



# 3 Welten - Wandern

Schwarzwald • Rheinflall • Bodensee •



**Wandertouren für Genießer**

**Rezepte für Gourmets**

# Wander-Tipps

*ab S. 10*



# Rezepte unserer Profis

ab S. 40





## Die 3 Welten

Die drei benachbarten und doch so unterschiedlichen Landschaftsräume Schwarzwald, Hochrhein und Bodensee sind jede eine Welt für sich und zusammen etwas ganz Besonderes. Für Abwechslung in Landschaft, Kultur und Sprache ist bestens gesorgt. Und wie könnte man das besser und intensiver erleben als zu Fuß?

## Unsere Auswahl

Die «3Welten-Wanderungen» sind eine Auswahl der schönsten Touren der Region, die meisten tragen sogar Auszeichnungen. Mal sind es Rundtouren, mal Streckenwanderungen, aber immer bieten sie viel Wandererlebnis. Natürlich gibt es noch viele weitere Wege, die zu entdecken wir Sie herzlich einladen.

## Zu diesem Büchlein

Neben den gut beschriebenen Wandertouren überreichen wir Ihnen jeweils noch ein bewährtes Kochrezept einer Köchin oder eines Kochs der jeweiligen Region.

## Darstellung

Jede Tour ist mit Karte, Höhenprofil und weiteren relevanten Informationen übersichtlich dargestellt. Die Reihenfolge ist von Nord nach Süd, entsprechend der beteiligten Landkreise bzw. dem Kanton:

- Schwarzwald-Baar-Kreis
- Landkreis Waldshut
- Kanton Schaffhausen
- Landkreis Konstanz

## Smartphone & App

Wer sich gerne die Touren auf sein Smartphone laden möchte, dem sei die Schwarzwald-App empfohlen. Dort können die Touren auch für den Offline-Gebrauch gespeichert werden, d.h. man kann auch ohne Mobilfunkverbindung navigieren.

Die Touren direkt finden Sie unter:

[www.3welten-wandern.de](http://www.3welten-wandern.de)  
[www.3welten-wandern.ch](http://www.3welten-wandern.ch)

## Einkehren

Was wäre eine Wanderung ohne Einkehr. Zu jeder Tour haben wir für Sie zwei bis drei Einkehrmöglichkeiten beschrieben und in den Karten markiert.



Genießen Sie Ihre Touren und natürlich auch die Einkehr!

## Zum Nachkochen empfohlen

Möchten Sie mal wieder etwas



Neues ausprobieren am Herd? Dann folgen Sie den Empfehlungen unserer Köchinnen und Köche ab S. 40.

Unsere Profis haben kurz und bündig beschrieben, welche Zutaten Sie benötigen und wie sie zuzubereiten sind.

Damit Sie wissen von wem das Rezept stammt und wo es herkommt sind Köchin/Koch und das Restaurant jeweils abgebildet.



# Übersicht



Die Wandertouren für Genießer  
nach Regionen:

**Schwarzwald:** ab S. 10

**Schaffhausen:** ab S. 22

**Bodensee/Hegau:** ab S. 32

Rezepte von Profis: ab S. 40



Rundweg    Streckenwanderweg





Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Obere Waldstraße, VS	11,3 km	3 h	leicht	3

Der Premiumweg „Waldpfad Gropptal“ führt auf überwiegend naturnahen Pfaden durch einen idyllischen und abwechslungsreichen „Erlebniswald“, in dem sich in lockerem Abstand heimelige Christbaum-silhouetten bis hin zu raumschaffenden Baumriesen mit Farnfeldern und grünen Kraut- und Moospolstern umgeben. Die eingestreuten Waldinseln sowie die immer wiederkehrenden herrlichen Aussichten auf das beschauliche Gropptal mit seinen Schwarzwaldhöfen komplettieren das Wohlfühlbild des Waldes.

Für Abwechslung sorgen auch die Passagen in der offenen Landschaft des Gropptals mit seinen

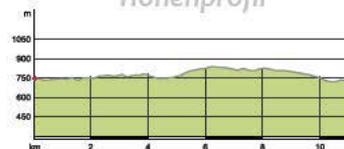
Wiesen, Weiden und Bächen. Mit der „Brigach“ beheimatet das Tal sogar einen von zwei bedeutenden Donauquellflüssen, weshalb hier auch jedes Kind die alte Weisheit „Brigach und Breg bringen die Donau zuweg.“ kennt.

Höhepunkte, wie der „Uhofelsen“, ein 12 Meter hoher Kletterfelsen mit Aussichtsplattform, die Burgruine Kirneck, der mitten im Wald gelegene Rastplatz am Wildgehege Salvest mit Spielplatz und Ruhebänken sowie Vesperstuben entlang der Wanderroute vervollständigen den nahezu perfekten Wandergenuss.



► so ist der Weg beschildert

## Höhenprofil



## Einkehr-Tipps

- 1 Gasthaus Forelle, Fr. ab 16 Uhr, Sa So+Fei ab 11 Uhr, Tel. +49 (0)7721 71045
- 2 Gasthof Breitbrunnen, Mi-So ab 11 Uhr - Tel. +49 (0)7721 9981694
- 3 Romantik Hotel Rindenmühle, Tel. +49 (0)7721 88680 ► S.42



Foto: Jörg Sauter

**Start/Ziel:** **Länge** **Dauer** **Anspruch** **Einkehr**

Start: Bhf. Blumberg-Zollhaus 12,4 km 3,5 h mittel 3  
 Ziel: Bushaltest. Grimmelshofen

Kontrastreicher kann eine Wanderung kaum sein: auf dem ersten Abschnitt dieses Schwarzwälder Genießerpfads bewegen Sie sich „auf der Höhe“ und werden immer wieder mit herrlichen Fernsichten bis in die Schweizer Alpen verwöhnt. „Nebenbei“ weihen Sie drei interaktive Stationen auf spielerische Art und Weise in die Geheimnisse der Herstellung des Schwarzwälder Schinkens ein. Bei etwa der Hälfte der Strecke erfolgt dann ein Landschaftswechsel, der gegensätzlicher nicht sein könnte: Beim Abstieg in die Wutachflühen kommen Sie vorbei an steil aufragenden Felstürmen, bemoosten Steinen, knorrigen Wurzeln und gigantischen Farnen. Sie sollten trittsicher und

schwindelfrei sein. Nicht umsonst ist dieses Streckenstück Bestandteil des „Schluchtensteigs“.

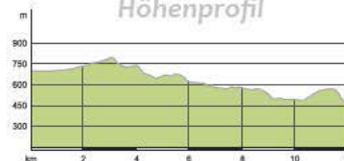
Nach dem Verlassen der Flühen kommen Sie an den Haltepunkt Lausheim-Blumegg der sog. „Sauschwänzlebahn“, von wo aus Sie eine Erlebnisbahnfahrt mit historischer Dampflok über vier Brücken und durch sechs Tunnel unternehmen können. Die Mitfahrt ist ein Muss! Beachten Sie bitte den Fahrplan und die Abfahrtszeiten.

Sollte das mit dem Fahrplan einmal nicht „passen“ können Sie bis Grimmelshofen weiterwandern und mit dem Bus zurück zum Ausgangspunkt fahren (auch hier Fahrplan beachten!).



