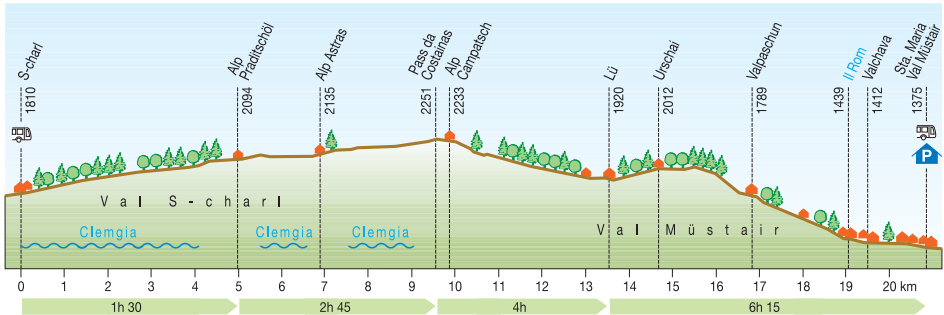


# Durch den höchstgelegenen Arvenwald Europas

S-charl – Pass da Costainas – Sta. Maria 21 km, 6 ¼ Std.



Mit dem Postauto von Scuol kommend erreichen wir einen der wohl abgelegensten Orte der Schweiz, **S-charl** im Unterengadin.

Bis zum Jahr 1920 war S-charl ganzjährig bewohnt. Im Winter ist die Zufahrtsstrasse heute gesperrt und das Dorf ist nur mit Pferdeschritten, Tourenskis oder Schneeschuhen erreichbar. Der ursprüngliche Dorfkern gruppiert sich mit seinen 13 Häusern und 3 Gaststätten rund um eine Kirche. Das Dorf ist autofrei. Ein paar Gehminuten vor dem Dorf befindet sich das Museum Schmelzra, welches zeigt, wie über Jahrhunderte am **Mot Madlain** Erz von Hand abgebaut wurde, um Silber und Blei zu gewinnen. Gegenüber dem Museum befinden sich noch Mauerreste der einstigen Bergwerksbetriebe mit Infotafeln. Im Museum ist auch eine Sonder-

ausstellung «Auf den Spuren der Bären» zu sehen.

Wir folgen dem Wanderwegweiser Richtung Pass da Costainas, den Pass der Steilhänge, durchs idyllische Val S-charl Richtung Tamangur, dem höchsten Arvenwald Europas. Auf dem Weg entlang der mäandrierenden Clemgia überholen uns ein paar Mountain-Biker, deren Ziel ebenfalls im Val Müstair liegt. Der Pass da Costainas (2251 mü.M.) ist einer der wenigen Pässe des Alpenhauptkamms, der mit dem Bike komplett befahrbar, aber nicht für den motorisierten Verkehr freigegeben ist.

Auf dem Kiessträsschen wandern wir talaufwärts durch weidende Kühe. Bald erreichen wir die **Alp Astras**. Wir gehen rechts um die Alphütte herum, dann den Hang entlang Richtung Pass. Für den Schlussaufstieg zum **Pass da**

**Costainas** teilt sich der Weg. Während die Biker nach links aus-

## WANDERTIPP

### Schwierigkeitsgrad

Mittelschwere Bergwanderung.


### Richtzeit

Wanderzeit 6 ¼ Std.

### Anfahrt

Vom Bahnhof Scuol-Tarasop mit dem Postauto nach S-charl (Parkplatz). Zurück mit dem Postauto von Sta. Maria über den Ofenpass zum Bahnhof Zernez.

### Pro-Montagna-Produzent auf der Route

 Bäckerei Meier-beck, Sta. Maria

### Verpflegung unterwegs

verschiedene Restaurants in S-charl  
Hirschen Lü  
verschiedene Restaurants in Sta. Maria

holen, führt der markierte Bergwanderweg gerade hinauf, um auf der andern Seite sehr steil und steinig wieder auf das Strässchen zu treffen. Hier betreten wir den **Schweizerischen Nationalpark**.

Wieder auf dem breiten Weg gehen wir weiter steil zum Alpboden hinab zur **Alp Champatsch**. Nun geht es durch einen harzig duftenden Lärchenwald hinab nach **Lü**, das sich stolz als «höchstgelegene politische Gemeinde Europas» bezeichnet. Entsprechend hat die Gemeinde auch einen Ehrenbürger, einen ehemaligen Bundesrat aus Herrliberg, der seinen Sitz zugunsten einer Bündnerin räumen musste. Beim Hauptwegweiser neben der Kapelle von **Lü** gehen wir dem Kiessträsschen entlang bergauf in den Wald bis **Urschai**. Dort beginnt der eigentliche Panoramaweg mit schöner Sicht auf die gegenüberliegenden Berge. Der Höhenkurve entlang wandern wir abwechslungsweise durch lichte Lärchenwälder und Waldlichtungen. Nach 10 Minuten zweigt rechts der Weg Richtung **Valchava** ab. Der Weg hinab geht uns noch kräftig in die Knie, bis wir den Talboden erreichen. Müde treffen wir im schönen **Sta. Maria** ein, wo wir in der Herberge ein Zimmer reserviert haben.



