

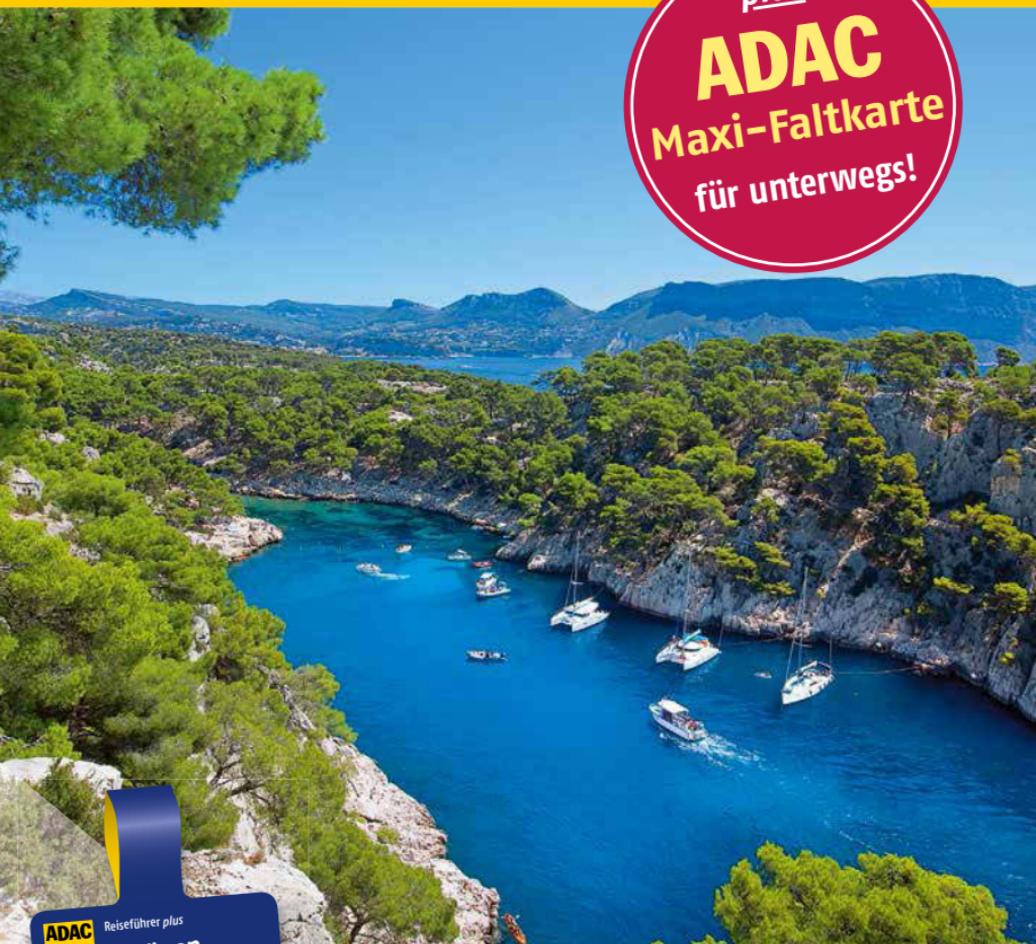
ADAC

Reiseführer *plus*

CÔTE D'AZUR

Stadtbilder • Strände • Naturerlebnisse • Museen
Architektur • Altertümer • Hotels • Restaurants

plus:
ADAC
Maxi-Faltkarte
für unterwegs!



Jetzt mit Kofferranhänger für die Reise!

ADAC

Reiseführer

Côte d'Azur

von Marseille bis Menton

Stadtbilder • Strände • Naturerlebnisse • Museen
Architektur • Altertümer • Hotels • Restaurants

Die **Top Tipps** führen Sie zu den Highlights

von Hans Gercke



□ Intro

Côte d'Azur Impressionen 6

Traumküste Europas

8 Tipps für cleveres Reisen 12

Pastis, Lavendel, Pulverschnee

8 Tipps für die ganze Familie 14

Wölfe, Surfboards, Wasserrutschen

□ Unterwegs

Marseille – Frankreichs Tor zur Welt 18

- 1** Marseille 19
 - Vieux Port 21
 - Gang durch die Altstadt 23
 - Die zwei Kathedralen 26
 - Centre de la Vieille Charité 27
 - Stadt der Museen 28
 - Südlich des Hafens 28
 - Im Süden der Stadt 29

Von Marseille nach Toulon – im wilden Westen 32

- 2** Cassis 32
- 3** La Ciotat 32
- 4** Bandol und Sanary-sur-Mer 34
- 5** Six-Fours-les-Plages 35
- 6** Toulon 37

Das Massif des Maures – Buchten, Schluchten und tiefe Wälder 41

- 7** Hyères und Îles d'Hyères 41
- 8** Collobrières 44
- 9** Brignoles 44
- 10** Le Thoronet 46
- 11** Draguignan 46
- 12** St-Tropez 48
- 13** Fréjus 54

Fahrt in die Berge – auf den Spuren Napoleons 57

- 14 Sisteron 57
- 15 Digne-les-Bains 57
- 16 Castellane 58
- 17 Gorges du Verdon 59
- 18 Moustiers-Ste-Marie 61

Vom Esterel zu den Alpes Maritimes – Jetset, Trubel und viel Kunst 62

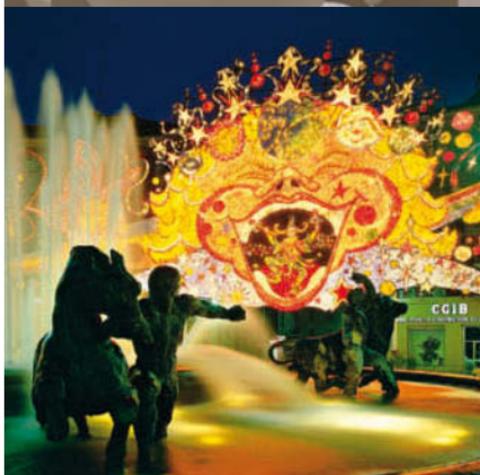
- 19 Cannes 62
- 20 Îles de Lérins 65
- 21 Grasse 68
 - Auf dem Weg nach Grasse 68
 - Die Stadt der Düfte 69
- 22 Vallauris 72
- 23 Antibes 75
- 24 Biot 78
- 25 Vence 80
 - Chapelle du Rosaire 82
- 26 St-Paul 84
- 27 Cagnes-sur-Mer 86