► so ist der Weg beschildert

## Höhenprofil



## Einkehr-Tipps

- 1 Gasthof-Pension Scheffellinde, Tel. +49 (0)7702 9472 ► S.43
- 2 Café & Bäckerei Jim Knöpfle, Blumberg-Zollhaus, Tel. +49 (0)7702 4796161
- 3 Gasthaus zur Wutachschlucht, Lausheim, Tel. +49 (0)7744 379



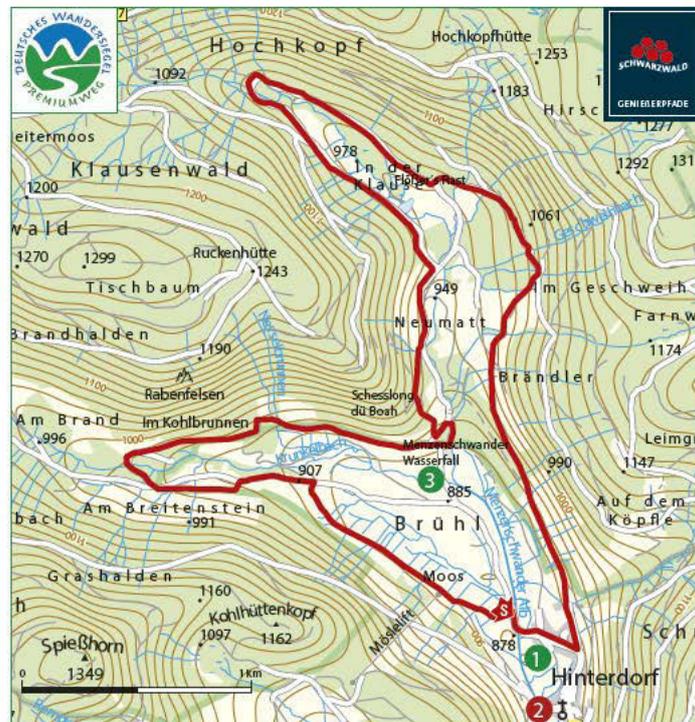
Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Möslparkplatz Menzenschwand	10,3 km	3 h	mittel	2

Durchzogen von der Menzenschwander Alb und dem Krunelbach ist am Fuße des Feldbergs ein kleines Tal entstanden. Schon früh von Mönchen aus dem Kloster St. Blasien besiedelt, hat sich ein Dorf mit einer eigenen, ursprünglichen Charakteristik entwickelt – Menzenschwand.

Begleitet vom Klingen der Ziegen- glocken und herrlichen Weitblicken entführt der Menzenschwander Geißenpfad die Wanderer auf idyllischen Pfaden durch subalpine Natur, durch Landschaftsschutz- und Naturschutzbereiche und zeigt

Beispiele von intakten natürlichen Ressourcen und spannenden landschaftlichen Besonderheiten. Die Menzenschwander Wasserfälle sorgen im Sommer für angenehme Erfrischung. Verschiedene tolle Rast- plätze, wie das „Schesslong dü Boah“ (ein Waldsofa) oder der „Titlisblick“ laden zum Verweilen ein.

Namensgeber für den Pfad sind Ziegen oder wie sie hier heißen „Geißen“. Manchmal sieht man eine kleine Herde Ziegen, die auf den Felsen umherhüpfen oder frische Bergkräuter mampfen.



► so ist der Weg beschildert



### Einkehr-Tipps

- 1 Hotel Hirschen, St. Bl.-Menzenschwand, Tel: +49 (0)7675 884
- 2 Hotel und Restaurant Waldeck, St. Bl.-Menzenschw., Vorderdorf Tel: +49 (0)7675 90540 ► S. 44
- 3 Café & Berg-Beizle „Zum Kuckuck“, Hinterd., Tel.: +49 (0) 7675 9297975



Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Wanderparkplatz Ankenbühl	15,6 km	5 h	mittel	3

Auf dem Bernauer Hochtalsteig zeigt sich der südliche Schwarzwald von seiner schönsten Seite. Auf rund 16 km führt der Weg durch märchenhafte Wälder, entlang ausgedehnter Bergweiden und bietet wunderschöne Ausblicke auf die höchsten Schwarzwaldgipfel und das Bernauer Hochtal.

Einen Augenschmaus bietet das Viscope, ein „intelligentes Aussichtsfernrohr“. Keiner muss mehr raten, welcher von den rund 140 Kilometer entfernten Alpengipfel nun Eiger, Mönch oder Jungfrau ist: Das Viscope blendet automatisch über jedem Berg den Namen ein.

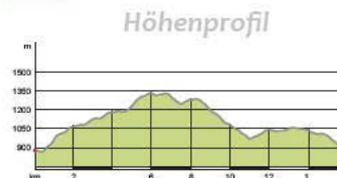
Bei entsprechendem Wetter kann man hier auch den Gleitschirmfliegen beim Starten zuschauen.

Zum Ausruhen verführen acht Himmelsliegen an exponierten Stellen und auf halber Strecke lädt das Berggasthaus Krunkelbach zur Einkehr. Nach dem Abgang vom Scheibenfelsen geht der Weg in den Bernauer Panoramaweg über – einer der schönsten Wege mit Weitblick im südlichen Schwarzwald.

Nach einem beständigen Anstieg bis zum Spießhorn genießt man auf dem Panoramaweg auf rund 1000 Metern Höhe nahezu ohne Auf und Ab die Sonnenseite des Hochtals.



► so ist der Weg beschildert



## Einkehr-Tipps

- 1 Krunkelbach-Hütte, Tel. +49 (0)7675 338
- 2 Landgasthof Bergblick, Bernau, Tel. +49 (0)7675 273 ► S. 45
- 3 Gasthaus Löwen, Bernau, Tel. +49 (0)7675 277



Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Parkplatz Kohlhütte/ Oberibach	11,6 km	3,5 h	mittel	3

Der aussichtsreiche Rundwanderweg um Ibach verläuft auf einer Höhe zwischen 900 und 1100 m ü. NN und ist rund zwölf Kilometer lang.

Der Weg bietet auf der gesamten Strecke immer wieder phantastische Aussichten, mal auf das Alpenpanorama im Süden, mal über das Ibacher Hochtal, mal zum Feldberggebiet im Norden. Der Panoramaweg verläuft in einem kurzen Teilschnitt parallel zu Schluchtensteig Schwarzwald und dem interkommunalen Weidelehrpfad Dachsberg-Ibach.

Immer wieder stößt man auf Infotafeln, die zu verschiedenen Themen in unterschiedlichen Projekten aufgestellt wurden. Beim Verweilen an den Panoramatafeln gibt es Erläuterungen zum Alpenpanorama mit Eiger, Mönch und Jungfrau. Im nördlichen Bereich durchquert der Weg verschiedene Naturschutzgebiete und Moore. Die vielen Bänke, Rast- und Grillplätze mit der herrlichen Aussicht laden zum Verweilen und Vesperein.

Im Winter ist er in Abschnitten als Winterwanderweg präpariert.



► so ist der Weg beschildert



## Einkehr-Tipps

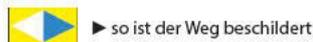
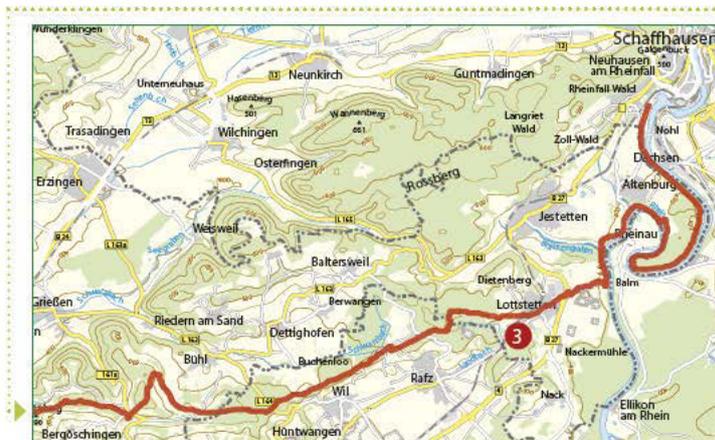
- 1 Gasthaus Kranz, Ibach, Tel: +49(0)7672 2406
- 2 Gasthaus Steigass-Stube, Ibach, Tel: +49(0)7672 1897 ► S. 46
- 3 Gasthaus Adler, Ibach, Tel: +49(0)7672 2936



Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Start: Waldshut-Tiengen Ziel: Schaffhausen	52 km	2-3 Tage	mittel	zahlreich

