

Road trip dans les Dolomites

Tout proche de la Suisse et de l'Autriche, le Sud-Tyrol italien déroule des paysages à couper le souffle. De quoi recharger ses batteries entre lacs d'altitude et alpages.

PAR PASCALE DESCLOS. PHOTOS CHRISTIAN GOUPI.

Atterrissage à Venise et cap en voiture (2h 30 de route) sur les Dolomites... Nous aurions pu passer par Innsbruck, en Autriche, à peine plus loin (2h 50), mais nous aurions manqué la vallée de la Rienza (Rienz), qui déploie son tapis vert côtelé sur une trentaine de kilomètres. Nous voilà au Sud-Tyrol, dans ce coin des Alpes encore méconnu des Français, dénommé Trentin-Haut-Adige. Ici, la montagne est aussi belle que du côté autrichien, mais on parle avec les mains, on cuisine à l'huile d'olive et les noms des villages se déclinent en deux langues : Brunico (Bruneck), Dobbiaco (Toblach), San Candido (Innichen)... Depuis la fin de la Première Guerre mondiale, cette région des Alpes est officiellement italienne.

Rustique ou chic, accueil à la ferme

Avant de partir, nous avons réservé nos escales à la ferme

sur le site d'agritourisme Gallo Rosso (gallorosso.it), par exemple chez Maria Mayrhofer, à Untersteinhof, sur les hauteurs de Villabassa (Niederdorf), à partir de 68 € la double en B&B. Dans ce chalet rustique aux murs lambrissés de pin et aux grandes baies vitrées, on se régale le matin du fameux speck fumé aux herbes, de fromage blanc aux fruits rouges, d'œufs, de beurre et de yaourts maison... aux premières loges pour piquer une tête dans l'étang. D'autres adresses jouent la carte chic, comme le B&B Niedermairhof, aménagé dans une ancienne ferme du village de Teodone (Dietenheim), à partir de 184 € la double en B&B (nmhof.it). Beaux parquets, portraits d'ancêtres, poufs en feutre coloré... ici, la tradition fait bon ménage avec le design. Et l'on est à deux pas de la cité médiévale de Brunico, aux ruelles bordées de demeures pastel. On s'offrira une de ses tables gastronomiques, comme le délicieux B. Local.



Comme dans un dessin d'enfant, des hameaux perdus se nichent sur les flancs verdoyants parcourus de petites routes en lacets (ici, la vallée de Riva, 4). Des clochers émergent des prairies en fleurs (l'église Saint-Jacques, à Nessano, 5) et les sommets des « montagnes roses » se mirent dans le miroir des lacs comme celui de Landro (1) au pied du massif de Tre Cime. Depuis la guerre de 1914-1918, le Sud-Tyrol est officiellement en Italie, mais reste autrichien dans l'âme. Cela se lit aussi dans l'assiette, entre schnaps, ces eaux-de-vie de fruits servies à la ferme Unterstein, et knödel (appelées également canederli), ces boulettes au speck, un fameux jambon italien (2 et 3)...

Après l'effort... un spritz des alpages!

A 25 km, au village de Riva di Tures (Rein in Taufers), démarre le superbe sentier de Valle Aurina (Ahrntal). Grasses prairies, vaches aux cloches tintantes, grands sapins verts, tapis de rhododendrons... le chemin musarde le long d'un frais torrent. Une bonne heure de marche et l'on arrive au chalet d'alpage Knuttenalm. Il n'y a plus qu'à se poser sur la terrasse au soleil pour savourer un spritz des alpages (prosecco et jus d'airelles) avec des boulettes au speck ou une crêpe brisée saupoudrée de sucre et nappée de confiture d'airelles (knuttenalm.it). Autre balade depuis Dobbiaco : filer à pied jusqu'à la jolie église baroque de Santa Maria pour suivre le chemin de croix dans la forêt jusqu'à la chapelle voisine. On peut même pique-niquer avec le panier gastronomique du chef étoilé Chris Oberhammer (65 € pour 2 pers., à réserver au Tilia sur tilia.bz). Pour des nourritures plus culturelles, on vise Valdaora (Olang) pour sauter dans le téléphérique vers Plan de Coronas (Kronplatz). Sur ce plateau perché à 2275 mètres, la vue est époustouflante et, en prime, on découvre le Lumen, un musée consacré à la photographie de montagne (17 € par adulte). Posé sur pilotis, ce bâtiment spectaculaire de verre et de béton possède un œil géant percé dans la façade qui s'ouvre et se ferme comme un diaphragme d'appareil photo.





Y ALLER

De Venise, empruntez l'autoroute A27 jusqu'à Dobbiaco (Toblach), à deux heures trente de route. Vol Paris-Venise, à partir de 120 € AR, avec Easyjet (easyjet.com). Test PCR ou antigénique de moins de 72 heures obligatoire à l'arrivée. Infos sur suedtirool.info/fr.

Cap sur les Tre Cime

Mais l'incontournable de la région, c'est le parc naturel des Drei Zinnen (en autrichien). Ces trois cimes emblématiques se découvrent à l'aube au départ du parking du refuge d'Auronzo. Là commence le sentier en boucle des trois refuges, Antonio-Locatelli, Pian di Cengia (Büllelejoch) et Lavaredo : six heures de marche (672 m de dénivelé) à aborder en solo ou avec un guide (voir sur suedtirool.info). Le programme : admirer les Tre Cime côté pile puis côté face, lacs, marmottes, alpages, et voir se lever la brume qui enveloppe de mystère le cirque minéral. « Durant la Grande Guerre, ces crêtes formaient la ligne de front entre l'Autriche et l'Italie. Elles ont été le théâtre de combats acharnés », nous explique la jeune guide Alice Monegato. Grüss Gott! Buona Giornata! C'est dans les deux langues que les randonneurs matinaux se saluent sur les chemins pentus des Dolomites... qui doivent leur nom au naturaliste français Déodat Gratet de Dolomieu (1750-1801), le premier à avoir étudié ce massif corallien sorti du fond des mers il y a vingt millions d'années. Deux heures plus tard, le soleil illumine les Tre Cime : au centre du groupe s'élève la Cima Grande (Grosse Zinne), à 2999 m, épaulée par la Cima Ovest (Westlichen Zinne), à 2973 m, et la Cima Piccola (Kleinen Zinne), à 2857 m. Fichés sur leur socle de pierre, tels des menhirs sculptés par des géants, les trois monolithes s'élançant vers le ciel devenu bleu.



8



Du plateau du refuge Pian di Cengia (7), on admire les parois lisses et les à-pics des Tre Cime (6)... Un vertige que l'on retrouve au Lumen (8), un musée imaginé par un alpiniste italien de légende, Reinhold Messner, le premier à avoir réalisé l'ascension de l'Everest sans apport d'oxygène en 1978.

UNE CURE DÉTOX

Au village de Villabassa (Niederhof), on peut s'offrir une cure « Alpine Détox » : un bain de forêt dans la cathédrale de mélèzes (25 € par pers. la séance de trois heures, sur frontierwellbeing.eu) et parcours thermal sur les bords de la rivière Rienza (entrée à 3,50 €) avec marche dans l'eau froide (entre 8 et 12 °C) et sur tapis de sable, de tourbe, de copeaux de bois ou de galets. Ça picote sacrément, mais l'exercice est réputé souverain pour éliminer les toxines et détendre les muscles ! Plus d'infos sur tre-cime.info/it/villabassa.html.