Nizza – Hauptstadt der Côte d'Azur 89

- 28 Nizza 89
 - Zwischen Schlossberg und Promenade des Anglais 94
 - Die großen Kunstmuseen 96
 - Cimiez 100

Nizzas Bergwelt – am Massif du Mercantour 104

- 29 Madone d'Utelle 105
- 30 St-Martin-Vésubie 105
- 31 Sospel 106
- 32 Saorge 107
- 33 Tende 108
- 34 Notre-Dame-des-Fontaines 110





Von Nizza nach Menton – Traumstraßen an der Küste

111

- 35** Villefranche-sur-Mer 111
- 36** Beaulieu und Cap Ferrat 113
- 37** Èze 114
- 38** La Turbie 115
- 39** Monaco und Monte Carlo 116
- 40** Roquebrune 120
- 41** Menton 121



Côte d'Azur Kaleidoskop

- Die Schule von Nizza 36
- Die Bravade von St-Tropez 50
- St-Tropez und die Maler 52
- Die Route Napoléon 59
- Glanz und Glamour – die Filmfestspiele 63
- ›Vater‹ gestrenger Regeln – der hl. Honoratus 66
- Fragonard – der Meister erotischer Bilder 70
- Pablo Picasso und die Côte d'Azur 76
- Bunte Bibel – Chagall in Nizza 100
- Himmelfahrtsrennen 119
- Nationalsport Boule 134



Karten und Pläne

- Côte d'Azur
- vordere Umschlagklappe
- Marseille und Nizza
- hintere Umschlagklappe
- Toulon 38
- Menton 122



□ Service

Côte d'Azur aktuell A bis Z 127

- Vor Reiseantritt 127
- Allgemeine Informationen 127
- Service und Notruf 128
- Anreise 129
- Bank, Post, Telefon 129
- Einkaufen 130
- Essen und Trinken 130
- Feiertage 132
- Festivals und Events 132
- Klima und Reisezeit 133
- Sport 133
- Sprache 135
- Statistik 135
- Unterkunft 136
- Verkehrsmittel im Land 136

Sprachführer 137

Französisch für die Reise

Register 141

- Impressum 143
- Bildnachweis 143

Leserforum

Die Meinung unserer Leserinnen und Leser ist wichtig, daher freuen wir uns, von Ihnen zu hören. Wenn Ihnen dieser Reiseführer gefällt, wenn Sie Hinweise zu den Inhalten haben – Ergänzungs- und Verbesserungsvorschläge, Tipps und Korrekturen –, dann kontaktieren Sie uns bitte:

**Redaktion ADAC Reiseführer
Travel House Media GmbH
Grillparzerstr. 12, 81675 München
adac.reisefuehrer@travel-house-media.de**



Côte d'Azur Impressionen

Traumstrände vor imposanter Bergkulisse

Mondäner Zauber liegt über den Stränden der Côte d'Azur, die, von schroffen Felsen gerahmt, sanft ins Mittelmeer gleiten. Zwischen Nizza und Menton erheben sich die steilen Hänge der südlichen Alpen und bieten den Badenden eine traumhafte Bergkulisse. Schon seit dem 19. Jh. steht die Côte d'Azur für unbändige Amüsier- und bourgeoise Lebenslust, gilt als Luxusurlaubsziel der Wohlhabenden und Inspirationsquelle großer Künstler. An über 300 Tagen im Jahr spannt sich der Himmel azurblau über die Küste, was vermutlich den Dichter Stéphane Liégeard 1887 zu der Namensschöpfung »Côte d'Azur« anregte.

Der Badetourismus kam jedoch erst später in Mode: Im 19. Jh. wäre kein Mensch auf die Idee gekommen, sich vom Sonnenschein die »vornehme Bläse«, die damals in angesehenen Kreisen üblich war, rauben zu lassen. Nein, englische Adlige besuchten die Côte d'Azur im Winter, genossen das milde Klima, wandelten unter Palmen und erfreuten sich an der betörenden Blütenpracht in den märchenhaft angelegten Gärten.

Die **mediterrane Vegetation** mit ihren vielfältigen Formen und Farben ist natür-

lich auch heute noch ganzjährig ein Ereignis. Man kann sie z.B. in den diversen botanischen Gärten von **Menton** bewundern: Im Park *Val Rahmeh* gedeihen mehr als 700 exotische Pflanzenarten. Besonders stolz ist man auf den seltenen *Toromiro-Baum*, der in seiner Heimat, den Osterinseln, nahezu ausgestorben ist, hier aber regelmäßig blüht. Auch im *Jardin exotique* von **Èze** überwältigt die Farbenpracht. Das Highlight sind hier bunt blühende Kakteen. Gemeinsam ist den Gärten der Côte d'Azur die herrliche Aussicht auf das Meer, sind sie doch oft direkt an den Ausläufern der Berge angelegt.

In **St-Tropez** wurde Mitte des 20. Jh. der Ruf der modernen Côte d'Azur begründet. 1956 drehte Roger Vadim hier mit Brigitte Bardot den Film »Et Dieu ... créa la femme« (... und ewig lockt das Weib), in dem sie sich, wie Gott sie schuf, am Strand reckt und laszive Tänze aufführt. Der Film machte Brigitte Bardot zum Star und das Fischerstädtchen zum beliebtesten Badeort schlechthin, der Freizügigkeit und Dolce Vita verhieß. In der Folge entwickelte sich St-Tropez zu einem angesagten Treffpunkt der High Society, Künstler und »Möchtegerns«.