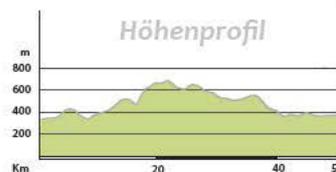
Der Hochrhein Höhenweg quert den südlichsten Zipfel Deutschlands. Die letzten Etappen des normalerweise 125 km langen Fernwanderwegs (Basel-Schaffhausen) starten in Waldshut-Tiengen. Geprägt wird die Landschaft hier durch zahlreiche Burgruinen und mittelalterliche Stadtbefestigungen. Über einen Höhenrücken erreicht man den Aufstieg zur Ruine Küssaburg. Von den mächtigen Festungsmauern wird man mit einer herrlichen Rundumsicht zum Schwarzwald und in den benachbarten Kanton Aargau entlohnt. Von der Küssaburg führt der Weg weiter ostwärts,

immer wieder mit Blick auf das Weingebiet Klettgau im Nordosten und den Hochrhein im Süden. Der kurze Abstecher zum Gasthof Kranz in Lottstetten-Nack zweigt in der Ortsmitte Lottstetten nach rechts ab (Markierung gelbe Raute). Ein weiterer kultureller und landschaftlicher Höhepunkt der Tour ist die Rheinschleife mit der sehenswerten Klosterkirche Rheinau. Bis zum großen Naturschauspiel, dem Rheinfall in Neuhausen am Rheinfall, ist es nicht mehr weit. Der Fernwanderweg endet kurz vor der geschichtsträchtigen Stadt Schaffhausen.



### Einkehr-Tipps

- 1 Rheinischer Hof, Waldshut-Tiengen, Tel.: +49 (0)7751 2555
- 2 Gasthof Küssaburg, Küssaburg, Tel.: +49 (0)7742 5239
- 3 Gasthof Kranz, Lottstetten Tel.: +49 (0)7745 7302 ▶ S. 47





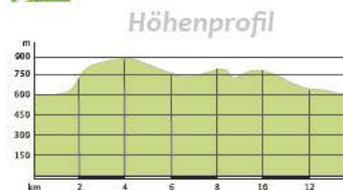
Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Bargen	13,7 km	4 h	mittel	mehrere

Diese grenzüberschreitende Rundwanderung startet und endet in der Gemeinde Bargen. Bargen ist die kleinste eigenständige Gemeinde im Kanton Schaffhausen und die am nördlichsten gelegene Gemeinde der Schweiz. Die Ortschaft sowie der Verlauf der gesamten Route befindet sich in der Schutzzone des Randen, dem plateauartigen Höhenzug im Kanton Schaffhausen welcher geologisch zur Tafeljura-Landschaft gehört. Die Route verbindet auf rund 15 km einmalige Botanik und interessante Historie. Weitherum bekannt ist das Naturschutzgebiet «Tannbüel». Hier blühen jedes Jahr im Frühling mehr als zwanzig verschiedene Orchideenarten, hauptsächlich der Frauenschuh. Noch

etliche andere Blumen-, und Pflanzenarten blühen in diesem Gebiet. Im Zentrum aber steht der historische Grenzstein mit der Nummer 593. Im Volksjargon nennt man diesen Stein den «schwarzen Stein». Früher schob an dieser Stelle, dem nördlichsten Punkt der Schweiz, die Schaffhauser Obrigkeit Verurteilte und Verbannte nach Deutschland ab. Heute findet man hier einen Rastplatz, bei welchem Sie Ihren Proviant einerseits auf Schweizer Boden grillieren und dann aber auf deutschem Gebiet geniessen. Die Route bietet eine unvergessliche Rundum - Weitsicht hin zu den Schweizer Alpen und bis weit in den Schwarzwald und den Hegau.



► so ist der Weg beschildert



### Einkehr-Tipps

- China-Thai Rest. «Tian - Fu», Blumberg-Neuhaus, Tel +49 (0)7736 921 85 78
- Gasthaus «Zum Hohen Randen», Blumberg-Randen, Tel. +49 (0)7702 682
- Restaurant Gemeindehaus, Merisshausen, Tel. +41 (0)52 653 11 31  
► S. 48

**Touristinformationen im Wegverlauf: Schaffhausen:**  
Tel. +41 (0)52 632 40 20, Blumberg: Tel. +49 (0)7702 510



Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Thayngen/Bibern	18,8 km	5 h	mittel	mehrere

Der Reiat im Norden des Kantons Schaffhausens ist ein ideales Naherholungsgebiet. Zahlreiche Wanderwege verbinden sehenswerte kleine Dörfer, alle mit gut erhaltenem historischem Dorfkern.

durch eine eindrückliche Weitsicht über das Schweizer Mittelland bis hin zu den Alpen oder dann in Richtung Hegau mit den markanten Kegeln der Hegauvulkane.

Diese Rundwanderung verbindet insgesamt vier Dörfer welche alle zur Hauptgemeinde Thayngen gehören. Zusätzlich attraktiviert wird die Strecke mit verschiedenen Grillplätzen, Restaurants und auch Bademöglichkeiten.

Das Gebiet entlang der Strecke bietet auch für das Auge viel. Felder, Wiesen, Wälder und Rebberge wechseln sich immer wieder ab. Ergänzt



**i** Touristinformationen im Wegverlauf:  
Schaffhausen, Tel. +41 (0)52 632 40 20



► so ist der Weg beschildert



## Einkehr-Tipps

- 1 Landgasthof Hüttenleben, Thayngen, Tel. +41 (0)52 645 00 10
- 2 Restaurant Reiatstube, Opfertshofen, Tel. +41 (0)52 649 34 16



Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Hallau / CH	43,5 km	10-12 h	mittel	mehrere

Diese Wanderung startet in Hallau, dem Hauptort des Schaffhauser Blauburgunderlandes, mitten in der grössten zusammenhängenden Rebfläche der Deutschschweiz.

Die Tour führt durch Rebberge und durch schönste Natur fernab der Zivilisation. Geniessen Sie schönste Ausblicke auf dem Hallauerberg bevor sie über die grüne Grenze nach Deutschland wandern. Mit dem Überqueren der Wutach gelangen Sie wieder auf Schweizer Boden.

Über den Täufersteig erreichen Sie den dreiarimigen Randen-Hügelzug bei Schleithelm. Diesen Steig benutzten schon die Wiedertäufer der Reformationszeit als sie sich im Versteckten zu Gottesdiensten versammelten.

Wurden sie entdeckt, drohten ihnen Folter oder sogar der Tod. Ein grosser Gedenkstein am Waldrand erinnert an dieses Kapitel der Reformation.

Wahre Höhepunkte sind der Schleithelm und der Siblinger Randenturm. Bei guten Bedingungen reicht die Aussicht bis weit ins schweizerische Mittelland. Das Siblinger Randenhaus lädt ein zur Rast oder zum Übernachten.

Weiter über den Randenzug, quer durch die Mischwälder und schöne Lichtungen, erreichen Sie einige kleine Bauerndörfer mit historischen Dorfkernen, bevor Sie am Zielort Schaffhausen mit seiner bestens erhaltenen mittelalterlichen Altstadt und vielen architektonischen Sehenswürdigkeiten ankommen.



