









Tel: .....		2024
Name/Nom Vorname/Prénom .....		<b>Woche / Semaine 46</b>
Adresse; PLZ, Ort Adresse; CPT, Lieu .....		Von/de 12.11.2024
		Bis/Jusqu'au 18.11.2024

	Datum				Stk	
Lieferung / Livraison Dienstag / Mardi – 12:30	Dienstag / Mardi 12.11.2024	Szegediner Gulasch (Rind) Kartoffeln Sauerkraut	<i>Goulach Szegedine (Bœuf)</i> <i>Pommes nature</i> <i>Choucroute</i>	 		
	Mittwoch / Mercredi 13.11.2024	Poulet Casimir Reis Romanesco	<i>Emincé de poulet Casimir</i> <i>Riz</i> <i>Romanesco</i>			
	Donnerstag/ Jeudi 14.11.2024	Fleischvogel Polenta Erbsen	<i>Paupiette de viande</i> <i>Polenta</i> <i>Petits pois</i>			
Lieferung / Livraison Freitag / Vendredi - 12:30	Freitag / Vendredi 15.11.2024	Lachsfilet gebraten Salzkartoffeln Spinat	<i>Filet de saumon meunière</i> <i>Pommes nature</i> <i>Épinards</i>	 		
	Samstag / Samedi 16.11.2024	Schweinssteak Walliser Art Teigwaren Schwarzwurzeln	<i>Steak de porc Valaisanne</i> <i>Pâtes</i> <i>Salsifis</i>			
	Sonntag / Dimanche 17.11.2024	Trutenrollbraten Kartoffelstock Bohnen	<i>Rôti de dinde</i> <i>Pommes purée</i> <i>Haricots verts</i>			
	Montag / Lundi 18.11.2024	Hörnli Ghackets Apfelkompott Gemüsebeilage	<i>Cornettes à la viande haché</i> <i>Compote de pommes</i> <i>Légumes</i>			
Vegetarisch Végétarien <i>(es het solangs het)</i>	Vegi Strogi Reis Gemüsebeilage	<i>Stroganov végé</i> <i>Riz</i> <i>Légumes</i>			DI	FR
Wochenhit Hit de la semaine <i>(es het solangs het)</i>	Rindsfilet Medaillon Kartoffelgratin Gemüsebeilage	<i>Médailon de filet de bœuf</i> <i>Gratin dauphinoise</i> <i>Légumes</i>			DI	FR

Preis pro Menu: CHF 17.00

Prix par menu: CHF 17.00

Bestellungseingang bitte SPÄTESTENS bis zum VORTAG der Lieferung um 12:00 Uhr  
**Bestellungen NACH 12:00 Uhr werden mit CHF 5.- Administrationsgebühr aufgerechnet**

Luginbühl's EVENT & CATERING  
Schwadernastrasse 65, 2558 Aegerten  
Telefon +41 (0)32 373 18 01, Telefax +41 (0)32 373 18 02  
[welcome@luginbuehls.com](mailto:welcome@luginbuehls.com), [www.luginbuehls.com](http://www.luginbuehls.com)

Glutenfrei  
Sans gluten

Laktosefrei  
Sans lactose



## Cabo Finisterre – in 90 Tagen ans Ende der Welt (Teil 44) Ribadsella – Aviles (Von Niklaus Liggenstorfer)

### 15.9.2003 Ribadesella – Sebrayo (2/2)

... In Asturien begeisterten mich stets wieder die so genannten *Hórreos*. Das sind quadratische Holzhäuschen, Maisspeicher, die auf vier Pfosten stehen und wie im Wallis verwehren grosse Steinplatten zwischen Pfosten und Holzboden den Mäusen den Zugang. Zum Teil wurden da echte Wunderwerke präsentiert. In einem Dorf sass ein alter Mann mit Stock unter einem Feigenbaum, neben einem dieser Hórreos. Mit einladender Gebärde winkte er mich zu sich. Er war richtiggehend glücklich, auch er, dass er mit mir sprechen konnte. Als er hörte, dass ich von der Schweiz aus loswanderte, fiel er beinahe von seinem Stuhl, besegnete sich zehn Mal, betete einen Rosenkranz und konnte es dennoch kaum glauben. Er arbeitete während 30 Jahren in einer Kohlemine. Früher habe es in dieser Gegend drei Dutzend Minen mit 50'000 Arbeitsplätzen gegeben. Heute seien nur noch deren zwei in Betrieb und die Belegschaften seien auf einen Zehntel zusammengeschrumpft.

