

WELTREISE **UNTERFRANKEN**

Die bayerische Region in Daten und Fakten

DIE REGION

Unterfranken ist zwar offiziell der Nordwestzipfel Bayerns, doch viele Franken grämt es bis heute, dass ihre Heimat durch Napoleon unter **bayerische Herrschaft** gelangte. Die Region grenzt an Hessen, Thüringen und Baden-Württemberg, ist von München aber weiter entfernt als manche österreichische Alpenstadt – und babbelt einen Dialekt, der in Altbayern fremd klingt: Im Unterfränkischen zum Beispiel wird das „p“ wie „b“ ausgesprochen und das „t“ wie „d“; aus „Portemonnaie“ wird also „Boddmaneh“, sofern man nicht gleich von „Geldbeidl“ spricht.

Geografisch wird die Region durch den Main (im Dialekt: Mee) zusammengehalten. Er fließt vorbei an Schweinfurt und Würzburg bis nach Aschaffenburg, wo er Unterfranken Richtung Frankfurt verlässt. Die Gegend entlang des Flusses ist eine der trockensten und sonnigsten in Deutschland. Was ideal für Weinbau ist: Unterfranken ist Bayerns nördlichstes bedeutendes **Weinbaugebiet**. Seine Winzer füllen traditionell in Bocksbeutel ab, bauchige Flaschen, deren Form gesetzlich geschützt ist (Foto). Den Geist der Region spürt man besonders auf lokalen Weinfesten, die in Mainorten wie Volkach, Iphofen oder Sommerhausen gefeiert werden. Diese Genussskultur lässt sich auch gut per Rad entdecken: Unterfranken verfügt über ein dichtes Netz an Radwegen, das Land ist flach, und alle paar Kilometer wartet eine Heckenwirtschaft oder kleine Brauerei. Wer dem Main flussabwärts folgt, erreicht schließlich **Miltenberg**, eine mittelalterliche Stadt mit dem „Gasthaus zum Riesen“, Deutschlands ältester Fürstenherberge aus dem zwölften Jahrhundert.