**34** ► so ist der Weg beschildert



## Einkehr-Tipps

- 1 Siblinger Randenhaus, Siblingen  
Tel. +41 (0)52 685 27 37 ► S. 49
- 2 Rest. Gemeindehaus, Merishausen,  
Tel. +41 (0)52 653 11 31
- 3 Rest. Reiatstube, Opfertshofen  
Tel. +41 (0)52 649 34 16

**i** Touristinformationen am Weg: Hallau: Tel. +41 (52) 681 20 20, Schaffhausen: Tel. +41 (52) 632 40 20

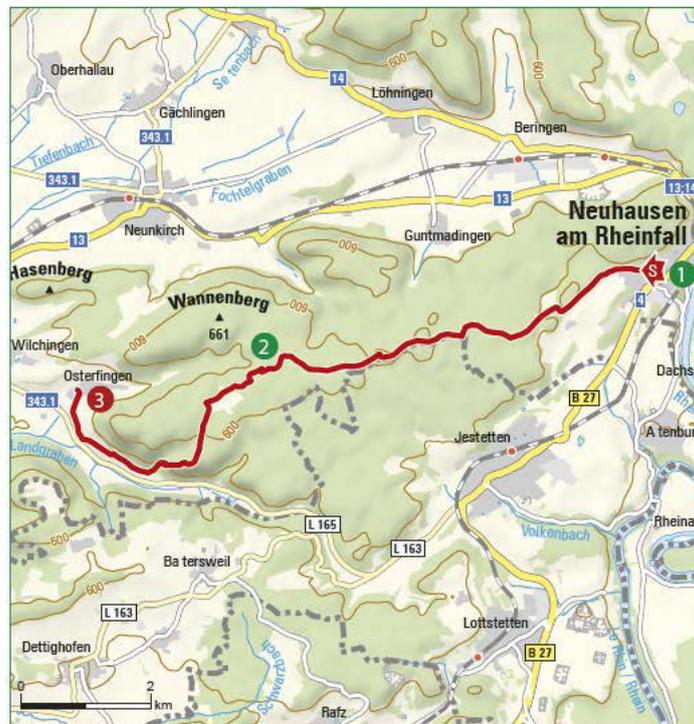


Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Start: Neuhausen am Rheinflall, Ziel: Osterfingen	12 km	4 h	einfach	mehrere

Der Schaffhauser Grenzweg verbindet den grössten Wasserfall Europas, den Rheinflall, mit der grössten zusammenhängenden Rebfläche der Deutschschweiz und führt mitten ins Herz des Schaffhauser Blauburgunderlandes. Er startet beim tosenden Rheinflall und verläuft dann über den Südranden durch die Stille der Schaffhauser Wälder. Vorbei am Aazheimerhof welche vor 400 Jahren als Bauerngut der Äbte von Rheinau erbaut wurde und auf welchem noch heute aktiv gewirtschaftet wird.

Auf dem gesamten Weg folgen Sie den historischen Grenzsteinen. Beim Grenzstein Nummer 67 treffen Sie auf den sog. «grauen Stein». Ein erratic Block welcher aus einer

Bohnerzgrube ragt. Dieser wurde 1330 erstmals als Gemarkungsstein der Gemeinde Neunkirch erwähnt. Mit ein wenig Glück sehen Sie in diesem Gebiet einen Sika-Hirschen, eine aus China stammende Hirschart, welche dieses prächtige Waldstück besiedelt. Bei der Burgruine Radegg geniessen Sie einen atemberaubenden Weitblick über den Schaffhauser Klettgau. Vorbei am historischen Weingut Bad Osterfingen (1472) erreichen Sie das Weinbaurdorf Wilchingen-Osterfingen mit seinem im Bundesinventar erwähnten und geschützten Dorfbild. Verpassen Sie nicht in der renovierten Bergrotte Osterfingen einen erlesenen Schaffhauser Blauburgunder zu degustieren.



so ist der Weg beschildert



## Einkehr-Tipps

- 1 Restaurant Park am Rheinflall  
Tel. +41 (0)52 672 24 94
- 2 Rest. Rossberghof, Wilchingen,  
Tel. +41 (0)52 681 10 63
- 3 Bergrotte Osterfingen  
Tel. +41 (0)52 681 11 68 ▶ S. 50



Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Restaurant Hegaustern	7,6 km	2,5 h	mittel	mehrere

Unter dem Logo „Hegauer Kegelspiel“ werden verschiedene Premi-umwanderwege durch die herrliche Landschaft der Hegauer Vulkankegel ausgewiesen.

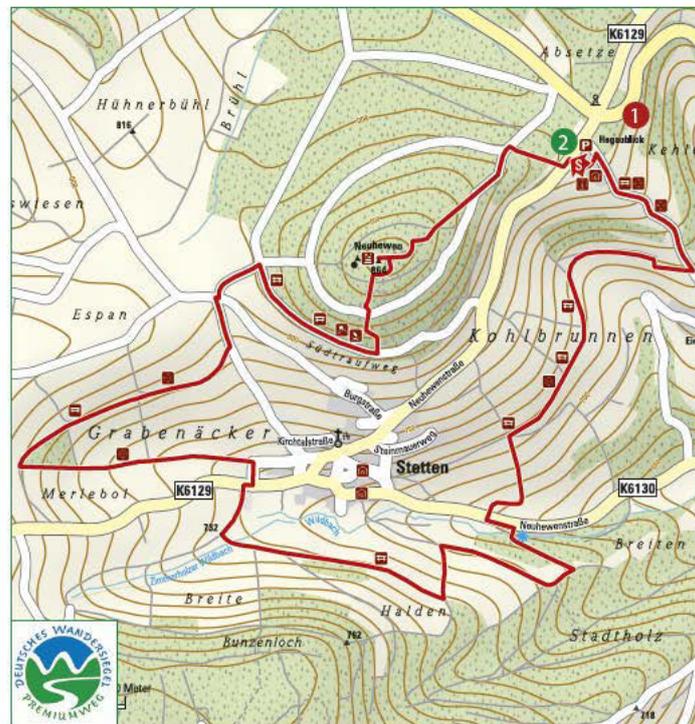
Wandern zwischen diesen uralten Vulkanen ist eine besondere Freude. Mal über Schotter, Wiesenwege und federnd weichen Waldboden führt der Stettener Panoramaweg, mal bergauf und mal bergab, und kurz vor dem Ziel über einen kurzen aber kernigen Anstieg zurück auf den Hegaublick zum Restaurant und Hotel „Hegaustern“.

Während der gesamten Tour ist die grandiose Aussicht in den Hegau

mit seinen Vulkanen bis weit in die Alpen hinein zu genießen. Der Rundwanderweg am Hegaublick oberhalb des vorbildlich restaurierten und sehenswerten Städtchens Engen führt um den Stadtteil Stetten, der im Volksmund aufgrund seiner extremen Hanglage auch als „Dorf im Himmel“ bezeichnet wird.

Bei guter Sicht erhebt sich die beeindruckende Vulkanlandschaft vor dem Bodensee mit Alpenkulisse.

Eine Grillstelle mit Spielplatz lädt zum Verweilen ein.



► so ist der Weg beschildert



## Einkehr-Tipps

- 1 Restaurant Hegaublick, Engen-Stetten, Tel. +49 (0)7733 8755 ► S. 51
- 2 Restaurant Hegaustern, Engen-Stetten, Tel. +49 (0)7733 8754

**Touristinformationen im Wegverlauf:**  
Engen, Tel. +49 (0)7733 502249



Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Konstanz (Stadtgarten) / Wallhausen / Bodman	53,4 km	3-4 Etp.	mittel	zahlreich
		Ø 4,5 h		

Glitzernde Wellen auf dem Wasser, weiß-rosa-rot leuchtende Obstbäume, hohe weiße Berge am Horizont – dazu barocke Prachtbauten mit Aussicht, bunte Fachwerkstädtchen, entspannte Menschen und gutes Essen, fertig ist das Bild vom Bodensee.

Der Premiumweg SeeGang erschließt diese einmalige Vielfalt so gelungen, wie kein zweiter zertifizierter Wanderweg in Deutschland.

Wandern auf dem SeeGang ermöglicht eine Entschleunigung zwischen der historischen Konzilstadt Konstanz und Überlingen. Auf schönen Naturwegen und schmalen Pfaden bieten sich immer wieder neue

Ausblicke über den See. Wildromantische Tobel werden durchquert, wechseln sich mit Streuobstwiesen und schattigen Waldpassagen ab. Burgruinen, die Blumeninsel Mainau und historische Städte und Dörfer bilden den kulturellen Kontrast zum Naturerlebnis Bodensee.

