

Die alten Speicherhäuser am Fluss Nidelv sind das Wahrzeichen der Stadt Trondheim.

Foto: Fotolia

Leben wie Gott in Norwegen

Die norwegische Fjord-Region Trøndelag vereint kulinarische Genüsse und befreiende Askese. Rund um die Stadt Trondheim gibt es nicht nur authentische Bauernhöfe und weltberühmte Restaurants, sondern auch ein Kloster in himmlischer Lage.

Text: Lisa Arnold

Blick auf den Trondheim-Fjord: Mit ihren Panorama-Routen eignet sich die Region für einen Roadtrip.

Foto: Lisa Arnold

Es ist Mitternacht, und die Sonne hat sich gerade hinter dem Horizont verkrochen. Dunkel wird es gar nicht, und auch die Müdigkeit will sich nicht einstellen. Wer die norwegische Stadt Trondheim im Sommer besucht, darf sich auf das Naturphänomen des andauernden Tageslichts freuen. Schlafen kann man noch genug im Winter. Und wirklich hat Trondheim, eine mittelgroße Stadt mit 340.000 Einwohnern, reichlich zu bieten an diesen langen Sommertagen. Vor allem drei Dinge: Essen, Musik und inneren Frieden. Wo der herkommt? Das werden Sie schon noch erfahren.

Den schönsten Blick in Trondheim bietet ein hölzerner Steg, der zwischen den Brücken Bakke Bro und Gamle Bybro über den Fluss

Nidelva ragt. Links und rechts stehen hölzerne Speicherhäuser in Rot, Gelb und Grün am Ufer und ergeben zwischen dem unendlichen Blau des Wassers und des Himmels einen starken Kontrast.

Einen kurzen Spaziergang später steht man vor dem Nidaros-Dom, Norwegens Nationalheiligtum. Einen bescheidenen Vorgänger der Kirche bauten die frühen Christen des Nordens über dem Grab von König Olav, weil seine Heiligsprechung viele Pilger nach Trondheim zog. Er hatte die Christianisierung in Norwegen durchgesetzt und war gefallen im Versuch, die Dänen zu bezwingen. Seine Zeitgenossen nannten ihn auch „Olav den Dicken“, was angesichts der kulinarischen Vielfalt von Trøndelag, der Region um Trondheim, zumindest heute kein Wunder ist.

Der Heilige Olav hieß auch „Olav der Dicke“, was angesichts der kulinarischen Vielfalt von Trøndelag kein Wunder ist.

„Trøndelag gilt als Speisekammer Norwegens. Wir haben die Berge, die Felder und das Meer. Wir haben Käse, Rentiere, Kabeljau, Lachs, wilde Beeren, Brauereien und viel Gemüse“, schwärmt Christopher William Davidsen von seiner Heimat. Der Trondheimer weiß, wovon er redet: Er ist Koch, und zwar der beste Norwegens und der zweitbeste der Welt. Im Januar 2017 überließ er bei der alle zwei Jahre stattfindenden Kochmeisterschaft Bocuse D'Or in Frankreich die Goldmedaille den Amerikanern und brachte Silber mit nach Hause. Den dritten Platz belegte Island.

„In meiner Kindheit habe ich gelernt, dass Essen zuerst lebt und wächst, bevor es in die Küche und auf den Teller kommt“, erzählt Davidsen. „Meine Familie baute eigenes Gemüse an, mein Groß- >

