



**Ausgabe**  
24.04.2010

**Medienart**  
Medientyp  
Erscheinungsweise  
Branche  
Bundesland  
Nielsengebiet

**Auftrags-Nr.** 60367  
**Kunden-Nr.** 14522  
**Thema-Nr.** 654.017

**Suchbegriff(e)** 1. Tourismusverband Kroatien nur im Zusammenhang mit der Insel Rab, Insel Losinj

**Verlag**

Bremer Tageszeitungen AG, 28195 Bremen, Martinistraße 43, Tel.: 0421 36710, Fax: 0421 36711000  
E-Mail: anzeigen@btzg.info, URL: www.bremer-tageszeitungen.de

**Redaktion**

Bremer Nachrichten Redaktion, 28189 Bremen, Martinistr. 43, Tel.: 0421 36710, Fax: 0421 328327  
E-Mail: redaktion@bremer-nachrichten.de

**Publikation**

Bremer Nachrichten Die Norddeutsche

**Gesamtverbreitung**

Quelle(n): \* 1. IVW \*\* a. gewichtet

| verkauft | Auflage *<br>verbreitet | gedruckt            | Reichweite** Medien-Nr. |      |
|----------|-------------------------|---------------------|-------------------------|------|
|          |                         |                     | (in Mio.)               |      |
| 25.587   | 27.356                  | 28.536 <sup>1</sup> | 0,07 <sup>a</sup>       | 1225 |
| 31.316   | 33.532                  | 34.979 <sup>1</sup> | 0,08 <sup>a</sup>       |      |



Sonja Štoki kam schon vor Jahren nach Rab und ist längst eine Einheimische geworden.

FOTO: Sibylle von Kämpfz

# Düfte, die glücklich machen

Eine Schwarzwälderin fertigt auf der Insel Rab Liköre, Gewürze und Seifen

VON SIBYLLE VON KÄMPFZ

**Rab. Vom Hafen zeigt sich Rab von seiner schönsten Seite: Vier Türme überragen das mittelalterliche Städtchen, das sich auf einer Landzunge der gleichnamigen kroatischen Insel erhebt. Fischerboote und Yachten dümpeln im kristallklaren Wasser, auf dem Markt Mall Pali kaufen Segelurlauber fürs Frühstück ein.**

So mancher bleibt dabei am Stand von Sonja Štoki stehen. Lavendel duftet, Zitronenlikör leuchtet, Gewürze sind in verzierte Gläser gefüllt, dazu gibt es Hüte, Westen, Schuhe und Taschen aus Filz.

„Heute Workshop!“, verkündet ein Pappschild über dem Stand. Gerade arrangiert ein kleines Mädchen mit Bedacht zerzupfte bunte Wolle auf einem Netz. Dann geht es ans Einseifen: Langsam verbinden sich dabei die Wollschichten zu Filz.

Nach einer Viertelstunde ist das wollig-weiße Andenken an den Urlaub auf der kroatischen Insel Rab fertig – und die nächsten Interessenten sind stehen geblieben, sehen zu, wie Sonja Štoki mit einem alten Handrad die Wolle kämmt, und suchen sich dann Flecken nach ihrem Geschmack aus.

Sonja Štoki ist Mitglied des Vereins Moci, benannt nach den handgeschachtelten Stehmanern, die die Insel Rab kilometerlang durchziehen. 2009 haben sich einheimische Hersteller von Naturprodukten zu einem Zusammenschluss, um gemeinsam ihre Erzeugnisse – von Lavendel über Brombeeren, Ziegenkäse, Wein und Honig bis hin zu Schafwolle – zu vermarkten. So ist auch die 50-jährige Deutsche auf dem Markt ver-

treten. Vor 22 Jahren folgte sie ihrem Mann Franjo aus dem Schwarzwald auf die Insel, auf der das Paar eine Pension betreibt. Die Erzieherin entdeckte auf Rab ihr Faible für Pflanzen und Natur: „Düfte machen mich einfach glücklich.“ Sie forschte nach alten Rezepturen und begeisterte auch die Einheimischen für ihre Ideen: „Das Wissen ist seit Jahrhunderten da – es war nur verschüttet.“ Aus den heimischen Kräutern und Früchten entstehen in ihrer kleinen Werkstatt Cremes, Schälpe und Tinkturen. Olivenöl steht neben Honig, Lavendelzucker neben Sauerkirschkör, Marmeladen und kandierten Früchten, Meersalz-Peeling neben Mandelölseifen.

## Kräuter wachsen vor der Haustür

Viele der Zutaten wachsen vor der Haustür – entweder im Kräuter- und Obstgarten oder einfach rund ums Haus. Wer von der kleinen Pension hinunter zum Strand geht, der kommt an Lorbeer- und Granatapfelbäumen ebenso vorbei wie an Oleander und Feigen. Letztere werden nach der Ernte mit Lorbeerblättern aufgefädelt und getrocknet. „Bis Weihnachten hat sich eine zuckrige Schicht gebildet – die Früchte werden zusammen mit einem Schnaps als Zeichen der Gastfreundschaft serviert.“

Ihren Gästen zeigen die Štokis gern, was Haus, Garten und Meer herbeigibt. Ein Besuch im Olivenhain endet mit einem Picknick samt Rotwein, Schafkäse und dem getrockneten Schinken. Pist, ein Spaziergang wird zum Heilkräutersammeln genutzt. Tatsächlich ist Rab – die südlichste Insel der Fiereregion Kvarner Bucht – zu vielseitig, um nur träge in der Sonne zu dö-

sen. Die Altstadt, die als eine der schönsten Kroatiens gilt, bietet atemberaubende Ausblicke, Spazierwege folgen den felsigen Baudbuchten, Wander- und Radtouren führen durch den alten Eichenwald Kalitront oder auf den Kamenjak, den höchsten Berg der Insel.

Dort bekommen Urlauber vielleicht auch ein paar Schafe zu Gesicht, die auf der Insel eine wichtige Rolle spielen. „Im Sommer ziehen sie sich wegen der Hitze ins bewaldete Hinterland zwischen Felsen und Dickicht aus Wacholder, Olivenbäumen und Steineichen zurück. Sie halten das Klima aber gut aus, weil Schafwolle sehr temperaturausgleichend ist“, so Sonja Štoki. Auf jeder der Inseln in der Kvarner Bucht hat sich eine eigene Rasse entwickelt.

Die Skrapanica-Schafe auf Rab zeichnen sich durch ihr schmackhaftes Fleisch aus, da sie zwischen den Felsen unzählige Gewürz- und Heilkräuter finden. Ihre Wolle wird nach der Schnur gewaschen, gekämmt und meist gesponnen. „Früher strickten und webten die Frauen oder nähten Bettdecken aus der Wolle – Filzen hat eigentlich keine Tradition auf Rab“, gibt Sonja Štoki lachend zu. Aber es ist einfach zu bewerkstelligen, macht Spaß und weckt Interesse an dem wahren Erbe der Insel.

Kroatische Zentrale für Tourismus,  
Tel. 069/2385350, www.kroatien.hr,  
www.kvarner.hr  
www.tzg-rab.hr  
Anreise: Rab ist per Fähre vom Festland (Jablanac) und der Insel Krk (Misanjak) zu erreichen.