Künstlerglück

Zweifelsohne war es die schöne Landschaft und die große Farbenpracht, die bedeutende Künstler der Klassischen Moderne an die Côte d'Azur lockten. Die Felsen der Küstengebirge etwa prangen und leuchten, je nach geologischer Beschaffenheit, in gleißendem Weiß oder kraftvollen Rot- und Gelbtönen. **Paul Cézanne** gilt als einer der ersten Künstler, die die Côte d'Azur entdeckten. Wiederholt lebte und arbeitete er in dem Fischerdorf L'Estaque, heute ein Vorort

von Marseille. Wenige Jahrzehnte später machten die *Fauves*, »die Wilden«, die Côte d'Azur und ihr Hinterland unsicher. Es handelte sich dabei um eine Gruppe junger Künstler um **Henri Matisse**, die sich gegen den Impressionismus wandte. Sie suchten die Vereinfachung des Gegenständlichen und praktizierten den

Oben: »Le Bois« (Der Wald) von Henri-Edmond Cross, 1906–1907, Musée de l'Annonciade in St-Tropez

Unten: Panorama von Villefranche-sur-Mer





es sich Picasso nicht nehmen, im benachbarten **Vallauris** die Vorhallen der *Chapelle romane* zu gestalten. Er schuf einen großartigen Bilderzyklus zum Thema Krieg und Frieden, der heute als Musée National zu besichtigen ist. Und 1957 gestaltete **Jean Cocteau** den Innenraum der *Chapelle St-Pierre* in **Villefranche-sur-Mer** mit Wandmalereien, die Szenen aus dem Leben des hl. Petrus zeigen. Im selben Jahr verschönerte er auch den Hochzeitssaal im Hôtel de Ville von Menton mit einem Wandgemälde, das u.a. eine orientalische Hochzeit thematisiert.

Museumsfreuden

Heute kann man all diesen Künstlern in den bemerkenswerten Museen der Côte d'Azur wieder begegnen. Da ist das *Musée Picasso* im Grimaldi-Schloss in **Antibes**, das mit Gemälden, Zeichnungen und Keramiken von Picasso aufwarten kann. Der Künstler hatte im Sommer 1946 im oberen Stockwerk des Schlosses gelebt und gearbeitet. Anschließend war er an der Einrichtung des Museums beteiligt. Bedeutend ist auch die *Fondation Maeght* in **St-Paul** mit der hochkarätigen Sammlung des Kunsthändlerpaares Maeght. Sie umfasst Werke von Braque, Chagall, Calder, Giacometti und Miró. In **Cagnes-sur-Mer** wurde in der Villa *Les Colettes*, in der Renoir bis zu seinem Tode gearbeitet hatte, das kleine *Musée Renoir*

Vorrang der Farbe sowie den Verzicht auf Körpermodellierung.

Matisse blieb der Côte d'Azur sein Leben lang treu. Als das Meisterwerk seiner Spätzeit gilt die *Chapelle du Rosaire* in **Vence**, deren künstlerische Innenausstattung er übernahm. Er entwarf Wand- und Glasmalereien, aber auch den Altar, die Messgeräte und die Beleuchtung. Die Kapelle wurde 1951 eingeweiht. 1952 ließ





mit authentischer Atelieratmosphäre eingerichtet.

Die Hauptstadt der Kunstmuseen an der Côte d'Azur ist jedoch **Nizza**. Hier sind mit dem *Musée Matisse*, dem *Musée National Marc Chagall* und dem *Musée d'Art Moderne et d'Art Contemporain* gleich drei bedeutende Museen zu finden. In letzterem ist ein ganzer Saal **Yves Klein** (1928–1962) gewidmet, der den größten Teil seines Werkes jener Farbe widmete, die der Küste ihren Namen gab.

Goldene Palmen und rote Flitzer

Das kulturelle Großereignis schlechthin an der Côte d'Azur ist das **Festival de Cannes**, auf dem alljährlich im Mai der beste Film mit der Goldenen Palme ausgezeichnet wird. Stars und Sternchen aus Film und Fernsehen versammeln sich dann im Palais des Festivals et des Congrès und flanieren auf der Croisette mit Blick auf den Strand. Abends geht es zu den Banketts in die Hotels und Gourmetrestaurants und anschließend in einen der angesagten Nachtclubs.

Das nächste Großereignis folgt anschließend Ende Mai im Fürstentum Monaco. Traditionell am Himmelfahrtswochenende kurven die Formel 1-Piloten auf dem *Circuit de Monaco* durch die Straßen der Stadtbezirke Monte Carlo und La Condamine und kämpfen beim **Grand Prix de Monaco** um die begehrten WM-Punkte. Extra für dieses Rennen werden entlang der Strecke Holztribünen errichtet, damit man den Fahrzeugen möglichst nahe sein kann.



Links oben: Hafen, Felsen und Hochhäuser, auf engstem Raum gedrängt, bilden den Zwergstaat Monaco

Rechts oben: Port-Cros, eine der Îles d'Hyères, liegt wenige Kilometer vor der südfranzösischen Küste

Links unten: Strandanlage des berühmten Hotels Carlton in Cannes

Rechts unten: Unter den Dächern von Nizza



8 Tipps für cleveres Reisen

1 Roulottes – fahrende Hotels

Urlaub im Hinterland der Côte d'Azur? Warum nicht mal in einem alten, von Jeanne und Jean-Marie Bayol wunderbar restaurierten Wohnwagen des fahrenden Volks der Provence übernachten? Aufgestellt werden sie an traumhaft schönen Plätzen mitten in der Natur, beispielsweise in der Nähe von Grasse (→ S. 68, www.roulottes-de-campagne.com). Wer mag, kann sogar ein Pferd in die Deichsel spannen und in der Provence auf stillen Feldwegen die Langsamkeit entdecken. Inzwischen gibt es mehrere Buchungsseiten, z.B. www.jeanne-bayol.com, www.roulotte-masdescypres.com oder www.roulereve.com.



Pastis – die provenzalische Mischung 2

Ritual der Provence: auf einer Cafétterasse eine bronzefarbene, würzige Flüssigkeit in milchiges Weißgelb zu verwandeln. Traditionell trinkt man den Schnaps aus Anis, Süßholz, Fenchel, Muskat, Vanille, Zimt und Zucker mit fünf Teilen Wasser auf einen Teil Pastis. Mit Minzsirup gemischt nennt man den Apéritif ›Perroquet‹ (Papagei), mit Granatapfelsirup ›Tomate‹ und mit Mandelmilchsirup ›Mauresque‹. Ein ›Petit Voyou‹ (kleiner Gauner) ist ein Gläschen unverdünnter Pastis.



3 Grande Corniche barrierefrei

Grandiose Ausblicke, aber steile und steinige Wanderwege: Die schönsten Fleckchen Erde an der Côte d'Azur bleiben für Rollstuhlfahrer meist ein Wunschtraum. Nicht so im ›Parc de la Grande Corniche‹! Hier hat man zwischen der ›Maison de la Nature‹ und La Turbie (→ S. 115) einen 450 m langen Weg für Touristen mit Handicap angelegt. Für Menschen mit Sichtbehinderungen ist mit einem ›Duftpfad‹ und Tastschildern gesorgt.