> vater war Fischer, und mein Vater züchtete Kaninchen. Durch Zufall arbeitete ich in der Jugend als Tellerwäscher. Mir gefielen der Puls und die Arbeitsweise des Restaurants, und ich verstand, dass ich Koch werden wollte.“ Davidsen führt heute vier Restaurants in Trondheim, in denen er seine Philosophie von nordischen Produkten und dem Respekt gegenüber den Zutaten auf verschiedene Weise umsetzt. Sostrene Karlsen liegt in einer alten Werft und steht für entspannte Stimmung und norwegische Klassiker wie Fischsuppe und Burger. Das Kalas & Canasta ist eine hippelegante Adresse in einem ehemaligen Wohnhaus im Bakklundet, Trondheims uralter Gegend mit Holzhäusern aus dem 19. Jahrhundert. Es eignet sich dafür, große und kleine Anlässe mit

einem Fünf-Gänge-Menü zu feiern. Gutes Essen und gute Musik kombiniert das Alma's, das Wand an Wand mit Trondheims Kulturzentrum liegt. Das neueste Restaurant in Davidsens Portfolio heißt CAYA – Come as you are. Dafür hat Davidsen einen perfekten Fleck direkt am Nidelva-Fluss erobert. Betritt man das helle, sonnendurchflutete Lokal, fällt das auf den ersten Blick zusammengewürfelte Design auf: Neon-Schriftzüge, ein hängendes Fahrrad, bronzene Lampenschirme, akribisch aufbereitete Weinflaschen und lederbezogene Sitznischen. Aber alles passt zusammen, auf diese entspannte skandinavische Art. „Im CAYA sagen wir immer, wir servieren großen Geschmack in kleinen Portionen. So kann man alles probieren, was einen interes-

siert“, sagt Davidsen. „Wir wollen gutes Essen und tolle Weine servieren, aber ohne die ganze steife Verpackung. Lieber sollen die Gäste öfters wiederkommen und sich jede Saison durch die neue Karte probieren, als sich nur einmal im Jahr das Menü leisten zu können.“ Als Skandinavier weiß Davidsen auch, wenn er den Kochlöffel aus der Hand legen und sich entspannen muss. Was er Besuchern empfehlen würde? „An einem sonnigen Tag frische Garnelen auf dem Fischmarkt kaufen, die Fähre auf die Insel Munkholmen nehmen und dort Picknick machen. Herrlich!“ Munkholmen, übersetzt Mönchsinsel, liegt zwei Kilometer vor dem Stadtzentrum. Aufgrund ihrer strategischen Lage an der Mündung des Nidelva-Flusses in den Trondheim-Fjord hat >

ANREISE

Ab Wien erreicht man Trondheim per Flugzeug mit einem Zwischenstopp in Amsterdam. Die Verbindung wird angeboten von KLM/Air France. Wer neben Trondheim auch die Hauptstadt Oslo besuchen möchte, fliegt von Wien beispielsweise mit Austrian direkt nach Oslo und bucht einen Inlandsflug, etwa mit SAS, für die Weiterreise dazu. Trondheim liegt sieben Zugstunden nördlich von Oslo.

WÄHRUNG

Eine **norwegische Krone entspricht elf Cent**, umgekehrt bekommt man für **einen Euro neun Kronen**. In den vergangenen Jahren hat die norwegische Krone stetig an Wert eingebüßt, was Norwegen-Reisen für Österreicher um 20 Prozent erschwinglicher gemacht hat, und der Trend hält an.

UNTERKUNFT

Im **Radisson Blu Royal Garden Hotel** schwebt man über dem pittoresken Nidelva-Fluss. Das gläserne Speicherhaus liegt auf der zentralen Insel, auf der die Sehenswürdigkeiten und Transportmittel zu Fuß erreichbar sind. Im **Singsaker Sommerhotel** verbringen Familien wie Backpacker ihren Urlaub in ruhiger, grüner Umgebung. Das 70

Jahre alte, größte bewohnte Holzhaus Nordeuropas beherbergt den Rest des Jahres Studenten der nahen TU. Bei den Nonnen des **Tautra Mariaklosters** kann man sich für ein Retreat zurückziehen. In der einfachen Pension inmitten der inspirierenden Umgebung finden Gäste einen Platz, um die Reizüberflutung des Alltags hinter sich zu lassen. Informationen unter: tautra.org/guesthouse Die **Husfrua**, Hausfrau, auf der Insel Inderøy bezieht für Gäste eines ihrer 20 Betten im uralten Trønderhof. Man wohnt umgeben von Tieren und lokaler Gastronomie, die man im Restaurant und im Hofladen kennenlernen kann.

