



GESTERN UND HEUTE

Das Zweitälerland im Süden des Schwarzwalds verströmt eine angenehme Ruhe. Wer dort die Wanderstiefel schnürt, kommt sich manchmal vor wie auf einer Zeitreise.

TEXT: ANTONIA LANGE | FOTOS: MICHAEL CORONA

Über dem Schwarzwaldhof liegt noch die Stille des neuen Tages. Der Bauer hat Teig für frisches Holzofenbrot angesetzt. Eine Hündin säugt im Stall ihre Welpen. Auch heute wird wieder ein heißer Tag. Jetzt, um 7.30 Uhr, ist die Luft noch angenehm kühl. »Juhuhuu!«, tönt es plötzlich draußen. Wie kann man um diese Zeit schon so gute Laune haben? Siegfried »Sigi« Wernet kann. Und überträgt das schnell auf andere. Strohhut, Cordhose, blaues Hemd, rotes Halstuch und: nackte Füße. So steht der Naturführer aus dem Örtchen Elzsch-Yach vor dem Fotografen Michael Corona und mir. Und tut das, was er meistens tut: lacht. »Frühmorgens ist meine liebste Zeit«, sagt er. »Da gehört der Tag noch dir!«

Weil Sigi den Beweis dafür buchstäblich antreten will, wandert er mit uns los. Über einen alten Hirtenweg - erst steil über Wiesen nach oben, dann auf schmalen Pfaden in der Höhe. So steigen wir hinauf zum Siebenfelsen rund 30 Kilometer nordöstlich von Freiburg, einer mystisch anmutenden

Felsformation in der Region Zweitälerland. Wurzeln, Steinbrocken, Äste - was uns schon mit Wanderschuhen Trittsicherheit abverlangt, meistert Sigi barfuß. Das wirft Fragen auf, ebenso wie das ungewöhnliche Outfit.

»Ich will die Geschichte der Hirtenbuben in der Region am Leben halten«, erklärt er. Bis in die 1960er Jahre wurden Jungen aus kinderreichen Familien an andere Höfe zum Hüten des Weideviehs abgegeben - ein Esser weniger am Tisch. Als Hirtenbuben wohnten sie auf dem anderen Hof. »Für die Kinder war das hart, körperlich und seelisch«, sagt Sigi. »Oft wurden sie schon mit sieben Jahren von ihrer Familie getrennt.«

An ihr beschwerliches Leben will der Naturführer erinnern. Wer genau hinschaut, erkennt das Loch in seinem Strohhut. Oder dass sein Gürtel nur ein Strick ist, mit dem er eine Ziege anbinden könnte. Auch sein fehlendes Schuhwerk erklärt sich so, ebenso wie sein durchdringendes »Juhuhuu!« Denn: So verständigten sich Hirtenbuben untereinander und mit den Bauern. Jedes Kind hatte eine eigene Art zu rufen.

Von der Thomashütte am Kandel reicht der Blick weit übers Zweitälerland.



1



2



3

- 1 Seit Jahrzehnten schon bleibt die Natur in der Teichschlucht sich selbst überlassen.
- 2 Hubertus Disch backt Brot auf dem Schneiderhof auf die traditionelle Weise. Dieser Duft!
- 3 Naturführer Sigi erkundet die alten Hirtenwege im Yachtal am liebsten barfuß.

»Ich wandere auch sonst gerne barfuß«, sagt Sigi, der eigentlich eine Druckerei betreibt, aber seit frühester Kindheit durch die Natur streift. »Wenn es abends kribbelt und bitzelt, ist das besser als jede Massage.« Wir schnuppern heute mit ihm weiter ein Stück in den Hirtenweg hinein, den die Kinder damals genommen haben – insgesamt hat die Runde 20 Kilometer. Wir wollen die Geschichte hautnah erleben und ziehen zeitweise ebenfalls die Schuhe aus. Den Weg gehen wir dadurch viel bewusster. Aber er wird auch deutlich beschwerlicher.

Ausflug in die Vergangenheit

Als der Schneiderhof von Hubertus Disch und seiner Frau Lioba wieder in Sicht kommt, können wir uns ein zweites Frühstück also gut vorstellen. Doch das dauert noch: Die beiden sind gerade dabei, den Teig zu kneten, den sie in der Frühe angesetzt haben. Wir helfen, die Brotlaibe in den Holzofen zu tragen. Auch den hat der Bauer schon morgens angefeuert. Bis das Brot fertig ist, dauert es noch mal gute 70 Minuten. Wer hier zu Gast ist, merkt schnell: Im Zweitälerland rund um Elztal und Simonswald bewegt man sich stets zwischen dem Heute und dem Gestern.

