



Manchmal reicht ein einziger Atemzug. Salz liegt in der Luft, ein Hauch von Algen, dazu dieses besondere Licht, das den Atlantik silbrig schimmern lässt. Wer hier ankommt, merkt schnell: Die Vendée spricht nicht laut. Sie flüstert. Und genau deshalb hört man besser zu.

Zwischen Ozean und Bocage, zwischen Salzgärten und Marktplätzen, zwischen Spitzenküche und Dorffest entfaltet sich eine Region, die Genuss nicht erklärt, sondern lebt. Kein großes Theater. Keine Pose. Sondern ehrliche Produkte, Menschen mit Erde an den Händen und Köche, die lieber zuhören als reden.

Und ganz ehrlich – wann hat Essen zuletzt wirklich berührt?

Wo der Atlantik den Takt vorgibt

Die Küste der Vendée zieht sich über rund 250 Kilometer. Mal sanft und weit, mal rau und zerklüftet. Endlose Sandstrände gehen über in Dünen, kleine Buchten und Häfen, in denen die Zeit manchmal stehen bleibt. Dazwischen liegen Orte wie **Noirmoutier**, **Île d'Yeu** oder **Les Sables-d'Olonne**, die sich ihren eigenen Rhythmus bewahrt haben.

Hier bestimmt das Meer den Alltag. Ebbe und Flut geben vor, wann Austern geerntet, Netze eingeholt oder Boote repariert werden. Dieses Tempo überträgt sich – fast unbemerkt – auf alles andere. Auch auf die Küche.

Ein Fischer in einem kleinen Hafen nahe Saint-Gilles-Croix-de-Vie sagt schmunzelnd: „Der Fisch weiß nicht, dass er heute Abend auf einem Sternsteller landet.“ Ein Satz wie eine kleine Lebensphilosophie.

Wenn das Meer auf dem Teller landet

In der Vendée betrachtet man den Ozean nicht nur – man schmeckt ihn. Austern, die noch nach Seetang duften. Sardinen, die knusprig vom Grill kommen. Queller, salzig und frisch, direkt aus den Salzgärten. Das sind keine Inszenierungen, das ist Alltag.

Auf den Märkten herrscht früh am Morgen ein leises Stimmengewirr. Körbe klappern, Messer



schaben über Holz, jemand lacht. Die Produkte erzählen Geschichten – von der Nacht auf See, vom Wetter, vom Boden. Restaurants wie Élise, Poissons & Braise auf Noirmoutier arbeiten bewusst mit dem, was gerade da ist. Heute so, morgen anders. Wer hier nach festen Karten fragt, versteht das Prinzip nicht ganz.

Auf der **Île d'Yeu** feiert man diese Nähe zum Produkt besonders intensiv. Bei der Fête de la Morgate sitzen Einheimische und Besucher an langen Tischen, teilen ein traditionelles Tintenfischragout, trinken Wein, diskutieren über das richtige Garen. Kulinarik als Gemeinschaft – klingt simpel, wirkt aber tief.

Sterneküche mit salzigen Fingern

Die Vendée gehört längst zu den spannendsten Gourmetregionen Frankreichs. Ein Drei-Sterne-Restaurant und sieben Häuser mit einem Michelin-Stern prägen die kulinarische Landkarte. Doch statt Distanz und Samthandschuhen dominiert Bodenhaftung.

Allen voran **Alexandre Couillon** mit seinem Restaurant **La Marine** auf Noirmoutier. Drei Sterne, ja – aber vor allem eine kompromisslose Nähe zur Landschaft. Muscheln aus der Umgebung, Gemüse aus dem eigenen Garten, Fisch aus bekannten Netzen. Seine Küche wirkt klar, fast puristisch. Kein Schnickschnack. Dafür maximale Tiefe.

Couillon sagt einmal sinngemäß, er kochte keine Rezepte, sondern Orte. Und genau das schmeckt man.

Weitere prägende Persönlichkeiten stehen ihm zur Seite:

Simon Bessonnet in Mareuil-sur-Lay, Nathan Cretney in La Roche-sur-Yon, Boris Harispe in Les Sables-d'Olonne, Jean-Marc Pérochon in Brétignolles-sur-Mer, Nicolas Coutand in Brem-sur-Mer und Xavier Giraudet in Montaigu. Unterschiedliche Handschriften, gemeinsame Haltung.

Die Teller erzählen von Innovation, ohne die Wurzeln zu vergessen. Modern, ja – aber nie abgehoben. Warum auch?