ESSEN & TRINKEN

Norwegens Meisterkoch und Silber-Gewinner der Kocholympiade Bocuse D'Or Christopher William Davidsen bekoht Gäste im **Restaurant CAYA**. Auf einem Kai in perfekter Lage angesiedelt und mit luftigem Design-Interieur eingerichtet, ist das Lokal eine sichere Wahl für ein authentisches kulinarisches Trondheim-Erlebnis. Wenn Christopher William Davidsen nicht selber kochen will, geht er ins **Credo**. In dem authentischen Gourmet-Restaurant wird mit traditionellen Fermentiermethoden gearbeitet sowie von Hand gemachtes

Eis und hausgebackenes Brot nach alten Rezepten angeboten. Im **Røst Teaterbistro** serviert ein vierköpfiges junges Kochteam gehobene Menüs. Zwei Jahre nach der Eröffnung ist das Restaurant im Trøndelag-Theater nicht nur bei Freunden des Dramas beliebt. Die **Mathall Trondheim** direkt mit Markthalle zu übersetzen, das würde diesem vielseitigen Gourmetziel nicht gerecht. Das 2015 eröffnete Lokal vereint moderne Architektur aus Holz, Stein und Stahl, Delikatessen-Boutique und entspanntes Mittagsrestaurant.

ERLEBEN IM AUGUST

28.7.–5.8.: Mit dem Musikfestival zu Ehren von St. Olav, den **Olavsfestdagene**, bringen Pop-Stars, Opernsänger und klassische Musiker berühmte Melodien in die Stadt. Infos und Tickets: olavsfestdagene.no **3.–5.8.:** Der ganze Geschmack der ganzen Region kommt beim **Foodfestival O!** nach Trondheim. Bei Rentier-Wraps, Süßigkeiten, Kaffee und Würstchen von Bauernhöfen und Produzenten aus Trøndelag ist es gut, dass man drei Tage und etwas Zeit zum Verdauen hat.

WEBSITES

trondheim.com, trondelag.com



Moderne Lokale und Geschäfte hauchen Trondheims alten Speicherhäusern neues Leben ein. Foto: Lisa Arnold



In der Kapelle des Mariaklosters Tautra wird täglich siebenmal gebetet. Der Weg dorthin führt durch eine himmlische Landschaft. Fotos: Lisa Arnold

> sie eine bewegte Geschichte hinter sich: Im Mittelalter war sie Schauplatz von Hinrichtungen, dann Benediktiner-Kloster und schließlich Verteidigungsanlage im Krieg gegen die Schweden. Die Festung ist erhalten, beherbergt heute allerdings ein Café statt Kanonen und ist im Sommer belagert von Sonntagsausflüglern statt Soldaten. Neben der Nähe zum Wasser und zur Natur schätzt Davidsen an Trondheim das abwechslungsreiche Kulturprogramm. Im Sommer gibt es viele Open-Air-Konzerte. Bei schlechtem Wetter bieten Galerien Abwechslung. Während Christopher William Davidsen das geschmackvolle, melodische,

sinnliche Trondheim genießt und mit seiner Kochkunst bereichert, hält sich Gilkrist davon fern. Sie ist eine von 13 Schwestern im Nonnenkloster Tautra, 80 Kilometer von Trondheim entfernt. Man erreicht es über die malerische Landstraße entlang des Trondheim-Fjords, die einmal an Bootshäusern vorbei, einmal durch weite Salzfelder führt. Die letzten drei Kilometer legt man über einen schmalen Damm mit nur einer Fahrspur zurück. Das sich zaghaft öffnende Stahltor auf halbem Weg scheint den Reisenden prüfen zu wollen, ob er seinen Besuch auch ernst nimmt. Das Kloster entstand durch die Spaltung eines zu groß gewordenen Ordens im US-

Staat Iowa. Die Nonnen gehören dem Orden der Trappisten an, die in strenger Abgeschiedenheit und größtenteils in Stille leben. In Österreich gibt es ein Kloster dieses Ordens, Stift Engelszell im oberösterreichischen Engelhartszell, das für sein Trappistenbier bekannt ist.

