element sardischer Lebens, Küstenbewohner und Bergsarden konnten sich deshalb nie geschlossen gegen äußere Eroberer stellen.

### Editto delle chiudende

Im 14. Jahrhundert eroberten die Spanier Sardinien. Feudalherren und Kirche teilten die fruchtbaren Ländereien unter sich auf, die Bergdörfer und Gebirgsweiden interessierten sie kaum. Während der Regierung des Hauses Savoyen-Piemont seit dem frühen 18. Jahrhundert wurden die Besitztümer und Privilegien der spanischen Grundbesitzer bestätigt und es kam zum verheerenden „Editto delle chiudende“. Dieser berechnete jeden, der ein Stück des gemeinschaftlich genutzten Gemeinlands bewirtschaftete, es durch Einzäunung in seinen Besitz zu nehmen. Da nur der einzäunen konnte, der über Kapital und Arbeitskräfte verfügte, gerieten weite Teile des bisher freien Weidelandes in den Besitz reicher Großgrundbesitzer, die von den Hirten Abgaben für das Weiderecht forderten. Die Hirten konnten diese Zahlungen nicht erbringen, rissen die Zäune und Mauern ein, um den ursprünglichen Rechtszustand der Allmendewirtschaft wiederherzustellen, und wurden so zu „Gesetzlosen“.

die von Polizei und Militär verfolgt wurden. Wer verhaftet wurde, war ruiniert, denn die berrenlose Herde zerstreute sich oder wurde gestohlen. So blieb den meisten, die in den Dörfern stets als mutige Freiheitskämpfer geachtet worden waren, nichts anderes übrig, als sich als Räuber oder Viehdieb durchzuschlagen und viele lebten versteckt in der Macchia. 1853 verhängte der piemontesische Staat den Belagerungszustand über die Barbagia (Region um Nuoro). Wer einen „Banditen“ verriet, konnte selber mit Straffreiheit rechnen oder erhielt eine Belohnung. Der Zusammenhalt der Dörfer brach zusammen und die Banditen wurden zu Einzelkämpfern, die sich mit Polizei und Denunzianten blutige Gefechte lieferten. Immer häufiger bekämpften sich auch die Hirtenclans untereinander, endlose Familienfehden waren die Folge.

### Kathedralen in der Wüste

In den 1960er-Jahren verabschiedete die italienische Regierung den „Piano di rinascita“, der die wirtschaftliche „Wiedergeburt“ Sardiniens bewirken sollte. Festländische Unternehmen errichteten mit Hilfe von Milliardensubventionen drei mächtige Raffinerien, bei Porto Torres und Cagliari, sowie bei Ottana im ländlichen Inselinneren. Diese von den Sarden treffend „Cattedrali nel deserto“ (Kathedralen in der Wüste) genannten Fremdkörper wurden jedoch zum Großteil mit festländischem Fachpersonal geführt, die Sarden hatten nichts davon und die Gewinne verschwanden auf dem Festland. Die Anwesenheit des Großkapitals verschärfte die sozialen Spannungen und die einst ehrenwerten „Schäferbanditen“ mutierten zu Kriminellen, die vor allem in den 1970er- und 1980er-Jahren immer wieder reiche Industrielle entführten und erst gegen Lösegeld in Millionenhöhe wieder freiließen, der letzte spektakuläre Fall war erst 1997.



**Links:** Sardische Trachten spiegeln die Reichhaltigkeit der Inselkultur wider, jedes Dorf besitzt eigene Kompositionen. Bei den großen Inselfesten kommen die Sarden aus allen Inselteilen zusammen, um sie zu präsentieren.

**Oben:** Eine traditionelle Hirtenhütte, „Pinnettu“ genannt, sieht man in den Regionen abseits der großen Straßen immer wieder. Die Hirten wohnen darin oft wochen- und monatelang, auch die täglich gemolkene Schafmilch wird darin in großen Kupferkesseln verarbeitet.