In Sebrayo, einem winzigen Dorf das auf meiner Karten keine Erwähnung fand, traf ich eine einfache aber überaus sympathische Pilgerherberge. Zu meinem Erstaunen hantierte Jesus in der Küche, als wäre es das Normalste der Welt. Ich hatte zu diesem jungen Mann anfangs ziemliche Distanz. Dies vor allem deshalb, weil ich Mühe hatte sein Spanisch zu verstehen - er sprach schnell und ohne den Mund wirklich zu öffnen. Jetzt aber begrüsstet wir uns wie alte Freunde. Anwesend war auch ein jüngerer Deutscher, Martin, bei dem ich aber nicht so richtig auf Touren kam. Schliesslich traf auch noch ein rühriges Ehepaar aus Barcelona ein, per Rad waren die unterwegs.

Als bald stellte sich heraus, dass wir alle ein ähnliches Problem hatten, das Essen. Man hatte gehört und in einem spanischen Führer stand es schwarz auf weiss; Sebrayo müsste über eine Bar verfügen. Dem war aber nicht so, wie uns eine Nachbarin glaubhaft versicherte. Oben im weitläufigen Weiler wohne aber der Jose, bei ihm würden wir sicher etwas Essbares kriegen. Ein heisser Tip. Jose führt nämlich auf seiner Camioneta einen mobilen Laden und wir staunten nicht schlecht, mit welchem Sortiment er auf kleinstem Raum aufwarten konnte. Unsere Probleme jedenfalls waren gelöst.

### 16.9.2003 Sebrayo -Gijon

Ich war sehr früh wach und fackelte nicht lang. Mit sicherer Hand packte ich zusammen und zog in die Nacht hinaus. Das Mondlicht war mir in dieser nur spärlich bewohnten Gegend eine grosse Hilfe. Der Orion, mein Lieblingssternzeichen und Bote des Winterhalbjahres, spendete Zuversicht. Trotzdem, gebrannt von früheren Erfahrungen hielt ich mich zu dieser Stunde an die Hauptstrasse und erreichte mit der Dämmerung die Stadt Villaviciosa, wo ich mich in einer Bar bei Tee und Gipfeli aufwärmte. Ich stand



am Anfang einer Etappe, die mich über Gebühr beschäftigte, aus naheliegender Grund: Am Stadttende trennten sich die Wege. Während der Camino Primitivo weiter Land einwärts in Richtung Oviedo zog, zweigte der weniger bekannte Camino dei Norte rechts ab, Richtung Gijon und der Küste entgegen.

Kaum auf dem Nordweg begann die befürchtete Unsicherheit. Da waren zwar verdammt viele gelbe Pfeile auf Strässchen, Häuser und Baumstämme gepinselt, nur, sie zeigten alle in die Gegenrichtung. Bald schon hatte ich keine Ahnung mehr ob Jakobsweg oder nicht. Zum Glück hatte ich den Kompass auf Gijon eingestellt, meine Richtung konnte so falsch nicht sein. Aber erst Stunden später, nach steilen 400 Höhenmetern und oben auf der Passhöhe, bestätigten Wegweiser die Richtigkeit meines Tuns. Der Berg lag im Dunstkreis einer für mich unsichtbaren Baustelle. Riesige Camions, schwer beladen mit tropfendem Aushubmaterial, lärmten ein kurvenreiches Strässchen hoch. Ein Bauarbeiter, ausgerüstet mit einem Walkie-Talkie, musste die Ungetüme aufhalten, denn von der anderen Seite keuchte ein Lastwagenkonvoi in der Gegenrichtung den Berg hoch und kreuzen lag nicht drin. Der Mann mit dem Funkgerät klärte mich auf. Die Laster bedienen die Autobahnbaustelle vor Gijon, während die gelben Pfeile einen lokalen Pilgerweg in die Berge von Covadonga anzeigen.

Die nächste Passhöhe bot einen Weitblick. In der Ferne zeigte sich das Meer und eine hässliche Smog-Glocke liess erahnen, dass darunter die Grossstadt **Gijon**, asturisch Xixón, mit seinen 300'000 Einwohnern, liegen musste.

Drei Stunden später erreichte ich die ersten Aussenposten der Stadt. Ich hatte den Nobeleingang erwischt. Grosse Grünflächen mit Gebäuden der verschiedensten Uni-Fakultäten, erbaut in unterschiedlichen Epochen, ein paar High-Tech Labors, gediegene Wohnquartiere und das Fussballstation. Die Strasse führte schnurgerade direkt ins Zentrum. Gijon wird dominiert von einer weit ins Meer hinausragenden Halbinsel, die zu einem grossen Teil öffentlicher Park ist. Flankiert wird diese von zwei riesigen Sandstränden, in deren Rücken die Häuserschluchten beginnen. Eine stolze, eine, zumindest in Meeresnähe, schöne Stadt.