Vom Feld direkt in den Topf

Abseits der Küste öffnet sich eine andere Vendée. Grüne Bocage-Landschaften, kleine Wege, Hecken, die den Wind brechen. Hier arbeiten Bauern, Gärtner und Produzenten, die ihre Produkte nicht erklären müssen.

In Betrieben wie der Ferme du Marais Girard oder der Ferme d'Émilie entstehen Lebensmittel mit Charakter. Weiße Bohnen, die langsam wachsen. Cidre, der Zeit bekommt. Gemüse, das nicht geschniegelt aussieht – aber nach Sommer schmeckt.

Man sitzt dort manchmal auf einer umgedrehten Holzkiste, kostet frisch geerntete Karotten und denkt: So simpel. Und so gut. Muss Genuss eigentlich immer kompliziert sein?

Zwischen Kochtopf und Kunsthhandwerk

In der Vendée verschränken sich Kulinarik, Handwerk und Kunst auf natürliche Weise. Ein besonders schönes Beispiel liefert die Zusammenarbeit zwischen dem MOF-Koch **Benjamin Patissier** und der MOF-Floristin **Isabelle Brethomé**.

Im Kräutergarten ihres Restaurants wachsen essbare und dekorative Pflanzen nebeneinander. Farben, Düfte, Texturen – alles fließt zusammen. Kochen wird hier zum Dialog mit der Natur. Und ja, manchmal auch zum kleinen Staunen.

Ein Besucher murmelt beim Rundgang: „Eigentlich ist das hier wie ein Gemälde, nur dass man es essen darf.“ Treffender lässt es sich kaum sagen.

Genuss als Lebensart

In der Vendée gilt Genuss nicht als Luxus. Er gehört zum Alltag. Ob bei einem Bootsausflug, auf dem Markt, bei einem Dorffest oder an der Sterntafel – überall wird geteilt, erzählt, probiert. Mit Respekt vor der Natur und Liebe zum Handwerk.

Vielleicht liegt genau darin die Kraft dieser Region. Sie will nichts beweisen. Sie lädt ein. Und



bleibt im Gedächtnis – leise, aber hartnäckig.

Man reist ab, der Koffer riecht noch ein wenig nach Meer. Und irgendwo zwischen Autobahn und Alltag stellt sich die Frage: Wann komme ich zurück?

Ein Landstrich mit vielen Gesichtern

Die Vendée ist ein französisches Département an der Atlantikküste, benannt nach dem gleichnamigen Fluss. Mit rund 6.720 Quadratkilometern ist sie mehr als doppelt so groß wie das Saarland. Etwa 671.000 Menschen leben hier. Die Hauptstadt **La Roche-sur-Yon** zählt rund 53.000 Einwohner.

Die Region gehört zu den sonnigsten Frankreichs. 250 Kilometer Küstenlinie, davon 140 Kilometer Sandstrände. Zwei Inseln, 18 Seebäder, acht Yachthäfen. Mehr als 500 Feste und Veranstaltungen pro Jahr. Die berühmte Segelregatta **Vendée Globe** startet hier. Über 1.800 Kilometer Radwege laden zum Entdecken ein.

Dazu kommen mehr als 300 touristische Attraktionen – vom Naturpark bis zum spektakulären Themenpark **Puy du Fou**, der jährlich über zwei Millionen Gäste anzieht.

Die Hauptsaison reicht von April bis Oktober. 36 Millionen Übernachtungen sprechen für sich. Von Frankfurt aus liegen etwa 1.000 Kilometer zwischen Alltag und Atlantik. Autobahnen, Bahnverbindungen nach La Roche-sur-Yon oder Les Sables-d'Olonne sowie Flüge nach Nantes oder La Rochelle sorgen für gute Erreichbarkeit.

Informationen für Entdecker

Allgemeine touristische Informationen bietet **Vendée Tourisme**, 33 rue de l'Atlantique, CS 80206, F-85005 La Roche-sur-Yon Cedex. Weitere Details unter www.en-vendee.com.

Man verlässt die Vendée nicht mit einer Checkliste. Sondern mit einem Gefühl. Einem leichten Salzfilm auf der Haut, Erinnerungen an Gespräche am Markttresen, an Fisch, der



nach Meer schmeckte, und an Abende, die länger dauerten als geplant.

Ist das nicht genau die Art von Luxus, die wirklich zählt?

Ein Artikel von M. Legrand