**Rechts oben:** Die sardischen Hirtenmesser haben eine jahrhundertalte Tradition. Sie genießen auch international einen guten Ruf und sind nicht billig. Die bekanntesten stammen aus Pattada in der Region Logudoro.

**Rechts Mitte:** Die hübschen Tierschellen namens „Campanacci“ werden Weidetieren umgehängt. Im Barbagia-Städtchen Tonara stellt man sie seit Jahrhunderten von Hand her, die Schellenschmiede benutzen dafür kaum moderne Gerätschaften.

**Rechts:** Folkloristische Wandbilder sind auf Sardinien weit verbreitet. Hier sieht man, wie anlässlich eines kirchlichen Umzugs die traditionellen Festtagsgewänder getragen werden und auch die Tiere sind fein geschmückt.



**Links:**

Bei Villasimius an der äußersten Südostecke Sardinens ragt die Halbinsel Capo Carbonara weit ins Meer. Davor wohnt der Leuchtturm auf der kleinen Isola dei Cavoli Seefahrer vor den felsigen Untiefen.

**Links Mitte:**

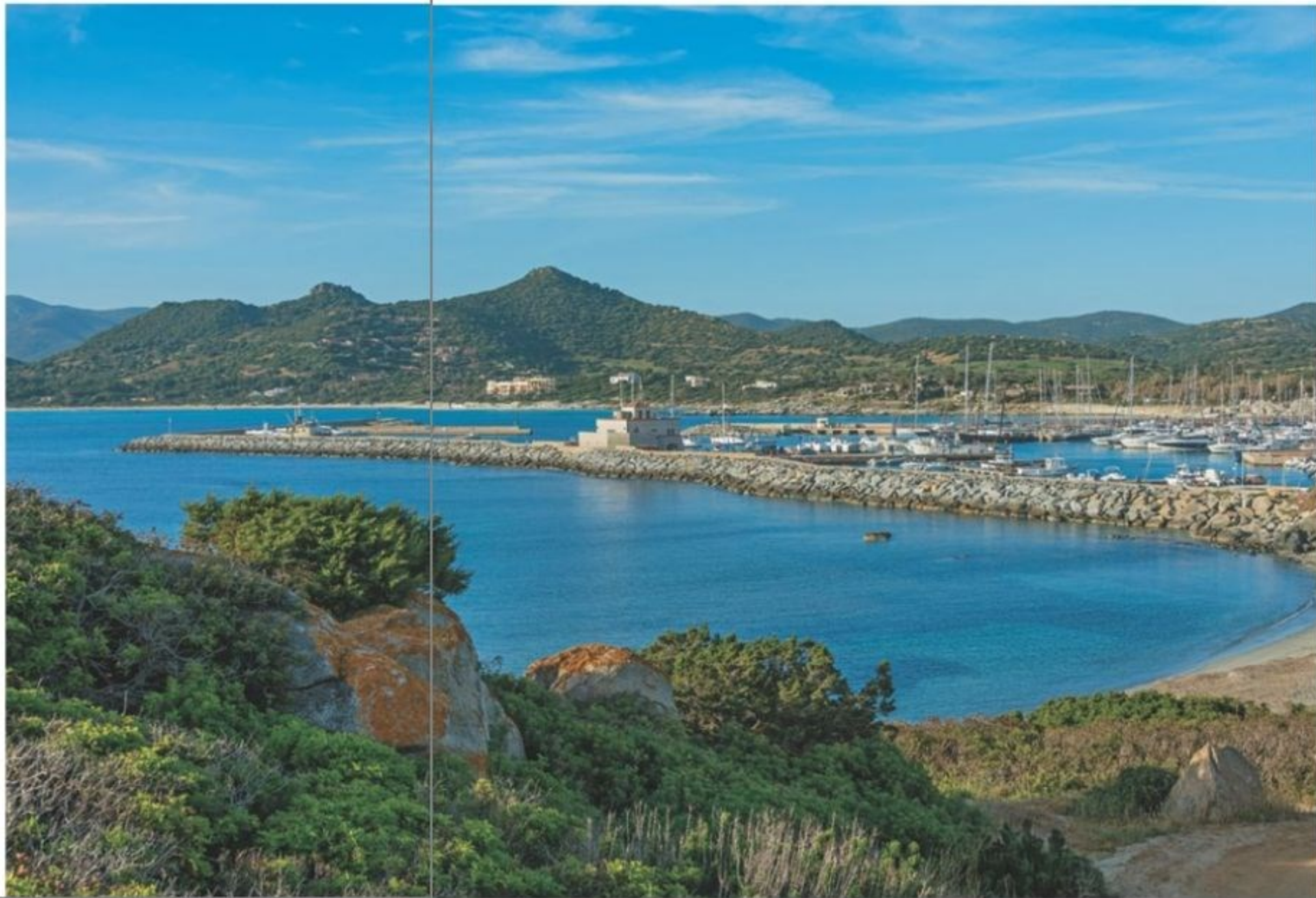
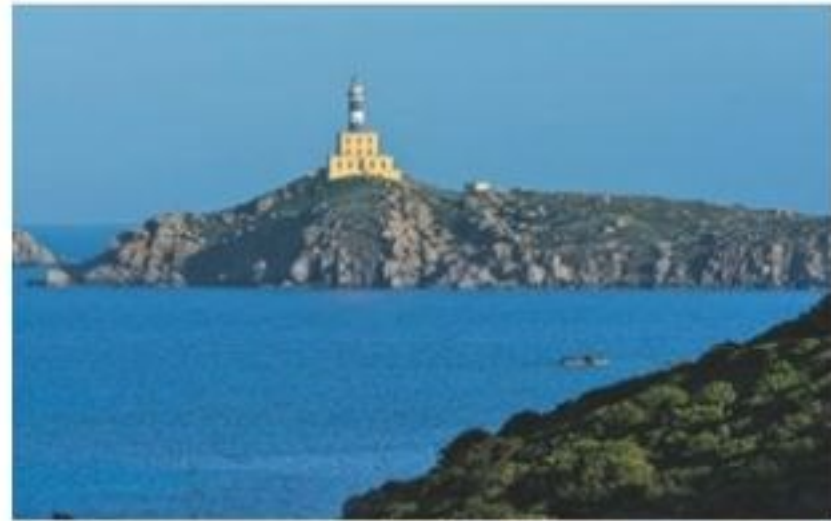
Die Fortezza Vecchia thront oberhalb des Jachthafens von Villasimius. Das einstige Küstenfort kann besichtigt werden, auch der Rundblick von hier oben ist schön.