Königin der Riemchensandalen 4

Mit Brigitte Bardot begann der Boom: Seitdem sind die robusten, aber herrlich bequemen Riemchensandalen von St-Tropez (→ S. 48) der bevorzugte Schmuck gepflegter Füße an der Côte d'Azur. 1927 begann die Familie Rondini im ältesten Haus am Hauptplatz von St-Tropez mit der Fertigung. Trotz der großen Nachfrage setzen die Rondinis in der kleinen Werkstatt hinter dem Haus nach wie vor auf Handfertigung, www.rondini.fr



5 Grand Prix für Eingeweichte

Eigentlich ist der Rennsonntag der Formel 1 in Monte Carlo ein glorifizierter Autocorso, denn Überholen ist kaum möglich. Aufregender sind die Auftakttage. Geheimtipp: Tribünenkarten nur für den Donnerstag sind preiswert zu haben, es herrscht freie Platzwahl und Sie können stundenlang Boliden aus den verschiedensten Fotoperspektiven bewundern. Der tolle Blick vom Felsen mit dem Fürstenpalast auf die ganze Rennstrecke und die Boxengasse ist sogar gratis, während am Samstag und Sonntag der Zugang ohne Karte nicht möglich ist. www.acm.mc



6 Über den Dächern von Nizza

Nein, für herrliche Ausblicke müssen Sie nicht wie Jack Roby, ›die Katze‹, über die Hoteldächer von Nizza (→ S. 89) klettern: Stürzen Sie sich einfach in die Afterwork- und Clubbingszene der ›Branchés‹, die sich auf den schönsten Dachterrassen (›toits-terrasses‹) der Hotels und Restaurants von Nizza treffen. Heiße Tipps für Livemusik, leckere Cocktails, schickes Ambiente und tolles Panorama sind das Radisson Blu (›Le Pool‹, www.radissonblu.com), die ›Aqua Bar‹ des Grand Hôtel Aston mit ihrem herrlichen Altstadtblick und das hochelegante ›Boscolo Plaza‹ (www.boscoloplazanice.com).

Träume in Violett 7

Ein uraltes Gehöft zwischen endlosen Lavendelfeldern unter azurblauem Himmel: die Postkartenidylle der Provence! Wer sie erleben möchte, fährt von Cannes (→ S. 62) über Grasse und Castellane nach Moustiers-Sainte-Marie. Auf der Hochebene von Valensole, zwischen Ende Juni und Anfang August, erfüllen sich Lavendelträume. Dann gibt es frischen Lavendelhonig, duftendes Lavendelöl und Lavendelfeste. www.valensole.fr



8 Pulverschnee und Zitronenblüte

Im Februar bietet die östliche Côte d'Azur ein einmaliges Vergnügen. Mit dem Ski-Bus (inkl. Ski-Pass) geht es in zwei Stunden von Nizza in die modern ausgestatteten Skigebiete des Mercantour mit seinen weit über hundert Pisten, nach Auron, Isola2000 und Valberg. Am Nachmittag geben Sie Ski und Snowboard zurück, um in Menton mit blühenden Zitronen und Mimosen den sonnig-warmen Frühling am Meer zu genießen. www.auron.com, www.isola2000.com, www.valberg.com

Marseille – Frankreichs Tor zur Welt



Für den Philosophen Arthur Schopenhauer war Marseille, älteste und mit heute rund 860 000 Einwohnern zweitgrößte Stadt Frankreichs, zugleich die schönste des Landes. Als wichtigste Hafenstadt am Mittelmeer war sie seit über 2600 Jahren offen für vielerlei Ethnien und Kulturen und insbesondere geprägt durch die Nähe zu Afrika. Ein Drittel der Einwohner sind Einwanderer, und längst sind nicht alle Probleme gelöst, die damit zusammenhängen. Immerhin hat die Stadt im Vorfeld ihrer Erwählung zur **Kulturhauptstadt**

Europas mit gigantischen Sanierungs- und Integrationsprojekten enorme Anstrengungen unternommen, ihre Attraktivität zu steigern. Sie darf sich heute zu den großen Kultur-Metropolen Europas zählen. Doch weist bereits der Name des spektakulären Wahrzeichens am Alten Hafen, des **Musée des Civilisations de l'Europe et de la Méditerranée** (MuCEM), darauf hin, dass es hier nicht allein um Europa geht: Die Kultur des Mittelmeerraums ist ebenso Teil der europäischen Kultur wie diese selbst Teil einer weitaus umfassenderen mediterranen Zivilisation ist, an der auch die Region wichtigen Anteil hat: An die hundert Städte der Region Provence-Alpes-Côte d'Azur wurden in das Kulturhauptstadtprojekt 2013 einbezogen und haben davon profitiert.

Das Fort St-Jean bewacht den Eingang des Vieux Port von Marseille an der Nordseite – der Hafen ist seit jeher Dreh- und Angelpunkt sowie das kulturelle Herzstück der Stadt



1 Marseille

TOP TIP Um den alten Mittelmeerhafen dehnt sich Frankreichs zweitgrößte Stadt aus.

›Massalia‹, so lautet der ursprüngliche Name der Stadt, wurde um 600 v. Chr. von griechischen Siedlern aus Phokäa in Kleinasien gegründet. Zwischen dem neuen Handelsstützpunkt und den keltischen ›Oppida‹ im Hinterland, insbesondere Entremont, bestanden lebhaft, zunächst friedliche Kontakte. Als es dennoch zu kriegerischen Auseinandersetzungen kam, riefen die Massalieten erstmals 181 v. Chr. die **Römer** zu Hilfe. Dies geschah drei Mal, 181, 154 und 125 v. Chr. Die Römer setzten sich daraufhin erst in der Gegend von Aix, später in ganz Gallien fest. Dabei blieb Massalias Autonomie unangetastet – die Römer sorgten für Ordnung im Hinterland, die Griechen trieben ungestört Handel an der Küste.

Dieses Einvernehmen änderte sich erst, als Massalia beschloss, im römischen Bürgerkrieg zwischen Pompeius und Cäsar (49–46 v. Chr.) nicht für diesen Partei zu ergreifen, sondern neutral zu bleiben. Cäsars Truppen eroberten Massalia, die Stadt verlor in der Folgezeit ihre Privilegien zugunsten anderer, nun von den

Römern bevorzugter Städte wie insbesondere Arles.