„Wir sind für alle Menschen da, die Stille und Frieden suchen. Unsere Stille ist unser Geschenk an die Welt. Wir leben abgeschieden, aber wir tragen auch etwas bei. Wer inneren Frieden sucht, findet ihn in der Stille“, sagt Schwester Gilkrist. „Jedes Jahr kommen Volontäre aus aller Welt, um uns zu helfen. Aber ich glaube, wir helfen auch ihnen auf ihrem Weg weiter durch das Leben. Und es kommen viele Gäste in unsere Pension für ein Retreat. Das ist eine Zeit der Liebe. Fern von aller Unruhe und allen Anforderungen kann man auf sein Herz hören und Gottes Anwesenheit spüren.“

Damit sich etwas rühren kann im Inneren, muss man auch selbst etwas tun: Siebenmal am Tag wird gemeinsam in der Kapelle gebetet, das erste Mal halb fünf morgens. Durch die Glaswand hinter dem Altar sieht man den Morgennebel über dem Fjord schweben, den Mond über die Berge leuchten und den Tag heranbrechen. Ja, das hat etwas Göttliches. Die Nonnen verbringen ihren Tag mit Beten, gemeinsamen stillen Mahlzeiten und Handarbeit. In der Seifenmanufaktur duftet es nach Kräutern, die Nonnen haben ein Lächeln auf den Lippen. „Das traditionelle Klosterleben basiert auf Selbstversorgung“, sagt Schwester Hanne Maria. „Nun konnten wir, eine kleine Gruppe von Damen im mittleren Alter, nicht alleine Landwirtschaft betreiben. Aber durch unsere Produktion von Seife und Balsam konnten wir uns nach kurzer Zeit selbst finanzieren.“

Es ist nicht das erste Kloster auf der Insel Tautra. Wenige Gehminuten entfernt zeugt eine Kirchenruine aus dem Mittelalter von einem Mönchskloster, das hier dreihundert Jahre floriert hatte, bis es im Zuge der Reformation geplündert wurde. Der Kontrast zum neuen Kloster könnte nicht größer sein: Das Mariakloster der Schwestern aus Iowa überrascht mit seiner geradlinigen, modernen Architektur. Besucher werden begrüßt von einem weitläufigen Garten und einer aus verschiedenen strukturierten, flach geschliffenen Steinen bestehenden Fassade, die von grafisch angeordneten Fenstern unterbrochen ist. Der Flachbau, hinter dem sich der den Schwestern vorbehaltenen

Durch die Glaswand hinter dem Altar sieht man den Morgennebel über dem Fjord schweben. Das hat etwas Göttliches.

Kreuzgang mit sieben Gärten befindet, mündet in die öffentliche Kapelle.

Die Kapelle trägt ein Dach aus Glas. Darunter sind Holzbalken angebracht, die im Inneren rhythmische Schatten auf das Parkett werfen und die Betenden in ein diffuses Licht tauchen. Für diese filigrane, symbolisch nach oben geöffnete Konstruktion erhielt das Kloster schon im Jahr nach der Einweihung drei renommierte Architekturpreise, darunter den Titel als Norwegens „Gebäude des Jahres“. Außerdem war es für den, alle zwei Jahre von der EU vergebenen, Mies van der Rohe Award nominiert. – Die Architekten Jensen & Skodvin, die für das Kloster verantwortlich zeichneten, gestalteten übrigens auch das Thermenhotel Kurhaus in Bad Gleichenberg in der Südoststeiermark.