Dank zahlreicher Schiff-, Bus- und Bahnverbindungen, lässt sich der SeeGang leicht auf eigene Bedürfnisse einrichten und kann als Streckenwanderung begangen werden



► so ist der Weg beschildert



## Einkehr-Tipps

- 1 Ziegelhofstüble, Wallhausen, Tel. +49 (0)7533 7979
- 2 Waldgasthof Hof Höfen, Langenrain, Tel. +49 (0)7533 9494450 ► S. 52
- 3 Kern's Restaurant, Bodman, Tel. +49 (0)7773 9355170

**i** Touristinformationen am Weg: Konstanz, Tel. +49 (0) 7531 133032, Bodman, Tel. +49 (0)7773 930048, Ludwigshafen, Tel. +49 (0)7773 930040



Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Moos P. am Rathaus / Gaienhofen	10 km	2,45 h	leicht	zahlreich

Die Höri – eine kleine Halbinsel zwischen dem Zeller See und dem Untersee. Der Weg führt durch Seewiesen, über den Bodensee-Rundwanderweg mit idyllischer Aussichts-Plattform und durch die Heimat der sibirischen Schwertlilie, des Bibers und des großen Brachvogels in Richtung Iznang - dem Geburtsort von Dr. Franz Anton Messmer, dem Entdecker des tierischen Magnetismus. In Weiler empfiehlt sich der Besuch der sehenswerten spätgotischen Pfarrkirche St. Leonhard. Im späteren Wegverlauf werden Sie mit einem imposanten Weitblick zu den Vulkanbergen im Hegau belohnt. Ein atemberaubender Seerundblick über den Bodanrück, die Insel Reichenau, die Stadt

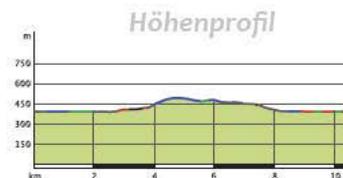
Konstanz bis zu den Alpen erwartet Sie am Horner Wasserturm.

Seit jeher hat die Gegend weltbekannte Künstler inspiriert. Hermann Hesse, Otto Dix, Erich Heckel, Ludwig Finckh, Helmut Macke und viele andere haben die Region zu ihrem Lebensmittelpunkt auserkoren. Das Hermann-Hesse-Haus, das Hesse Museum Gaienhofen und das Museum Haus Dix in Gaienhofen-Hemmenhofen (abseits der Route) würdigen die einst berühmten Einwohner mit Ausstellungen und lassen Sie deren Lebensraum ganz nah erleben.

Rückkehr nach Moos mit dem Höribus (7368) möglich.



 ► so ist der Weg beschildert



## Einkehr-Tipps

- 1 Gasthaus Schiff, Moos, Tel. +49 (0)7732 99080
- 2 Gasthaus Seehof, Moos-Iznang, Tel. +49 (0)7732 4302
- 3 Seerestaurant Schlössli, Gaienhofen, Tel. +49 (0)7735 2041  
► S. 53



Start/Ziel	Länge	Dauer	Anspruch	Einkehr
Gailingen a.H. P-Rheinhalde / Schaffhausen	13,9 km	3,3 h	mittel	zahlreich

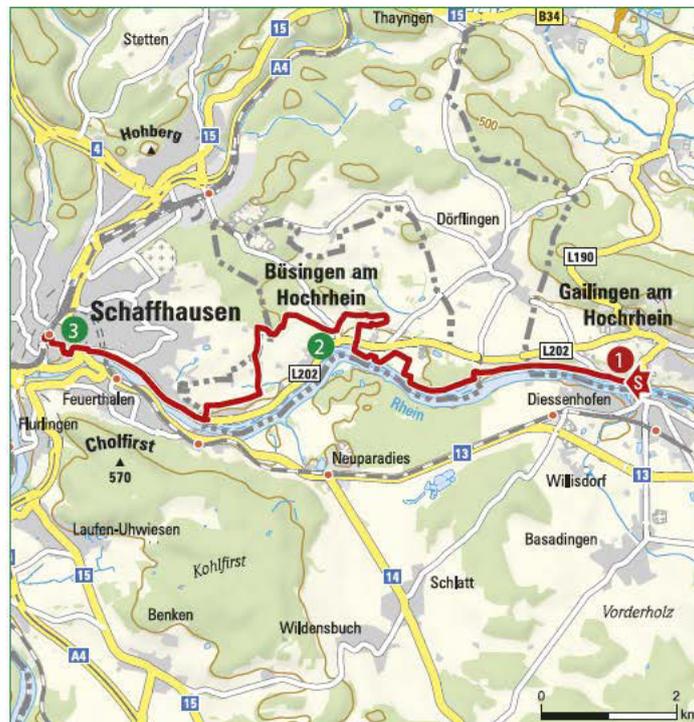
Eine aussichtsreiche Wanderung von Gailingen durch die deutsche Exklave Büsingen nach Schaffhausen (CH). Es geht an einer der schönsten Uferstrecken des Hochrheins entlang und dann über die Büsinger Höhe mit schönster Weitsicht. Die Tour verläuft zum Teil auf dem Büsinger Grenzweg mit kleinen lehrreichen und interessanten Geschichten - ein Rundgang lohnt sich.

Der Munot – das unbestrittene Wahrzeichen der Stadt Schaffhausen. Über ca. 200 Stufen erreichen Sie das im 16 Jh. nach Plänen Albert Dürers erbaute Bauwerk. Von der Zinne bietet sich ein beeindruckender Blick über die Stadt, den

Rhein und die weitere Umgebung. Über den Munotstieg kommen Sie zwischen den Weinbergen wieder runter in die Stadt.

Ein weiteres Highlight ist das Kloster Allerheiligen aus dem 11. Jh. Der wunderschöne Klostergarten mit umgebendem Kreuzgang beherrscht auch die Schillerglocke, die den Dichter zu seinem bekannten Gedicht animierte.

Kehren Sie auf dem Wasserweg wieder nach Gailingen zurück und genießen Sie in entspannter Atmosphäre die wunderschöne Rheinlandschaft vom Wasser aus – [www.urh.ch](http://www.urh.ch)



 ► so ist der Weg beschildert

### Einkehr-Tipps

- 1 Rest. Rheingold, Gailingen a. H. Tel. +49(0)7734 306010 ► S. 54
- 2 Rest. Alte Rheinmühle, Büsingen a. H., Tel. +41 (0)52 625 25 50
- 3 Güterhof, Schaffhausen Tel. +41 (0)52 630 40 40



## Rezepte von Profis

Was gibt es Schöneres, als nach einer erlebnisreichen Wanderung gut zu essen.

Damit Sie Ihre Tour auch noch zu Hause genießen können, haben



wir bei Gastronomen, deren Häuser am oder bei den vorgestellten Wanderwegen liegen, nach ihren Lieblingsrezepten gefragt.

Unsere Sammlung ist so abwechslungsreich wie die Landschaften und Touren. Versuchen Sie mal wieder etwas Neues und kochen Sie die übersichtlich gestalteten Rezepte einfach nach.

Gutes Gelingen und guten Appetit!