Hinter den Bergen liegt bereits Italien.



**ZUM NÄCHSTEN ZWISCHENZIEL**

- 1 Pass da Costainas
- 2 Valchava
- 3 Santa Maria

# Feine Backwaren aus dem herrlichen Val Müstair

Meier-beck AG, Sta. Maria



Die Bäckerei Meier-beck liegt inmitten des Dorfes Sta. Maria.

Im Val Müstair, einem der entlegensten Bergtäler, am östlichsten Zipfel der Schweiz produziert die Bäckerei **Meier-beck** in Sta. Maria die **Schaibiettas Biscuits** für **Pro Montagna** nach uraltem Rezept. Die typischen Schaibiettas mit ihrer Form einer Sonnenscheibe sind süss und sehr fein – und schmecken nach Natur pur.

1973 gründete Meinrad Meier mit seiner Frau Verena die Bäckerei. Der gebürtige Luzerner kam ins Val Müstair (Münstertal) um zu arbeiten – und blieb der Liebe wegen. Was als überschaubare Backstube mit fünf Mitarbeitenden begann, ist zu einem KMU mit 24 Angestellten herange-

wachsen. Inzwischen hat die Tochter Lucia Meier mit Ihrem Lebenspartner Giancarlo Marco De Santis die Bäckerei übernommen.

Die Schaibiettas Biscuits sind ein traditionelles Gebäck des Val Müstair. Nackthaferflocken, Butter und das Mehl stammen aus dem Val Müstair, Honig und Eier aus dem Engadin. Alle Zutaten sind mit der Knospe von Bio Suisse ausgezeichnet. Wie wichtig die Zusammenarbeit eines einzelnen Bergbetriebes mit Pro Montagna für eine ganze Bergregion sein kann, zeigt das Beispiel der Bäckerei Meier-beck. Nicht nur die Bäckerei und ihre Angestellten profitieren vom gesicherten Ab-

satzkanal. Auch die Zulieferer – Bergbauern, die Cascharia (Käserei), der Imker – profitieren davon.

## KONTAKT & ANFAHRT

**Meier-beck AG**  
Via Veglia 99  
7536 Sta. Maria  
Val Müstair  
T: 081 858 51 16  
E: [info@meierbeck.ch](mailto:info@meierbeck.ch)  
[www.meierbeck.ch](http://www.meierbeck.ch)

**Anfahrt**  
Ab Zernez Bahnhof mit Bus Nr. 811 nach Sta. Maria Val Müstair Posta, danach zu Fuss etwa 3 Minuten.  
Strassenkarte S. 120



Das Val Müstair, eines der entlegensten Bergtäler der Schweiz, vor schöner Bergkulisse.

Und nicht zuletzt profitieren auch die Kundinnen und Kunden von Coop in den Städten von der Zusammenarbeit, denn so können sie die feinen, authentischen Berg-Spezialitäten geniessen, ohne dafür in die Berge fahren zu müssen.

### **Tipp: Café Fuschina**

In der alt-ehrwürdigen, gemütlichen Stube aus dem Jahre 1670

führt der Meier-beck das Café Fuschina. Ein Besuch lohnt sich – probieren Sie die Schaibiettas oder die ausgezeichnete Bündner Nusstorte gleich da, wo sie herkommen.

Pro verkaufter Packung Biscuits Schaibiettas fliessen 30 Rappen an die Coop-Patenschaft für Berggebiete.



**PRODUKT**

**Schaibiettas Biscuits  
von Pro Montagna**  
1375 m ü. M.

Saisonal erhältlich in grösseren  
Coop-Supermärkten

### **ÖFFNUNGSZEITEN**

**Öffnungszeiten Bäckerei  
Furnaria, Café Fuschina  
und Butia da cumün**

**Ende Oktober bis  
Anfang Juli  
Montag bis Samstag**  
07.30 bis 12.00 Uhr  
14.00 bis 18.00 Uhr

**Anfang Juli bis  
Ende Oktober  
Montag bis Samstag**  
07.00 bis 19.00 Uhr



Die gemütliche Stube des Café Fuschina lädt zum Verweilen ein.