In den folgenden Jahrhunderten wechselten Massalias Machthaber häufig. Im 6. Jh. stand die Stadt den Ostgoten des Theoderich, 536 gehörte sie zum Reich Chlothars I., 561 zu *Austrien*, dem Ostteil des fränkischen Herrschaftsgebiets. Nach dem Zerfall der *Merowingerherrschaft* wurde Marseille vorübergehend selbstständig, 736–739 jedoch von dem fränkischen Hausmeier Karl Martell mit der gesamten Provence erobert.

Als nach dem Ende des Frankenreichs Boso von Vienne 879 das Königreich Arelat (Niederburgund) gründete, wurde Marseille als Vicomté Arles unterstellt (Vicomté = Sitz eines Vizegrafen).

Das 10. und 11. Jh. waren geprägt von Streitigkeiten zwischen geistlicher und weltlicher Macht, das 12. und 13. Jh. vom Konflikt zwischen den Ansprüchen der letzteren und denen eines aufstrebenden Bürgertums. 1257 eroberte Karl von Anjou die Stadt, 1481 fiel Marseille samt Provence an Frankreich. Die Stadt erlebte in den folgenden Jahrhunderten eine wirtschaftliche Blütezeit, doch raffte die Pest 1720 über die Hälfte der damals etwa 90 000 Einwohner dahin.

Der Aufstieg begann im 19. Jh., als mit der Eroberung Algeriens (1830) und dem



1 Marseille

Bau des Suezkanals (1869) der Afrika- und Orienthandel in Schwung kam und Marseille sich zum größten Hafen des Mittelmeers entwickelte. Dies hatte vor allem während des Zweiten Weltkriegs gravierende Folgen, als zahllose Emigranten von Marseille aus vor den Nazis zu fliehen versuchten. Der Flüchtlingsstrom versiegte allerdings, als Heinrich Himmler 1943 die Zerstörung eines großen Teils der Altstadt anordnete.

In der Nachkriegszeit wurde der Hafen erst um die westlich gelegene Grande Joliette, später um den Industriehafen Marseille-Fos erweitert. Die zahlreichen neuen Arbeitsplätze, um die sich Einwanderer aus den Ex-Kolonien, insbesondere aus Algerien (sog. ›Pieds-Noirs‹) rissen, fielen der schweren Krise der 1970er- und 1980er-Jahre zum Opfer. Hohe Arbeitslosigkeit, soziale Spannungen und Stadt-

viertel mit Slum-Charakter (sog. Bidonvilles) waren die Folge. Mit einem gewaltigen Stadt-sanierungs-Kraftakt (Projekt *Euroméditerranée*) wurde das Jahr 2013, in dem Marseille Kulturhauptstadt Europas war, vorbereitet. Seither gilt es, das Erreichte zu bewahren und weiterzuführen.

Besichtigung Das Wahrzeichen von Marseille ist die Wallfahrtskirche **Notre-Dame de la Garde**  (Tel. 04 91 13 40 80, www.notredamedelagarde.com, April–Sept. tgl. 7–19.15, Okt.–März tgl. 7–18.15 Uhr) auf einem 147 m hohen Kalkfelsen. Wer sich einen Überblick über Marseille verschaffen will, sollte zuerst dort hinauf fahren (Bus 60), zum *Plateau de la Croix*, von dessen Esplanade sich das Panorama der Stadt in seiner Spannweite zwischen Bergen und Meer darbietet.

Auf der Mole J4 schuf Rudy Ricciotti den außergewöhnlichen Neubau des MuCEM (Musée des Civilisations de l'Europe et de la Méditerranée), zu dem auch eine Panoramaterrasse gehört



Das Gotteshaus besitzt seit 2013 ein eigenes **Museum** (Di–So 10–17 Uhr) zur Geschichte der Basilika. Die von Henri Espérandieu an der Stelle einer alten Wallfahrtskirche um die Mitte des 19. Jh. im ungemein aufwändigen byzantinisch-romanischen Stil erbaute Kirche ist eines jener Marienheiligtümer, die in Frankreich häufig die Stadtsilhouette um eine exotische Note bereichern (so z. B. auch in Paris und Lyon). Gerade in Südfrankreich gehen solche Heiligtümer häufig noch auf vorchristliche Kultstätten zurück. Auf den höchsten Berggipfeln stehen immer wieder Kapellen, die der Muttergottes geweiht sind, und auch an der Küste ist der Kult der *Notre-Dame de la Garde*, der wachsam Beschützerin, weit verbreitet (s. S.33).

Man erkennt von hier oben die exponierte geografische Lage, die weißen Kalkberge, die Weite der Bucht der »Rade de Marseille«, den natürlichen Hafen Lacydon (Vieux Port), der Keimzelle und Zentrum der Stadt ist, und die Inseln Frioul und Château d'If, die einst die Gipfel kleiner Vorgebirge waren. Es lohnt, mit der Fähre (www.frioul-if-express.com) von der Anlegestation am Vieux Port zum berühmtesten **Château d'If**  (Tel. 06 03 06 25 26, www.chateau-if.fr, April–Okt. tgl. 10–18, sonst Di–So 10–17 Uhr) hinauszufahren und sich die Festung anzuschauen, die Franzl. 1524–1531 erbaute und die seit dem 17. Jh. als Staatsgefängnis diente. Als solches war sie berühmt und wurde weltberühmt durch *Alexandre Dumas' Roman »Der Graf von Monte Christo«* (1844/46).

Vieux Port

Am **Vieux Port**  (Métro 1: Vieux Port) gingen um 600 v. Chr. die von den Persern bedrängten Aussiedler aus dem griechischen Phokäa an Land. Ihr Anführer war jener Protis, den die Sage so charmant zum Stadtgründer macht: Gyptis, die Tochter des Ligurerkönigs Nann, soll dem jugendlichen Ankömmling vor allen Freiern den gefüllten Becher gereicht und ihn damit zu ihrem Auserwählten erkorren haben: Die Hochzeit zwischen Ligurern und Griechen wurde gefeiert. Eine Bronzetafel am Quai des Belges markiert die Stelle, an der Protis seinen Fuß auf provenzalischen Boden gesetzt haben soll.