**Links unten:**

Wie an den meisten großen Stränden Sardinens sind auch an der Spiaggia di Simius bei Villasimius die aufmerksamen Bademeister der Küstenrettung (Solvataggio) präsent.

**Unten:**

Der Porto Santa Stefano bei Villasimius gehört zu den beliebtesten Jachthäfen im Süden. Gleich daneben liegt die schöne Spiaggia del Riso mit einem Campingplatz im dichten Pinienschatten.





**Oben:**  
Das Bergdorf Tonara liegt auf einem Hügelkamm, eingebettet in Kastanienwälder. Berühmt ist es für seinen „Torrone“, ein weißes Nugat aus Mandeln, Nüssen, Eiweiß und viel Honig.

**Rechts:**  
Diese Wandmalerei in Arliza beschäftigt sich mit der traditionellen Produktion von Schafskäse.

**Ganz rechts:**  
Die Herstellung von Torrone ist ein aufwändiger Prozess. In einem von unten befeuerten Kupferkessel wird der helle sardische Honig mit Eiweiß verrührt. In einen solchen Kessel passen gut 50 Kilogramm Torrone.



**Ganz links:**  
Natalino Pedde führt in Tonara einen Torrone-Spezialitätenladen. Er gehört zu den sogenannten „Torronei“, den lokalen Herstellern des weißen Nugats, und verkauft es schon seit seiner Kindheit im ganzen Raum Nuora.

**Links:**  
Die Käseerei „Erkles“ von Giovanni Agostino Curreli produziert in Olzai Pecorino-Käse. Sie ist die einzige Käseerei in Sardinien, die das Zertifikat „Qualità vegetariana“ erhalten hat. Das heißt sie stellt das Lab, das üblicherweise aus der Magenschleimhaut junger Kälber entnommen wird, ausschließlich auf vegetarischer Basis her.

**Unten:**  
Der Stausee Lago di Cucchinadorza liegt bei Ollolai in der Barbagia-Provinz Nuora. Hier sieht man einen Teil seiner Uferzone.



# REGISTER

	Textseite	Bildseite	Textseite	Bildseite
Aggius	19	36	Mores	64
Alghero	15, 18, 54, 118	62, 63	Nava	80
Arbatux	12, 108	114, 115	Nuoro	16, 64, 94, 108
Arbus		77	Ogliastra	108
Ardara		50	Olbia	15, 18, 38, 39, 64, 108
Aritzo		116	Oliena	19
Armungia		65, 113	Olorai	117
Arzachena	64	37, 64/65	Orgosolo	19, 95, 108
Asinara	26	58	Oristano	18, 54, 64, 118, 119
Bala Santo Reparato		42	Orseli	19, 108
Barisardo	19		Orune	64
Barumini	14, 64	65, 76	Ottana	94
Baunei		114	Ozieri	52/53
Berchiddo		36	Palau	37
Bitzi	64		Paulilatino	64
Bosa	18, 54, 119	62, 68	Porto Cervo	38
Budoni	15, 18, 108		Porto Corallo	112
Cabras	54	68	Porto Pollo	20, 26
Cagliari	16, 20, 64, 80, 94	80/81, 96-103, 105	Porto San Paolo	132/133
Cala Gonone		121, 126	Porto Santo Stefano	111
Calasetta		82	Porto Torres	94
Capo Caccia	54		Posada	12/13, 130
Capo Carbonara		110	Pula	92
Capo Coda Cavallo		24/25, 108/109	San Giovanni	128/129
Capo d'Orso		8/9, 40	San Pantaleo	37
Capo Testa	12, 26	22/23, 42-45	San Pietro	20, 54, 118
Caprera	26	40	San Sepulchre	104
Carbonia	84		San Teodoro	15, 18, 19, 108
Castelsardo	26	46	Sant'Anna Arresi	86
Castiadas		112	Sant'Antioco	20, 54
Costa del Sud	20, 80	88, 89	Sant'Antonio di Gallura	36
Costa Paradiso	12		Santa Lucia	131
Costa Rei	16, 20, 108		Santa Margherita di Pula	80
Costa Smeralda	15, 19, 26, 38, 39	38, 39	Santa Maria Navarrese	19, 108
Costa Verde	15, 54	54/55	Sassari	16, 18, 26, 64
Fardongianus	54		Serri	64
Geva	108		Siniscola	130
Guspini		74/75	Sinis-Halbinsel	18, 54
Iglesias	18	76	Stintino	26
Isola dei Gabbiani	20	20/21, 56-59	Tempio Pausania	19, 26
Isola Pelosa	59		Teulada	86, 87
Isola Rossa	46		Tharros	54
Isola Spargi	41		Tonara	95, 116, 117
Isola Tavolara	15, 19	24/25, 108/109	Terralba	66, 67
La Caletta		16/17, 131	Torre delle Stelle	106/107
La Maddalena	26	41	Trotellus	84
Laconi	64		Ulassai	108
Lanusei		114	Valledoria	26
Marina di Arbus		78/79	Villaputzu	112
Montevecchio		77	Villasimius	80