Hier unsere Gastronomen und ihre Rezepte in der Übersicht:

Restaurant	Ort	Seite
<b>Schwarzwald</b>		
Wilhelmshöhe	Schonach	41
Rindenschmühle	VS-Villingen	42
Scheffellinde	Blumberg	43
Waldeck	St. Blasien-Menzeschwand	44
Bergblick	Bernau	45
Stagass-Stube	Ibach	46
Kranz	Lottstetten-Nack	47
<b>Schaffhausen (Kanton)</b>		
Gemeindehaus	Merishausen	48
Siblinger Randenhaus	Siblingen	49
Bergrotte	Osterfingen	50
<b>Bodensee/Hegau</b>		
Hegaublick	Stetten	51
Hof Höfen	Langenrain	52
Schlössli	Gaienhofen	53
Rheingold	Gailingen a. H.	54

## Schwarzwaldforelle in Mandelbutter



### Zutaten (4 Pers.)

4 Forellen (à 200 – 300 g)

100 g Mehl

50 g Butterschmalz

20 g Butter

Salz

Pfeffer

Petersilie

Saft 1 Zitrone

Mandeln gehobelt

400 g festk. Kartoffeln

Muskatnuss

### Zubereitungszeit

60 min

### Zubereitung

Die küchenfertig ausgenommenen Forellen unter klarem Wasser waschen und gut trockentupfen. Mit Salz und Pfeffer sowie Zitronensaft würzen. Dann in Mehl wenden. Überschüssiges Mehl abklopfen. Den Butterschmalz in einer großen oder zwei kleinen beschichteten Pfannen erhitzen. Die Forellen darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite 6-7 Minuten braten, Butter dazugeben und die Fische mit Salz und Pfeffer würzen. Den Saft einer Zitrone und gehackte Petersilie dazugeben. Butter kurz aufschäumen lassen. Geröstete Mandelblättchen dazugeben. Die Forellen auf vorgewärmten Tellern anrichten und die Mandelbutter darüber gießen. Kartoffeln schälen, vierteln und in Salzwasser garen. Abgießen und ausdampfen lassen. 3 Eßl. Butter dazugeben und mit Salz und Muskatnuss würzen. *Familie Kuner*



Gasthaus Wilhelmshöhe, Lukas Kuner Weg 1, 78136 Schonach,  
Tel: 07722 . 3293, [www.gasthaus-wilhelmshoehe.de](http://www.gasthaus-wilhelmshoehe.de)

## Roggenmousse mit Rote-Beete-Sorbet



### Zutaten (4 Pers.)

#### Roggenmousse:

400 g Sahne

200 g Roggenflocken

400 g Milch, 60 g Zucker

2 Eiweiß, 2 Blatt Gelatine

#### Rote-Beete-Sorbet:

180 g Rote-Beete-Saft

85 g Beerensaft, 20g Zucker

Orangenabrieb, Balsamico,  
Zitronensaft

20 g Basic-Texture

#### Brombeergelee:

500 g Brombeerpüree

8 g Jägermeister

45 g Basic Sweet

25 g Portwein, 25 g Rotwein

Orangenabrieb, ¼ Vanilleschote

**Zeit:** 60 min

**Roggenmousse:** Die Roggenflocken rösten und je 100 g in die Milch und Sahne legen, mindestens 4 h ziehen lassen. Die Milch mit den Flocken grob mixen und passieren. 35 g Zucker karamellisieren und mit der Roggenmilch ablöschen und köcheln lassen, bis das Karamell aufgelöst ist. Gelatine in kaltem Wasser einweichen und in der Milch auflösen. 25 g Zucker mit dem Eiweiß aufschlagen und unter die kalte Roggenmilch heben. Die Roggensahne aufschlagen und ebenfalls unterheben. **Rote-Beete-Sorbet:** Rote-Beete kochen und den Saft auspressen. Rote-Beerenmischung mixen und passieren. Den Rote-Beete-Saft, den Beerensaft, Zucker und Basic zusammen mixen und mit dem Orangenabrieb, Zitronensaft und Aceto Balsamico abschmecken.

**Brombeergelee:** Basic Sweet, Portwein, Rotwein, Vanille und Orangenabrieb auf 1/3 reduzieren, mit dem Brombeerpüree mischen und den Jägermeister dazugeben. Gelatine einweichen und auflösen. Auf ein Blech gießen und kalt stellen.



Georg Schlüter

## Wildschweingulasch in Backpflaumensoße



### Zutaten (4 Pers.)

1 kg Wildschweingulasch  
(bevorz. Brust / Schulter)

1 große Zwiebel

1 Knoblauchzehe

50 g Backpflaumen

1 EL Zucker

2 EL Tomatenmark

1/2 l Rotwein

¾ l Wildfond

6 Wachholderbeeren

4 Pimentkörner

1 kleiner Rosmarinweig

1 kleiner Thymianzweig

Salz und Pfeffer

### Zubereitungszeit

2 Stunden

### So wird's gemacht

Öl in einen Topf geben. Das Fleisch rundherum anbraten, anschließend die kleingeschnittene Zwiebel und den Knoblauch dazugeben. Danach das Tomatenmark und den Zucker etwas mitrösten, mit Rotwein ablöschen und etwas reduzieren lassen. Die kleingeschnittenen Backpflaumen dazugeben und mit Wildfond auffüllen. Das Fleisch nun zugedeckt etwa einhalb Stunden leicht schmoren lassen. Nach der Garzeit prüfen ob das Gulasch weich ist. Kräuter und Gewürze zugeben und circa ¼ Stunde ziehen lassen, danach den Rosmarin und Thymian entfernen, mit Salz und Pfeffer abschmecken sowie gegebenenfalls mit etwas Speisestärke abbinden.

Als Beilage empfehlen wir hausgemachte Spätzle und Preiselbeeren.



Karl Wiggert



Romantik Hotel Rindenmühle, Am Kneippbad 9,  
78052 VS-Villingen, Tel: 07721. 88680, [www.rindenmuehle.de](http://www.rindenmuehle.de)



Hotel Scheffellinde, Lindenstr. 8; 78176 Blumberg – Achdorf,  
Telefon: 07702. 9472, [www.scheffellinde.de](http://www.scheffellinde.de)

## Weide-Rind mit Pfifferlingrisotto



### Zutaten (4 Pers.)

4 Entrecôtes à 230 g  
Salz, Pfeffer  
2 EL Öl  
*Für das Risotto:*  
700 ml Geflügelfond  
2 Schalotten  
2 Knoblauchzehen  
50 g geriebener Parmesan  
30 g fein gehob. Parmesan  
50 ml Olivenöl  
250 g Risottoreis  
150 ml Weißwein  
400 g frische Pfifferlinge  
100 g kalte Butterwürfel  
Salz, Pfeffer, ½ Bund  
Schnittlauch

### Zubereitungszeit

40 min

### So wird's gemacht

Fleisch abbrausen, würzen, auf beiden Seiten 2 Min. bei starker Hitze anbraten. Im Ofen (120 Grad) ca. 10 Min. nachgaren. In Alufolie wickeln und ruhen lassen. Geflügelfond aufkochen.

Fein gewürfelte Schalotten und Knoblauch in Öl andünsten. Reis zufügen, unter Rühren glasig dünsten. Mit Weißwein bei milder Hitze einkochen. 1/4 des heißen Fonds dazu gießen und den Reis unter häufigem Rühren garen, bis der Fond fast aufgesogen ist. Wiederholen, bis Fond aufgebraucht ist (dauert ca. 18-25 min.).

Pfifferlinge putzen, halbieren oder vierteln.

50 g Butter in einer Pfanne erhitzen, Pilze darin anbraten und würzen. Risotto würzen, 50 g Butter untermischen. Geriebenen Parmesan und Pilze untermischen, mit Schnittlauch und gehobeltem Parmesan bestreuen.



Ingo Schwald

## Rösti-Knödel mit Preiselbeerfüllung und Steinchampignon-Gulasch



### Zutaten (4 Pers.)

8 festk. große Kartoffeln  
5 Eier  
Meersalz, Kümmel, Salz,  
schwarzer Pfeffer, Mus-  
katnuss, frisch gehakte  
Petersilie  
Preiselbeer Marmelade  
Mehl  
Semmelbrösel und Wal-  
nüsse  
Butterschmalz  
400 g Steinchampignons  
Schalotten, Knoblauch  
Trockener Weißwein  
Gemüsebrühe, Sahne

### Zubereitungszeit

60 min & 60 min

### So wird's gemacht

Vortag: Kartoffeln mit Meersalz und Kümmel 20min bissfest kochen. Die Kartoffeln der Länge nach reiben. Mit 4 Eigelb, Salz, Muskat und Petersilie vermengen. Zu acht golfball-großen Knödeln formen und durch ein Loch mit Preiselbeer-Marmelade füllen. Den Knödel erst in Mehl dann Ei und anschließend in einem Gemisch aus Semmelbrösel und gehackten Walnüssen wenden, in Butterschmalz ca. 8 min bei 160° leicht ausbacken und bei 140° im Backofen nachgaren lassen. Steinchampignons vierteln, in Öl bei leichter Hitze mit gehackten Schalotten und Knoblauch anziehen. Mit Weißwein ablöschen. Sahne und Gemüsebrühe auffüllen, auf die gewünschte Konsistenz einkochen. Mit Salz und schwarzem Pfeffer abschmecken. Garniert wird das Ganze mit frischem Gemüse und gezupften Kräutern.