Denn auch das Brotbacken auf den Schwarzwald-Höfen hat Tradition. Nicht umsonst läuft noch eine kleinere Runde am Schneiderhof vorbei, der sogenannte Brotweg: Wandernde können unterwegs bei einigen Höfen anklopfen – und zum Beispiel frisches Holzofenbrot verkosten. »Schon meine Großmutter hat auf diese Weise Brot gebacken«, sagt Hubertus, als er die duftenden Fladen endlich aus dem Ofen holt. Salz, Wasser, Mehl, Hefe. Mehr braucht es nicht für diese Köstlichkeit, die wir uns gegen Mittag im Schatten bei Käse, Schinken und Honig schmecken lassen. Auch der Belag kommt aus der Region. »Wir verkaufen inzwischen als einziger Hof noch Brot«, sagt er. 20 Laibe backt er jeden Samstag – viele davon sind vorbestellt. Den Rest können Wandernde bei einer Vesper probieren. Wer ein Quartier sucht: Die Familie bietet neben Ferienwohnungen inzwischen Campingplätze im Internet an. Familienanschluss inklusive – Hubertus und Lioba haben fünf Enkelkinder, die auch heute lachend und rufend über den Hof flitzen. Aber wir müssen weiter.

Im Simonswäldertal, gut 20 Autominuten südlich vom Schneiderhof, wartet der Wanderführer Uwe Schwilski auf uns. Er


»Schon meine Oma hat auf diese Weise Brot gebacken«, sagt Hubertus und holt den Laib aus dem Holzofen.

WANDERN RUND UM DEN KANDEL

1 BROTWEG

13 km, 4 Std., 550 Hm, mittel

Los geht es in der Dorfmitte in Elzach-Yach. Bis auf wenige steilere Abschnitte steigt die Tour gleichmäßig auf eine Höhe von rund 800 Metern an, zuerst am Yachbach entlang zum Schneiderhof (Einkehr), am Hof Gobert vorbei in den Tränkegrund, dann hinauf in den Rauchengrund mit weiteren Höfen. Bei einigen kann man regionale Produkte kaufen, etwa frisches Holzofenbrot.

2 HIRTENWEG

21 km, 6,5 Std., 890 Hm, schwer

Eine Wanderung auf den Spuren der Hirtenbuben, die hier im 20. Jahrhundert das Vieh hüteten. Vom Rathaus in Elzach-Yach läuft man auf schmalen Pfaden durch die Steintäler Vorder- und Hinterzinken am Wald entlang und über Viehweiden. Der Weg schlägt einen Bogen Richtung Süden; unterwegs schautst du auf das Brauhörnle (1134 m) und den Rohrhardsberg (1152 m), bevor es zurück nach Yach geht.

3 KANDEL-TOUR

7 km, 2,5 Std., 180 Hm, mittel

Abwechslungsreiche Umrundung des Kandelgipfels über offenes Gelände und auf Waldwegen. Vom Großen Kandelparkplatz in Waldkirch führt die Tour über Bergwiesen. Am Heibererfelsen öffnen sich herrliche Fernblicke, ebenso an der Thomashütte (unbewirtschaftet). Wer spät aufbricht, kann den Sonnenuntergang auf dem Kandelfels verfolgen, bevor der Rückweg über Waldwege beginnt. Je nach Wetter sieht man unterwegs sogar die Alpen.

4 WILDBACH-TOUR

12 km, 4 Std., 620 Hm, mittel

Vom Parkplatz in Obersimonswald der Wilden Gutach talaufwärts folgen bis zum Einstieg in die Teichschlucht mit mannshohen Steinbrocken, Geröll und Moosbewuchs. Unter einem großen Felsblock zweigt der Pfad zum Felsenmeer und zum Hintereck ab. Über enge Kehren steigt man zur Hintereck hinauf (Einkehr) und schaut kurz darauf vom

Hintereck über das Simonswäldertal. Steil zur Saulache hinab – Vorsicht bei Nässe! – und zurück nach Obersimonswald.

5 ZWEITÄLERSTEIG

109 km, 5 Tage, 3610 Hm, schwer

Der Zweitälersteig führt in fünf Etappen durch die schönsten und

ursprünglichsten Winkel des Elztals und Simonswalds. Start und Endpunkt ist der Bahnhof Waldkirch. Die Etappen lassen sich auch einzeln begehen oder kombinieren. Aussichts- und Höhepunkte sind der Kandel, die Pilgerkapelle auf dem Hörnleberg, der Rohrhardsberg und der langgestreckte Bergrücken von Höhenhäusern hinab nach Waldkirch.