Im Touristenbüro, auf einem Pier untergebracht, wurde mir zum Übernachten eine am Stadtrand liegende Jugend- und Studentenherberge empfohlen -ein Bus brachte mich hin. Später kehrte ich ins Zentrum zurück, besuchte die Altstadt, umrundete die Halbinsel, stieg hinunter zur Playa San Lorenzo und gönnte mir in einem lauten Lokal eine kleine Mahlzeit.

Zurück in der Herberge, die übrigens extrem freundlich und locker geführt wird, stellte ich fest, dass sich ein weiterer Pilger in meinem Zimmer installiert hatte -Jesus.



## 17.9.2003 Gijon -Aviles (1/2)

Wenn ich gestern vom Nobeleingang sprach, so erwischte ich heute den Kohlekeller. Von irgendwo her musste der Smog ja kommen. Nun, ich lernte auch die düstere Seite dieser Stadt kennen, deren Bevölkerungszahl sich im letzten Jahrhundert versechsfacht hat. Ich hatte zwar bereits Erfahrungen mit spanischen Grossstädten, nur, in Gijon schien alles ein bisschen anders zu laufen. Nach den Wohnquartieren ging es nahtlos über zur Industrie, zur Schwerindustrie, um genau zu sein. Veraltete Industriebauten, rauchende Kamine, gigantische Rohrleitungen, ein Labyrinth von Güterbahngleisen, ein Verkehrschaos mit vielachsigen Sattelschleppern als Protagonisten, Hochstrassen, Tiefstrassen, Nebenstrassen, Autobahnen, Kraftwerke und Kühltürme, es nahm kein Ende und schliesslich verlor ich in Verifia auch noch den Jakobsweg aus den Augen - wen wundert's. "Keep cool!" sagte ich mir "das alles gehört auch zu dieser Welt." Nach den zum Teil sehr langen Wegstücken der letzten Wochen, stand heute mit 25 km wenigstens nur eine Sprintetappe an.

Wie dem auch sei, nach einer Klus fand ich mich auf einem riesigen Verkehrskreisel wieder, der in Sachen Jakobsweg aber auch keine Klärung brachte. Ein paar Meter weiter spurte ich in eine kleine Asphaltstrasse ein, deren Richtung einigermassen meinen Vorstellungen entsprach. Hier, draussen in der Heide, wagte ich erstmals am heutigen Tag richtig durchzuatmen. Nach einer Stunde ohne verbindlichen Anhaltspunkt wirkte der gelbe Pfeil an einem Kandelaber, 100 Meter entfernt auf einem Schotterweg, wie eine Erlösung. Mit der Richtung dieses Weges konnte ich vorerst gut leben. Als es aber einen Hügel hochging und eher wieder rückwärts, kamen erste Zweifel. Die Pfeile entfalteten aber die Wirkung einer Beruhigungspille. Als ich ennet dem Berg auf die viel befahrene Hauptstrasse Gijón - Aviles stiess, wurde mir klar, dass ich einem lokalen Wanderweg aufgesessen war, der irgendwohin führte, nur nicht nach **Aviles**. Die Hauptstrasse passte mir schlecht in den Kram und so wählte ich die Brachialvariante. Querfeldein, durch Weideland, Zäune überkletternd, einen Buchenhain querend, ein Bächlein überspringend, einfach drauflos, bis ich auf eine Bahnlinie stiess, die, wie sich herausstellte, ausschliesslich speziellen Industriezügen vorbehalten war. Ein dumpfes Beben kündigte den ersten dieser Züge an. Im 20 km Tempo zog eine schwere Diesellok zehn bis an den Rand mit Kohlestaub gefüllten Waggons hinter sich her. Minuten Später, diesmal aus der Gegenrichtung eine identische Lokomotive, aber nur mit einem aus einer kleinen Öffnung dampfenden Spezialwagen. Von der Böschung aus konnte ich eine rotglühende Flüssigkeit ausmachen, es war, als würde ich ins Innere eines Vulkans schauen. Ich spielte schon mit dem Gedanken, auf einen der Kohlezüge aufzuspringen, besann mich aber eines Besseren, zumal ich weiter vorne einen Tunnelleingang entdeckte. (Fortsetzung folgt...)