J. Schön und Töchter  
Dominique & Anna-Ilena



Hotel-Restaurant Waldeck, Vorderdorfstr. 74, 79837 Menzenschwand, Tel.: 07675.90540, www.menzenschwand-waldeck.de



Landgasthof Hotel Bergblick, Hasenbuckweg 1, 79872 Bernau i. Schw., Tel.: 07675.273, www.bergblick-bernau.de

## Kalsbsleber mit Brägle



### Zutaten (4 Pers.)

800-1.000 g Kalsbsleber  
4 Essl. Bratfett  
4 Essl. Mehl  
2 große Zwiebeln  
200 ml Weißwein  
400 ml Wasser  
4 TL Bratensoße

Salz und Pfeffer

### So wird's gemacht

Die Zwiebel würfeln und Kalsbsleber in mundgerechte Stücke schneiden.

Nun das Bratfett in einer großen Pfanne erhitzen und die kleingeschnittene Zwiebel darin andünsten. Die Kalsbsleber kurz darin anbraten, anschließend mit Mehl überstäuben. Das Ganze mit Weißwein ablöschen.

Wasser und Bratensoße hinzugeben und kurz aufkochen. Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.

Serviert wird die Kalsbsleber mit Brägle oder Bratkartoffeln und frischem Salat.

### Zubereitungszeit

60 min

Guten Appetit.



Andreas Schlegel

## Lammrücken auf Erbsen – Pfefferminz-Püree mit Speck und Ziegenkäseschaum



### Zutaten (4 Pers.)

600 g parierter Lammrücken  
8 dünne Scheiben Speck  
Rosmarin und Thymian  
Püree  
ca. 300 g Erbsen  
15 St. Pfefferminzblätter  
1 dl Sahne, 1 dl Bouillon  
Salz, Pfeffer  
Rotwein Beurer Blanc  
1 Fl. kräftiger Rotwein  
ca. 300 g frische Butter  
100 g Zucker,  
Zweig Thymian  
Ziegenkäseschaum  
1 dl Sahne  
Ziegenfrischkäse  
wenig Knoblauch

### Zubereitungszeit

60 min

### So wird's gemacht

Erbsen mit Sahne aufkochen, mit Pfefferminz pürieren, abschmecken. Evtl. mit Brühe Konsistenz korrigieren. Ziegenfrischkäse mit Sahne aufkochen. Mit Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen. Rotwein mit Zucker und Rosmarin auf ca. 1 dl einkochen, abschmecken. Kalte Butterwürfel nach und nach unterheben, Sauce nicht mehr aufkochen. Die Lammrücken würzen, anbraten und im Ofen bei 85 Grad ca. 15-20 Min. garen. Vor dem Servieren kurz in der heißen Butter wenden. Speck kross anbraten. Erbsenpüree auf die Mitte des Tellers geben, Lammrücken diagonal halbieren, auf das Püree setzen, Speck anlehnen. Den Rotwein Beurer Blanc um das Püree geben. Die Ziegenkäsesahne mit dem Stabmixer schaumig schlagen, den Schaum abschöpfen und zwischen Püree und Sauce tupfen.



Gerd Saremba



## Herbstsalat mit Pflaumen und Portwein-Vinaigrette



### Zutaten (4 Pers.)

1 St Sternanis  
1 St Nelke  
5-6 St Wachholderbeeren  
20 g Zucker  
4 EL Balsamico  
6 EL Sonnenblumenöl  
2 EL Haselnussöl  
20 St rote Weintrauben  
75-100 g Roquefort oder Gorgonzola  
12 St Haselnüsse  
5-6 St Dörripflaumen  
300 ml Portwein  
300g Nüsslisalat (Feldsalat)

### Zubereitungszeit

30 min

### So wird's gemacht

Pflaumen mit Portwein, Zucker und Gewürzen (Sternanis, Nelke, Wachholderbeeren) aufkochen und 10 min ziehen lassen.

Dann die Pflaumen herausnehmen und abkühlen lassen und in Streifen schneiden.

Die Gewürze entfernen und den Saft um ca. die Hälfte einkochen. Danach erkalten lassen.

Mit dem reduzierten und erkalteten Saft, den Ölen, dem Balsamico, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen. Nun den Salat waschen und zupfen. Käse in Würfel schneiden und die Trauben halbieren, Nüsse evtl. teilen oder leicht zerstoßen.

Alles zusammen schön auf einem Teller anrichten und mit der Sauce beträufeln.

Anstelle von Nüsslisalat kann man auch Chicoree und Radicio nehmen die etwas herber schmecken.



Roger Bühlmann

## Rehragout Paprika



### Zutaten (4 Pers.)

1,5 - 2 kg Rehfleisch (Vorderviertel)  
300 g Zwiebeln  
30 g Paprika mild  
1 Knoblauchzehen  
Sonnenblumenöl  
Salz, Pfeffer  
20 g Mehl  
1 lt Bouillon  
1/2 Lorbeerblätter

### Zubereitungszeit

30 min + 2 h Garzeit

### So wird's gemacht

Das Rehfleisch in ca. 1,5 cm grosse Würfel schneiden. Wenn es ganz frisch ist, dann sollte man es ca. 3-4 Tage in Rotwein einlegen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und mit Mehl stäuben und in einer flachen Pfanne anbraten.

Wenn das Fleisch genügend Farbe hat, Knoblauch und Zwiebeln mit dünsten. Mit Paprika bestäuben und mit Bouillon auffüllen (Fleisch sollte bedeckt sein). Nun die Lorbeerblätter dazugeben und ca. 2 Std. schmoren bis das Fleisch weich ist.

Zum Abschluss abschmecken und mit gebratenen Champignons oder Spargeln verfeinern.

Guten Appetit!



Fam. Tappolet



## Klettgauer Rieslingsuppe



### Zutaten (4 Pers.)

150 g Zwiebeln  
50 g Knollensellerie  
150 g Lauch (nur das Weisse)  
100 g Butter  
1 EL Weissmehl  
1 EL Reismehl  
2 ½ dl Riesling-Silvaner  
1 ½ dl Halbrahm  
7 dl Wasser, ½ TL Salz  
1 TL Hühnerbouillon  
Tee-Ei mit 2 Nelken, 2 Lorbeerblätter, 6 schwarze zerdrückte Pfefferkörner  
Salz, Pfeffer, nach Bedarf

### Zubereitungszeit

60 min

### So wird's gemacht

Zwiebeln, Sellerie und Lauch in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden. Butter in einer grossen Pfanne erhitzen, Zwiebeln andünsten, Gemüswürfel kurz mitdünsten.

Mit Mehl und Reismehl bestäuben, Riesling-Silvaner dazugießen, mit Wasser auffüllen. Salz, Hühnerbouillon und Tee-Ei begeben. Suppe ca. 45 Min. bei kleiner Hitze köcheln lassen.

Am Schluss Halbrahm begeben. Suppe nur noch heiss werden lassen, mit einem Stabmixer pürieren. Rieslingsuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

En Guete



Philipp Weber

## Fischteller à la Hegaublick



### Zutaten (4 Pers.)

2 Medaillons Lachs  
2 Medaillons Bärsc  
2 Garnelen  
100 g Basmati Reis  
100 g buntes Mischgemüse aus Karotten, Kohlrabi, Fenchel  
100ml Fisch Supreme  
Zitronensaft  
Pernod  
Ein Esslöffel Öl  
Salz und Pfeffer Knoblauch  
Würfel  
20 g Mehl

### Zubereitungszeit

Arbeitszeit: ca. 35 Min.