Einiges spricht übrigens dafür, dass schon vor den Phokäern Griechen aus Rhodos diese Küste befuhren. In jedem



Notre-Dame de la Garde mit Marienfigur auf dem Plateau de la Croix

Fall ist die Gegend uraltes Siedlungsgebiet: Einer Sensation kam es gleich, als 1991 am **Cap Morgiou**, südöstlich von Marseille, von Tauchern eine nur unter Wasser zugängliche Grotte entdeckt wurde, deren zahlreiche und künstlerisch höchst bedeutsame Malereien und Ritzzeichnungen es an Schönheit und Lebendigkeit mit denen von Lascaux und Altamira aufnehmen können. Die Wissenschaftler schätzen die Malereien der **Grotte Cosquer** auf ein Alter von rund 27000 Jahren. Damals waren die Höhlen noch trockenen Fußes zugänglich, denn der Wasserspiegel lag – infolge größerer, noch in Gletschereis gebundener Wassermengen – wesentlich tiefer als heute. Noch in der Römerzeit befand er sich 40–45 cm unter dem heutigen Niveau.

Selten wurde ein Hafen so zentral und bestimmend ins Stadtbild integriert wie hier. Allerdings litt Marseille sehr unter der barbarischen Zerstörung seiner Altstadt. Im Februar 1943 begannen die deutschen Besatzer mit systematischen Sprengungen. Die engen, unüberschaubaren Gassen und Quartiere waren zu einem Refugium der Verfolgten und Flüchtenden geworden, die auf eine Möglichkeit zur Ausreise warteten. Die

Nationalsozialisten hoben diese Verstecke mit Gewalt aus. Nur wenige historische Bauten blieben erhalten. Der Wiederaufbau vollzog sich in Eile und mit wenig Geld. Der damit beauftragte Architekt *Auguste Perret*, ein prominenter Pionier des neuen Bauens in Frankreich, löste mit seiner eintönigen Hafengestaltung vehemente Kritik aus. Aus heutiger Sicht muss jedoch festgestellt werden: Perrets Architektur mit ihren Arkadengängen, Treppen, Bögen und Sichtachsen ist besser als ihr Ruf. Modernen Anforderungen genügen die Hafenanlagen heute allerdings nicht mehr.

Im Rahmen des Projekts **Euroméditerranée** (www.euromediterranee.fr) wurde seit Ende des 20. Jh. das Hafenviertel radikal umgestaltet. An der Mole J4 des Port de la Joliette entstand unter der Regie des Architekten Rudy Ricciotti der aufsehenerregende Neubau des **Musée des Civilisations de l'Europe et de la Méditerranée** (MuCEM, 7, Promenade Robert Laffont, Esplanade du J4, Tel. 04 84 35 13 00, www.mucem.org, Mai–Okt. Mi–Mo 11–19, Juli/Aug. 10–20, Nov.–April Mi–Mo 11–18 Uhr). Der zweite Teil des gewaltigen Museumsvorhabens wurde im alten Fort St-Jean realisiert. Beide Bereiche sind mittels einer 130 m langen Fußgängerbrücke über einem Wasserbecken verbunden. Thema der Ausstellungen ist die Besiedelung der Mittelmeerküste durch unterschiedliche Kulturen sowie deren wechselseitige Befruchtung.

Dicht daneben setzt die futuristische Architektur des Kulturzentrums **Villa Méditerranée** (Tel. 04 95 09 42 70, www.villa-mediterranee.org, Di–Fr 12–18, Sa/So 10–18 Uhr) einen weiteren Akzent. Das von Stefano Boeri entworfene Gebäude mit spektakulär vorkragendem Dachgeschoss verfügt u.a. über ein Auditorium, das sich 18 m unter dem Meeresspiegel befindet. Nicht weit entfernt wurde in der ehem. Sanitätsstation des Hafens das **Musée Regards de Provence** (Allée Regards de Provence, Tel. 04 96 17 40 40, www.museeregardsdeprovence.com, Di–So 10–18 Uhr) eröffnet. Die Sammlung umfasst Werke regionaler Künstler vom 18. Jh. bis heute, ergänzend finden Sonderausstellungen statt.

Weiter nördlich, im Bereich der Hafenerweiterung **Grande Joliette**, sind gleichfalls zwei auch architektonisch bemerkenswerte Zentren der Beschäftigung mit Gegenwartskunst und -kultur zu erwähnen: der zur Ausstellungshalle umgebaute



riesige **Hangar J1**, der von 2017 an als kulturelles Aushängeschild der Metropolregion Aix-en-Provence-Marseille dienen wird, und der luftige Neubau des **FRAC PACA** (20, Boulevard de Dunkerque, Métro 2: Joliette, Tel. 04 91 91 27 55, www.fracpaca.org, Di–Sa 11–19, So 14–18 Uhr) mit seiner semitransparenten Pixelfassade. Das Ausstellungshaus des Fonds Régional d'Art Contemporain Provence-Alpes-Côte d'Azur wurde vom japanischen Architekten Kenjo Kuma realisiert. Unübersehbar schließlich ist, noch etwas weiter nördlich im Quartier Euroméditerranée gelegen, ein weiteres Wahrzeichen, das sich die Kulturhauptstadt zugelegt hat: Zara Hadids (1950–2016) erster Wolkenkratzer, das elegante Bürohochhaus der Container-Transportgesellschaft CMA-CGM, die 147 m hohe **Tour CMA-CGM**.

Doch zurück zum Vieux Port: Dieser dient heute als **Jacht- und Fischereihafen** – es ist spannend zu sehen, wenn morgens die Fischkutter einlaufen und an Ort und Stelle ihren Fang auf dem Fischmarkt am Quai des Belges verkaufen (tgl. 7–12.30 Uhr). Der Alte Hafen wird



Wie Perlen an einer Schnur sind die Jachten im Vieux Port von Marseille aneinander gereiht

heute nicht mehr durch eine Verkehrsstraße von der Altstadt getrennt, und die Mole wurde zu einem attraktiven Fußgängerbereich mit großem, unten verspiegeltem **Sonnendach** (Entwurf: Sir Norman Foster) umgestaltet.