[outdoor-magazin.com/kandel](https://www.outdoor-magazin.com/kandel) Auch Lust, am Kandel zu wandern? Auf der *outdoor*-Website könnt ihr die interaktiven Karten und GPX-Daten zu den Touren herunterladen. Einfach die Adresse eingeben oder den QR-Code scannen.





»Ich bin Hirt und Wirt.« Andy schaut oft vom Gletschirm aus nach seinen fast 100 Kühen.

nimmt uns mit auf die Wildbachtour zur Teichschlucht, der Bach fließt durch einen wuchernden Bannwald. »Hier darf nichts mehr verändert werden«, erklärt Uwe. Umgestürzte Baumstämme sind dick moosbegrünt und offenbar seit Jahrzehnten unberührt, ebenso wie die vielen schulterhohen Felsen. Später mündet der Teichbach in die Wilde Gutach. »Früher standen hier Mühlen, um mit der Kraft des Wassers Getreide zu mahlen oder Holz zu sägen«, sagt Uwe. »Die bekannteste ist wohl die Kulturhistorische Ölmühle, in der Walnussöl immer noch wie vor 300 Jahren hergestellt wird.«

Doch die Gegenwart liegt auch hier nie fern: Plötzlich stapfen Dutzende Menschen in Funktionskleidung mit puterrottem Kopf an uns vorbei. Denn heute findet ein Ultramarsch statt. Wer mitmacht, wandert 50 oder 100 Kilometer in einem Rutsch auf dem Zweitälersteig. Der Weitwanderweg windet sich ab Waldkirch auf 109 Kilometern durch das Zweitälerland – heftige 3610 Höhenmeter rauf und runter.

Fensterli-Wirt und Hexentanzplatz

»Man kann den Steig auch in fünf Etappen teilen«, sagt Nicola Kaatz anderntags am Kandelberg acht Kilometer Luftlinie weiter westlich. Die Geschäftsführerin vom Zweitälerland-Tourismus nimmt uns ein Stück mit auf der ersten Etappe des Zweitälersteigs, die teils auf unserem heutigen Weg verläuft, der Kandel-Tour. Sie umrundet den 1242 Meter hohen Berg auf Pfaden und Waldwegen. Wir besuchen nicht nur den Gipfel, sondern auch die Gummenhütte von Fensterli-Wirt Andreas »Andy« Beha. Warum der so heißt? »Weil er Essen und Getränke durchs Fenster reicht«, erklärt Nicola. Ein Kiosk – aber mit Schwarzwald-Flair und deutlich besserem Essen. Von Brot über Käse bis zu Tofu und Tannensirup-Limo: alles aus der Region, wie Andy versichert. »Ich biete sogar eine vegane Brotzeit an«, sagt er. »Man muss mit der Zeit gehen.« Heute zielen heimische Wildblumen das Schwarzbrot mit Tofu und Rote-Bete-Aufstrich.

Es wird Abend am Kandel. Nur wenige Gäste können auf der urigen Gummenhütte übernachten: Ein Doppel- und ein Mehrbettzimmer mit sechs Schlafplätzen hat Andy zu bieten. Er selbst steigt in der Regel abends ab ins Tal. Und könnte dann glatt als Hirtenbub durchgehen. »Ich bin Hirt und Wirt«, sagt er und lacht. Fast hundert Kühe hütet er im Sommer neben dem Hüttenbetrieb. »Meist laufe ich zur Hütte und zurück und schaue dabei nach den Tieren«, erklärt er. Oft fliege er aber per Gletschirm ins Tal: »Von oben sehe ich sofort, ob sich eine Kuh von der Herde entfernt hat.«

Nur einen kurzen Fußmarsch von der Gummenhütte ragt der Kandelfelsen in die Höhe. »In der Walpurgisnacht 1981 ist der Felsen abgebrochen«, erzählt Nicola. »Der Legende nach wurde in den Trümmern ein Reisigbesen gefunden.« Als wir auf dem Plateau oberhalb von Waldkirch ankommen, ist von alten Besen und tanzenden Hexen nichts zu sehen. Langsam geht die Sonne über dem Zweitälerland unter. So schön, dass man fast juchzen möchte: »Juhuhu!«



Die Gummenhütte am Kandel firmiert nicht umsonst auch unter »Fensterli-Wirt«.

wird familiär geführt. Auf der Speisekarte finden sich auch Gerichte mit heimischem Wild wie Rehmedaillons und Dammwildkeule. Der Gasthof liegt ideal für eine Tour in die Teichschlucht. DZ ab 130 Euro, inkl. Frühstück, hotel-engel.de

ESSEN

Am Kandel

Hüttenwirt Andreas »Andy« Beha wird liebevoll Fensterli-Wirt genannt, weil er Speisen und Getränke aus einem Fenster heraus verkauft. Die Gummenhütte am Kandel erinnert dadurch an einen Kiosk, aber das Essen ist viel besser: Sämtliche Zutaten kommen aus der Region – vom Tannenzapfensirup für die Limonade bis zum Rote-Bete-Aufstrich für die vegane Brotzeit. gummenhuetten.g-valley.de