Noch einmal 80 Kilometer Richtung Norden säumen Hofläden und romantische Pensionen in einer satten landwirtschaftlichen Umgebung die Straße Nummer 761 durch die Trøndelag-Ge-

meinde Inderøy. Man nennt die Route den „Goldenen Umweg“, weil sie länger dauert als die Fahrt auf der Autobahn. Wieviel länger, das hängt vom Hunger und Durst des Reisenden ab. Eine Kunstgalerie, Bauernhöfe mit Verkostung ihrer Produkte und authentische Handwerksbetriebe laden zum Verweilen ein.

Auch Norwegens Kochmeister Christopher William Davidsen ist hier gerne unterwegs, um Inspiration zu holen und mit Produzenten zu fachsimpeln. „Einmal muss man auf jeden Fall übernachten“, sagt er. „Und als Extra bekommt man noch obendrauf, dass man durch historische Gebiete fährt. Trøndelag ist die Region, in der das Christentum erstmals Fuß fasste und stärker war als die Wikinger.“ Es war kein Zufall, dass sich die ersten Christen ausgerechnet in Norwegens Speisekammer niederließen. Seit über tausend Jahren ist Trondheim ein Ort, an dem sich Körper und Seele einig sind. ┘

Entgeltliche Einschaltung



ABO+
EKSLUSIV FÜR
ABONNENTEN

Schloss-Spiele Kobersdorf 2017

„Der zerbrochne Krug“ von Heinrich von Kleist

Einer regelrechten Paraderolle aus der Welt der Komödie nimmt sich Intendant Wolfgang Böck an, wenn er mit dem Dorfrichter Adam in Heinrich von Kleists Lustspiel „Der zerbrochne Krug“ eine der schillerndsten Figuren der Weltliteratur verkörpert. Werner Prinz inszeniert diese Justizkrimikomödie, die sich seit über zweihundert Jahren als Bühnenbestseller erweist. Der scheinbar belanglose Fall eines in Scherben gegangenen Geschirrstücks setzt ein bedeutendes Spiel um die Wahrheit in Gang, zu der alle Beteiligten ein mehr oder weniger gebrochenes Verhältnis haben. Spielzeit: 4. bis 30. Juli 2017. Tickets: www.schlossspiele.com, Tel.: 02682-719-8000.

Die Wiener Zeitung verlost 4 x 2 Tickets für diese Justizkrimikomödie!

(inkl. Übernachtung und Frühstück im Hotel Sonnenhof/Lutzmannsburg. Zusätzlich erhält jedes Gewinnerpaar ein Programmheft und eine Flasche Blaufränkisch vom Vitikult-Weingut Prickler)

Termine: Donnerstag, 27. Juli sowie Sonntag, 30. Juli 2017. Beginn: 20:30 Uhr
Ort: 7332 Schloss Kobersdorf, Schlossgasse
Anmeldeschluss: Montag, 17. Juli 2017, 15:00 Uhr

Melden Sie sich bitte unter abopuls@wienerzeitung.at, www.wienerzeitung.at/abo/abopuls oder telefonisch unter **01/206 99-111** an (Mo–Do 09:00–15:00 Uhr, Fr 09:00–13:00 Uhr). Noch kein Abonnent? Jetzt einfach 4 Wochen Gratis-Test-Abo anmelden und alle Vorteile genießen: wienerzeitung.at/abo



© C. P. R. A. T. E. A. M. / J. A. M. H. H. S. I. N. G. E. R.

Begrenzte Teilnehmerzahl. Unter allen Anmeldungen entscheidet das Los. Barablässe nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Es gelten die AGB der Wiener Zeitung GmbH (www.wienerzeitung.at/agb).



Zusammenhänge verstehen