Der Hafeneingang ist dreifach gesichert: Außer dem vorgelagerten Château d'If bewachen das **Fort St-Jean** **4** auf der nördlichen und auch das **Fort St-Nicolas** **5** auf der südlich begrenzenden Landzunge den Zugang. Beide entstanden im 17. Jh. unter Ludwig XIV. anstelle älterer Befestigungsanlagen. Von 1905 bis 1944 waren beide Forts durch eine kühne eiserne Brücke (Pont transbordeur) verbunden, heute ist dieses Wahrzeichen der Stadt durch einen Tunnel ersetzt. Jenseits des Fort St-Nicolas lädt der **Jardin du Pharo** **6** zum Flanieren ein. Der klassizistische Palais du Pharo, den Napoleon III. seiner Gattin Eugénie erbauen ließ, dient heute repräsentativen Zwecken.

Von der Stirnseite des Hafenbeckens, dem Quai des Belges nahe der Place Gé-

néral-de-Gaulle, führt die einstige Prachtstraße **La Canebière** **7** – der Name leitet sich von Cannabis, Hanf, ab, weil hier die Schiffstau hergestellt wurden – schnurgerade nach Osten. Sie wird gekreuzt vom im 17. Jh. angelegten **Cours Belsunce**, der im Norden Rue d'Aix heißt, im Süden aber Rue de Rome. Einige schöne Palais haben sich erhalten (z. B. das *Logis d'Auriol* an der Ecke zur Canebière). Der »Grand Cours«, wie er auch genannt wird, besitzt zwei markante Blickpunkte: Im Norden den 1833 zu Ehren der Revolutionskriege und des napoleonischen Kaiserreichs errichteten *Arc de Triomphe* und im Süden den großen *Brunnen der Place Castellane* (1911) mit einer Darstellung der Stadtgöttin von Marseille.

Gang durch die Altstadt

Die Altstadt konzentriert sich im halbinselförmigen Dreieck nördlich des Hafens, zwischen Quai du Port, Rue de la République und der im 19. Jh. entstandenen Hafenerweiterung im Nordwesten.

Post

Öffnungszeiten: Postämter sind meist Mo–Fr 9–12 und 14–17 oder 15–18 (in größeren Orten oft durchgehend), Sa 9–12 Uhr offen.

Briefmarken (*Timbres*) sind auch in Tabakläden (*Tabac*) und in Geschäften, die Ansichtskarten verkaufen, erhältlich.

Telefon

Internationale Vorwahlen

Frankreich 0033

Monaco 00377

Deutschland 0049

Österreich 0043

Schweiz 0041

Es folgt die Rufnummer mit Vorwahl ohne die Null.

Öffentliche Telefonzellen gibt es in Frankreich nicht mehr.

Einkaufen

Öffnungszeiten: Die Geschäfte sind in der Regel Di–Sa 9–12.30 und 15–19 Uhr geöffnet, doch gibt es zahllose Abweichungen. So öffnen Lebensmittelläden und Bäckereien (*Boulangerie*) meist schon um 7 Uhr. Außerdem haben Bäckereien und Supermärkte in der Regel Sonntagvormittags geöffnet, sind dafür dann aber montags geschlossen.

Charcuterie (Wurstwaren) und *Boucherie* (Fleischwaren) sind meist getrennte Geschäfte. Fast jeder Ort hat seinen *Markt* mit Gemüse, Kräutern, Honig, Konfitüren, Käse, in Meeresnähe bieten die Händler jede Menge fangfrischen Fisch und Krustentiere an.

Landestypische **Souvenirs** sind kandierete Früchte und köstliche Konfitüren, Honig, Seifen und duftende Kräuter (*Herbes de Provence*) als Duft- oder Würzmischung, Lavendelessenz und bunt bedruckte Stoffe (*Indiennes*). Beliebte Mitbringsel sind auch die *Santons* (aus Ton gebrannte, bunt bemalte Figürchen), Keramik aus Vallauris und Biot, Marrons Glacées aus Collobrières, Parfum aus Grasse. Ferner Kunsthandwerkliches aus Schmiedeeisen oder Olivenholz, Glaswaren aus Biot, regionale Weine oder das berühmte kalt gepresste Olivenöl (*Huile vierge*).

Apotheken (*Pharmacie*) erkennt man an einem blinkenden grünen Kreuz.

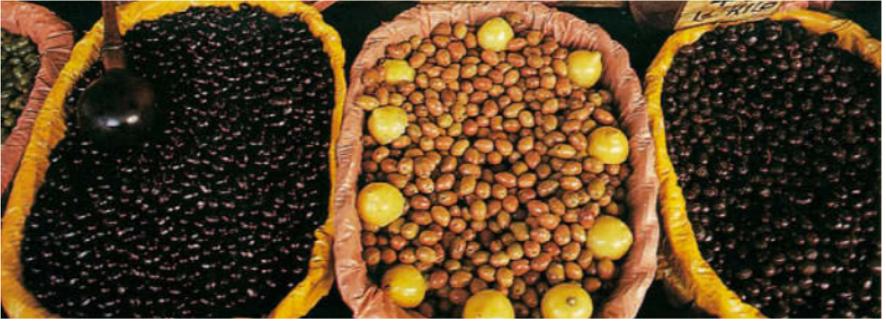
Essen und Trinken

Auch an der Côte d'Azur ist die **provenzalische Küche** heimisch. Die Region war einst ein armes Land, ihre Küche daher eher deftig und bäuerlich. Frisches Gemüse, Gewürze wie Rosmarin, Lorbeer, Thymian und andere Wildkräuter, die hier unter südlicher Sonne zu einem Aroma reifen, wie es sich in unseren Breiten allenfalls schüchtern andeutet, Olivenöl, Brot und viel Knoblauch, an der Küste Fisch und Schalentiere, danach Schaf- und Ziegenkäse und vielleicht zum Abschluss ein Schluck köstlichen *Marc de Provence* (Tresterschnaps verschiedensten Alters und unterschiedlicher Konzentration) – das sind, in groben Zügen skizziert, die wichtigsten Zutaten der provenzalischen Küche.

Natürlich darf der **Wein** nicht vergessen werden, der südlich von Bollène mehr und mehr als Monokultur die Landschaft bestimmt. Gut und bekömmlich sind die meisten ›Hausweine‹ der Region, berühmt auch die Weine von Cassis und Bandol, von Ollioules, Pierrefeu, Bellet, Menton und Nizza. Zum Fisch empfiehlt sich ein trockener Weißer; wer zum Fleisch nicht auf Rot ›umsteigen‹ will, wählt den beliebten Rosé.