Kommt mir spanisch vor

Die Biederbacher Tapas-Tour verbindet Wandern und Genuss. Sie führt von Gasthaus zu Gasthaus; jedes serviert saisonale Schwarzwälder Häppchen (auch vegetarisch). Wandernde können zwischen zwei oder drei Stationen wählen, im Netz unter biederbach.de, Suchbegriff: Tapas

An der Mühle

Die bekannteste von sechs Mühlen im Simonswäldertal ist die historische Ölmühle, wo Walnussöl wie vor 300 Jahren durch Kaltpressung hergestellt wird. Spitzenköche aus ganz Deutschland reisen für das goldgelbe Öl dorthin. Die anderthalbstündigen Führungen enden optional mit einem zünftigen Bauernvesper.

PLANEN

Hin- und Rumkommen

Mit dem Auto am besten über die A 5 nach Freiburg. Von dort sind es nur noch etwa 30 Minuten bis nach Elzach. Alternativ per Bahn nach Freiburg und mit der S-Bahn weiter ins Zweitälerland (zum Beispiel im 30-Minuten-Takt bis Waldkirch). In 20 bis 40 Minuten erreicht man eine von neun Haltestellen im Elztal; die Seitentäler sind mit den Regionalbussen erschlossen.

Orientieren

Der Zweitälerland Tourismus bietet eine Wanderkarte im Maßstab 1:30 000 mit Touren der gesamten Region an (6,50 Euro). Darin finden sich der mehrtägige Zweitälersteig und Rundwanderwege samt Kurzbeschreibung. Detailliertere Beschreibungen stehen in der kostenlosen Broschüre »Wanderzeit«. Zum Nachwandern empfiehlt sich die Kombination aus beidem. Den Zweitälersteig und andere Fernwege beschreibt auch der Wanderführer »Mehrtagestouren Schwarzwald Mitte/Süd« von Martin Kuhnle (Bergverlag Rother, 14,90 Euro).

Informieren

Auf zweitaelerland.de finden sich Unterkünfte und allgemeine touristische Informationen.

UNTERKUNFT

In Zelt oder Van

Stellplätze für Vans oder das eigene Zelt auf der grünen Wiese – über die Buchungsplattform »MyCabin« lassen sie sich buchen. Auch der

Schneiderhof in der Nähe von Elzach ist dort gelistet – Startpunkt vieler Wanderungen. Wer mehr Komfort möchte, kann sich direkt beim Schneiderhof ebenso wie bei zahlreichen anderen Bauernhöfen in der Region einbuchen. mycabin.eu, schneiderhof-yach.de

Wellness bei 4 Sternen

In Gutach-Bleibach im Zentrum des Elz- und Simonswäldertals liegt das Vier-Sterne-Hotel »Silberkönig« mit Sauna- und Massagebereich. Wer es aktiver mag, leiht dort ein Fahrrad aus oder erkundet den Barfußweg in der Nähe. DZ ab 102 Euro, inkl. Frühstück, silberkoenig.de

Familiäres Flair

Das Gasthof-Hotel Engel in Simonswald mit Fitnessbereich und Sauna

MEINE TIPPS



ANTONIA LANGE
REISEAUTORIN

ABHEBEN

Auf dem Kandel kannst du auch mit dem Drachen oder Gletschirm fliegen. Der Startplatz liegt unterhalb des Gipfels, beim Kandelhof. Übrigens auch eine schöne Einkehrmöglichkeit – vorher oder hinterher. dgfc-suedschwarzwald.de

ANSCHAUEN

Welche Pflanze hilft bei Kopfschmerzen? Auf dem Kräuterhof in Winden im Elztal erfahren Interessierte viel über die Wirkung von Kräutern. Und: Es gibt auch leckere Kuchen. Mitte April bis November, kraeuterhof-dobelberg.de

AUFSTEIGEN

Zur Ruine Kastelburg, dem Wahrzeichen von Waldkirch, leitet der Ritterweg mit seinen mannshohen Ritterstatuen. Mit oder ohne Führung, heimatverein-waldkirch.de



HOFBESUCH Obst, Wein und Gemüse vom Franz-Xaver-Hof in Waldkirch sind garantiert regional und saisonal. Dazu kommen Pestos, Soßen, Aufstriche und im Sommer Blumensträuße. In der Hofscheune finden Weinproben statt. franz-xaver-hof.de

Den Kandelfelsen umspielt beim Sonnenuntergang ein fast magisches Licht.