### So wird's gemacht

Basmatireis mit ausreichend Wasser und Salz kochen. Das Gemüse putzen und all dente kochen. Das Gemüse dann in einer Pfanne mit Olivenöl, Salz, Pfeffer dünsten und mit Kräutern abschmecken.

Die Fischfilets würzen, mehlieren, in Olivenöl mit leichter Bräune anbraten. Jetzt die Garnelen, Zwiebelwürfel, Knoblauch, Kräuter hinzugeben, mit Pernod ablöschen und den Fisch und die Garnelen zum Garpunkt dünsten.

Die Fisch Supreme aufkochen in einen Isi Thermo Whip geben und mit einer Kohlensäure Patrone aufdressieren am Schluss das Gericht garnieren und heiß servieren.

Guten Appetit!



Sven Saur



Bergtrotte Osterfingen, Trottenweg 38, 8218 Osterfingen,  
Tel: +41 (0)52 681 11 68, [www.bergtrotte.ch](http://www.bergtrotte.ch)



Restaurant Hegaublick, Hegaublick 6, 78234 Engen  
Tel: 07733 8755, [www.hegaublick.de](http://www.hegaublick.de)

## Krustenbraten mit Kartoffelsalat



### Zutaten (4 Pers.)

1 kg Schweinebauch  
Salz, Pfeffer, mit Nelken  
gespickte Zwiebel,  
Lorbeerblätter  
gestossener Pfeffer und  
Wacholderbeerkörner

**Kartoffelsalat:**  
750 g Kartoffeln (Selma  
o. Prinzesskartoffeln)  
1/8 l Fleischbrühe oder  
Schinkenbrühe  
2 EL Essig  
4 EL Öl  
weißer Pfeffer, Salz

### Zubereitungszeit

90 min

### So wird's gemacht

Schweinebauch im Salzwasser mit der gespickten Zwiebel, Lorbeerblätter, Nelken, gestoßener Pfeffer und Wacholderkörner ca. 35 Minuten je nach Größe kochen.

Den Schweinebauch herausnehmen und die Schwarte einritzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Im Heißluftofen bei 180° ca. 35 bis 40 Minuten braten.

**Kartoffelsalat:** Die Kartoffeln kochen, lauwarm pellen und hobeln oder kalt schneiden. Die blanchierten Zwiebeln, Essig, Öl, Pfeffer und Salz mit der heißen Brühe unter die Kartoffeln unterheben.

Ich wünsche Ihnen ein gutes Gelingen beim Nachkochen!



Hansi Rommel

## Felchen unter der Muschel-Kürbiskruste auf Bärlauch-Bandnudeln



### Zutaten (je Pers.)

1 Felchen-Filet  
3 EL Kürbis (feine Würfel)  
2 EL Miesmuschelfleisch  
grob zerhackt  
2 EL frische Semmelbrösel  
3 EL gutes Olivenöl  
1 MS gehackter Knoblauch  
1/2 TL gehackte Petersilie  
1/2 TL Oregano  
Salz und Pfeffer

### Für die Nudeln

100 g Mehl  
1 Ei  
1 EL gehackter Bärlauch  
Salz

### Zubereitungszeit

60 min

### So wird's gemacht

Felchenfilets anbraten. Alle weiteren Zutaten vermengen und auf den Felchenfilets verteilen und im Ofen oder dem Grill überbacken.

**Bärlauch-Nudel:** Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Kurz ruhen lassen und dann mit dem Nudelholz dünn ausrollen und in Streifen schneiden (alternativ Nudelmaschine verwenden). Anschließend in sprudelndem Salzwasser kochen. Die Bärlauch-Nudeln in einer Pfanne mit einem Schuss Olivenöl sowie einer halben Knoblauchzehe mit gerösteten Pinienkernen kurz durch die Pfanne schwenken. Nudeln auf warmen Teller anrichten, die Filets darauf arrangieren. Tipp: Mit eingekochtem Weißen Balsamessig, in dem ein paar Chiliflocken mitgekocht wurden, beträufeln. Kräuter nach Belieben zugeben.



Iris Beck



Hof Höfen, Hof Höfen 1, 78476 Konstanz,  
Tel. +49(0)7533 94 94 45 0, [www.hof-hoefen.com](http://www.hof-hoefen.com)



Seerestaurant Schössli, Hornstaaderstr. 43, 78343 Gaienhofen  
Tel: +49(0)7735 2041, [www.schloessli-horn.de](http://www.schloessli-horn.de)

## Schweinefilet „nach Rheingold Art“



### Zutaten (4 Pers.)

800 g Schweinefilet  
2 Eier (gut durchschlagen)  
ca. 50 g Parmesan  
etwas Mehl  
Salz, Pfeffer  
ca. 250 g feine Nudeln  
al dente kochen  
200 g Pilze nach Wahl  
Brokkoli  
Mandelblättchen, Butter  
Sahne, Stärke  
etwas Weißwein  
Zitronensaft, Tabasco  
Schalotten

### Zubereitungszeit

Arbeitszeit: ca. 35 Min.

### So wird's gemacht

Ca. 800 g sauber pariertes Schweinefilet in 20 dünne Scheiben plattieren und in Mehl wenden. Dann durch aufgeschlagenes Ei mit geriebenem Parmesan ziehen und in 1/2 Öl und 1/2 schäumender Butter goldbraun braten.

Feine Nudeln in Pfanne erwärmen und mittig auf dem Teller platzieren. Darauf jeweils 4 gebratene Schweinefilets setzen und mit der Pilzsauce nappieren. Brokkoli in Salzwasser knackig kochen und neben Filets setzen. Mit gebräunter Mandelbutter nappieren. Pilzsauce: Gehackte Schalotten in wenig Butter glasig schwitzen und mit geschnittenen Pilzen (nach Wunsch) bedecken. Mit Weißwein ablöschen, reduzieren, mit Sahne und etwas Gemüsefond aufgießen. Evt. mit Stärke binden. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Tabasco abschmecken. *Stefan Dobler*



# DIE SCHÖNSTE STROMFAHRT EUROPAS

Saison 2018: 30. März bis 14. Oktober.



Erlebnis-Schiffe und  
Ausflugsideen  
auf unserer Website!

Schweizerische Schifffahrtsgesellschaft  
Untersee und Rhein T +41 52 634 08 88

urh.ch



Restaurant Rheingold, Hauptstraße 21-23, 78262 Gailingen a. H.  
Tel: +49 (0)7734 30 601 0, [www.hotelrheingold.de](http://www.hotelrheingold.de)



# 3Welten - Wandern

## Schwarzwald • Rheinfall • Bodensee •



Fotograf: Bruno Sternegg



### Weitere Informationen:

**3Welten-Wandern:** [www.3welten-wandern.de](http://www.3welten-wandern.de)  
oder [www.3welten-wandern.ch](http://www.3welten-wandern.ch)

#### Infos zum Schwarzwald / Hochrhein

Tel. +49 (0)761 89 64 60,  
[www.schwarzwald-tourismus.info](http://www.schwarzwald-tourismus.info)

#### Infos zu Schaffhausen/CH

Tel. +41 (0)52 632 40 20, [www.schaffhauserland.ch](http://www.schaffhauserland.ch)

#### Infos zum Westlichen Bodensee

Tel. +49 (0)7735 919 055, [www.bodenseewest.eu](http://www.bodenseewest.eu)

### Impressum

Herausgeber: Randenkommision, c/o Schaffhauserland Tourismus, Herrenacker 15 / Postfach  
CH-8201 Schaffhausen

Fotos: Titel: K-P. Kappest, weitere Bilder wurden von den beteiligten Landkreisen, Kanton, Gemeinden,  
Institutionen und Betrieben zur Verfügung gestellt. Karten: Outdooractive GmbH & Co. KG  
Layout, Realisierung: Sascha Hotz / agenturbergwerk.com

Das Projekt wurde initiiert und gefördert  
durch die Randenkommision:  
[www.randenkommision.de](http://www.randenkommision.de) / [www.randenkommision.ch](http://www.randenkommision.ch)