Die bekanntesten **Spezialitäten** der Provence waren ursprünglich Armeleuteessen. Die dicke Gemüsesuppe *Soupe au pistou* oder die *Ratatouille*, der mit Kräutern gewürzte Gemüseeintopf, lassen sich mit einigem Gespür und Improvisationstalent aus den herrlich frischen Zutaten ebenso leicht herstellen wie die berühmte *Bouillabaisse*, bei der ursprünglich keine teuren Krustentiere, sondern lediglich die ›Abfälle‹ von Fischen verwendet wurden, die man auf dem Markt nicht verkaufen konnte. Obligatorisch sind heute mindestens drei Fischarten, die man zusammen mit den Schalentieren separat von der eigentlichen Fischsuppe (*Soupe de poissons* – kann auch gesondert als Vorspeise bestellt werden) serviert: *Rascasse* (Drachenkopf), *Congre* (Seeaal) und *Grondin* (Knurrhahn).

Als Gewürze finden neben Pfeffer und Salz auch Zwiebeln, Tomaten, Safran, Knoblauch, Lorbeer und Thymian Verwendung, auch Fenchel und Salbei sowie ein Stück Orangenschale und manchmal ein Schuss Wein oder Cognac. In jedem Fall gehören Croûtons (geröstete Würfel oder Scheiben aus Weißbrot) und die mit



Olivenangebot der Superlative: Schnell lernt man die einzelnen Sorten namentlich zu unterscheiden – links z.B. die kleinen schwarzen »Niçoises«

Knoblauch gewürzte Mayonnaise *Rouille* dazu. Sie ist nicht zu verwechseln mit der gelben *Aïoli*, einer köstlichen Mayonnaise, die gerne zu Hors-d'œuvres, zu Gemüse und Stockfisch (*Morue sèche*) gegessen und aus Eiern, Kartoffeln, Knoblauch und Olivenöl zubereitet wird. Weitere Fischsppenspezialitäten sind die edle weiße *Bourride*, ein Eintopf aus Seeteufel (*Lotte*) und Wolfsbarsch (*Loup de mer*), sowie die *Brandade de morue*, ein Gericht, das aus zerkleinertem Stockfisch, Trüffeln, Milch, Olivenöl und natürlich auch Knoblauch hergestellt wird.

Fisch verschiedenster Art (*Rouget*: Meerbarbe; *Sole*: Seezunge; *Merlan*: Weißling; *Raie*: Rochen; *Thon*: Thunfisch; *Espadon*: Schwertfisch), frisch vom Fang, und Schalentiere (*Coquillages*) lassen sich auch auf mancherlei andere Art verzehren, z.B. gegrillt. In jedem Fall ist feinstes Olivenöl (*Huile vierge*) mit im Spiel.

Im Folgenden seien noch einige Spezialitäten der **Cuisine niçoise** erwähnt, der Küche von Nizza, die sich deutlich von der provenzalischen westlich des Var unterscheidet. Wie in der ligurischen jenseits der italienischen Grenze spielt das köstliche Basilikum, frisch verarbeitet, eine wichtige Rolle: Dem ligurischen *Pesto* entspricht das nizzardische *Pistou*.

Eingang in die internationale Küche verschaffte sich die *Salade niçoise*, ein grüner Salat mit Bohnen, Rettich, Pinienkernen, Tomaten, Ei, Oliven, Thunfisch und Sardellen. Es gibt ihn auch als sandwichtartiges Schnellgericht für unterwegs, als *Pan Bagnat*. *Pissaladière* (*Pissaladière*) ist ein Kuchen, der mit Sardellenpüree und schwarzen Oliven belegt wird, *Tourte de bléa* eine Art Pizza mit gehackten Mangoldblättern, Korinthen und Pinienkernen, *Socca* ein Fladenkuchen aus Kichererbsen, *Le Tian* ein Gemüseuchen

aus Auberginen, Kürbis, Tomaten, Kartoffeln und Zwiebeln.

Die Provenzalen verzichten weitgehend auf das Frühstück. Man trinkt in einer Bar im Stehen einen *Café* (kleine Tasse schwarzer Kaffee), einen *Crème* (kleine Tasse Kaffee mit Milch) oder *Grand crème* (großer Milchkaffee), dazu gehört das obligatorische *Croissant*.

Die meisten Franzosen essen mittags meist nur noch eine Kleinigkeit, doch abends umso üppiger. Sonntags allerdings fällt das Mittagessen häufig unfänglicher aus. Die traditionelle französische Speisefolge umfasst mindestens drei Gänge, doch in den meisten Restaurants kann man heutzutage auch statt eines ganzen Menüs einzelne Gänge ordern. Für kleine Stärkungen geht man in eine Bar oder eine Brasserie.

Kaffee trinkt man nach dem Essen oder im Vorübergehen in einer **Bar** – dort gibt es auch Wein, Bier, Limonaden und diverse Aperitifs, vor allem die aus Anis hergestellten (Pernot, Picard, Pastis, Anisette). Eine herrliche Erfrischung an heißen Tagen ist *Citron pressé*, frisch gepresster Zitronensaft, der nach Belieben mit Wasser und Eiswürfeln (*Glaçons*) verdünnt wird.

Essenszeiten: Mittags von 12 bis 14 Uhr, Abendessen gibt es selten vor 19 und noch seltener nach 21 Uhr. Im Restaurant lässt man sich den Tisch vom Ober zuweisen. Die Rechnung (*l'Addition*) enthält bereits das Trinkgeld (*Pourboire*), doch ist eine weitere Zugabe von 5–10% der Rechnungssumme üblich.

■ Feiertage

1. Januar (Neujahr/*Nouvel An*), Ostermontag (*Lundi de Pâques*), 1. Mai (Tag der



Reiseführer *plus*

CÔTE D'AZUR

350 Sehenswürdigkeiten

Alle Highlights der Côte d'Azur von
Marseille bis Menton – mit Gorges
du Verdon und Monaco

38 Top Tipps

Mit den Top Tipps des ADAC erleben
Sie die schönsten und ursprünglichsten
Seiten der Côte d'Azur

Umfangreiches Kartenmaterial

Optimale Orientierung dank
Maxi-Faltkarte und
zahlreicher Detailkarten



www.adac.de/reisefuehrer

ISBN 978-3-95689-292-9

12,99 EUR (D); 13,40 EUR (A)



9 783956 892929