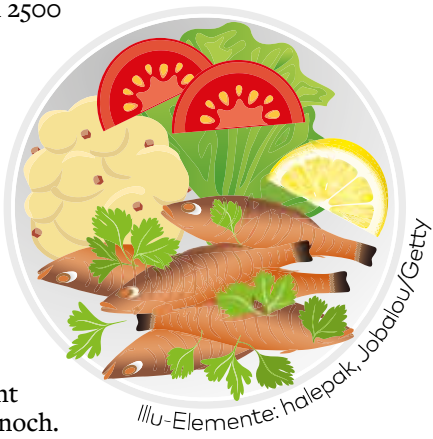


KARL-JOSEF HILDENBRAND/DPA/PICTURE ALLIANCE

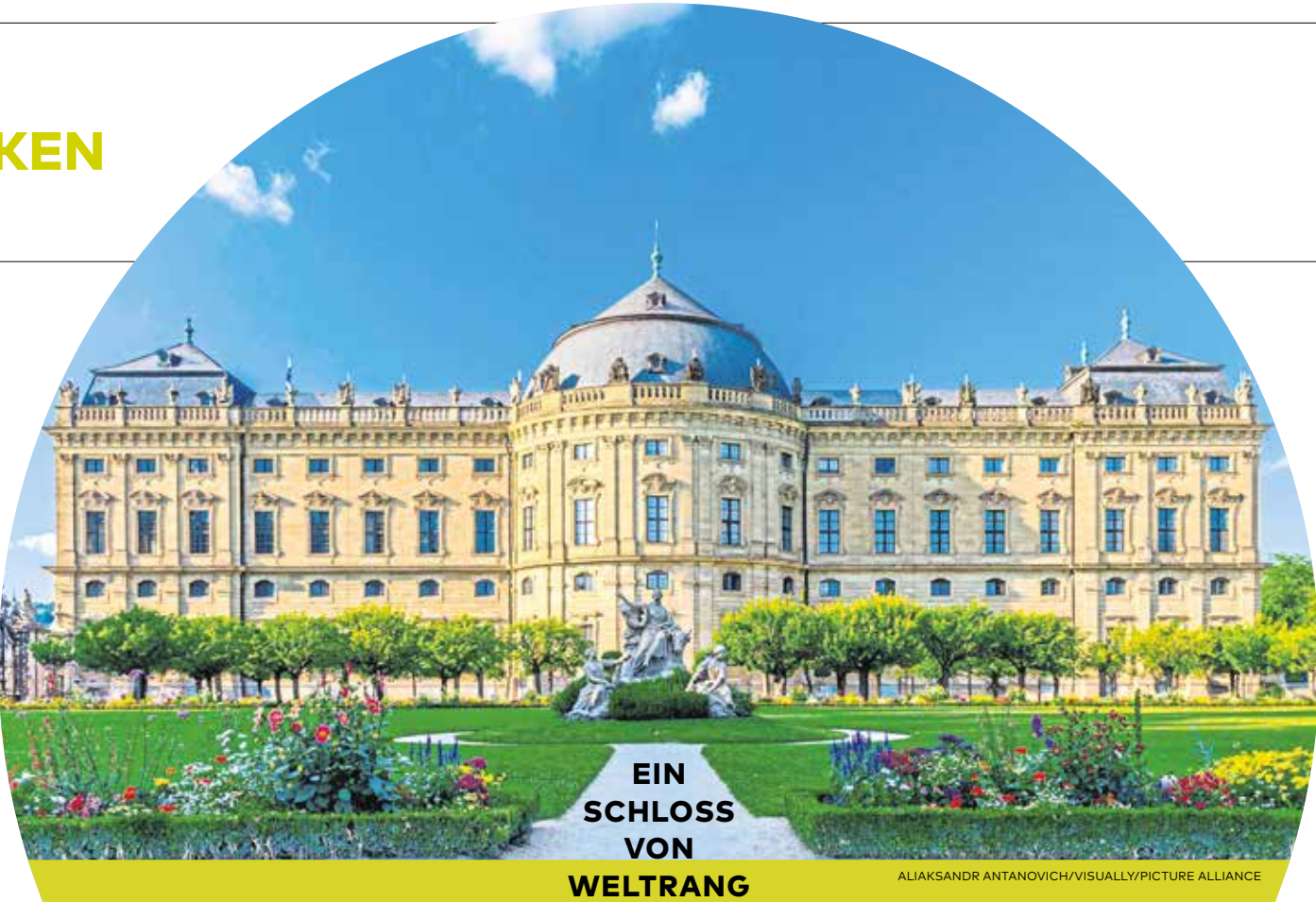
KLASSIKER
AUS DEM FLUSS

Wer in Unterfranken unterwegs ist, sollte sie unbedingt probieren: die **Meefischli**. Hinter dem Namen verbergen sich kleine, silbrig schimmernde Fische aus dem Main, auf Hochdeutsch „Mainfischlein“ – meist sind es Lauben, Rotfedern oder Rotaugen. Sie werden ausgezogen und geschuppt und anschließend im Ganzen inklusive Kopf und Schwanz zubereitet: mit Zitronensaft beträufelt, gewürzt, in feinen Semmelbröseln gewälzt und anschließend in heißem Fett goldbraun ausgebacken. Gegessen werden sie frisch und noch warm, meist mit Brot oder Kartoffelsalat. Der Franke sagt, die „Meefischli“ müssten dreimal schwimmen: zuerst im Main, dann im Fett und schließlich in fränkischem Wein oder Bier.

Traditionell dürfen die Fische nicht größer sein als der kleine Finger der Statue des Heiligen Kilian auf der Alten Mainbrücke in Würzburg – was in der Praxis acht bis zwölf Zentimeter bedeutet. Saison haben die Mainfischlein in den Monaten ohne „r“, also von Mai bis August. Gefangen werden sie von wenigen **Berufsfischern** oder Hobbyanglern. Allerdings sind die Bestände im Main in den vergangenen Jahrzehnten stark zurückgegangen, vor allem wegen des Kormorans. Rund 2500 dieser Vögel leben in Unterfranken und jeder frisst täglich rund 500 Gramm Fisch – so gehen rund 200 Tonnen pro Saison dem menschlichen Gaumen verloren. Probieren kann man sie aber noch: Auf den Speisekarten vieler Gasthäuser steht die lokale Spezialität noch.



Illu-Elemente: halebak, Joblou/Getty



EIN
SCHLOSS
VON
WELTRANG

ALIASKANDR ANTANOVICH/VISSUALLY/PICTURE ALLIANCE

Dank Degen, Hofintrigen und barocker Pracht wurde Würzburg zu Paris: 2010 verwandelte Regisseur Paul W. S. Anderson die **Würzburger Residenz** für „Die drei Musketiere“ in den Louvre. Orlando Bloom und Mads Mikkelsen streiften durch Säle, die einst fränkischen Fürstbischöfen gehörten. 1981, lange bevor Hollywood hier drehte, erklärte die Unesco die Residenz zum Weltkulturerbe – als eines der geschlossensten und außergewöhnlichsten Barockschlösser Europas. Im Zentrum steht das monumentale Treppenhaus von **Balthasar Neumann**. Es ist so kühn konstruiert, dass Zeitgenossen auf seinen Einsturz wetteten – und zum Glück verloren. Selbst 1945, als britische Bomben große Teile der Residenz zerstörten, hielt das Gewölbe stand. Darüber spannt sich ein Werk der Superlative: Giovanni Battista Tiepolo malte 1752 ein Deckenfresko von 677 Quadratmetern – das größte seiner Art.

49° 50' 35" N, 9° 54' 7" O

Diese Koordinaten führen exakt zum **Mittelpunkt der Europäischen Union** – auf einem Rapsfeld nahe dem 80-Seelen-Dorf Gadheim in Unterfranken. Dort liegt er seit dem 1. Februar 2020, dem Tag, an dem Großbritannien die EU verließ und sich der Mittelpunkt um rund 70 Kilometer nach Südosten verschob. Zuvor trug Westergund bei Aschaffenburg diesen Titel – ebenfalls in Unterfranken. Markiert ist der Mittelpunkt heute mit einem Findling, drei Fahnen und einer Bank. Wer will, kann den Ausflug mit einem Abstecher nach **Veitshöchheim** verbinden. Dort liegt einer der schönsten und besterhaltenen Rokokogärten Deutschlands. Die Anlage wurde im 17. Jahrhundert begonnen und unter Fürstbischof Adam Friedrich von Seinsheim vollendet – als Sommerresidenz und Rückzugsort, um dem Hofbetrieb zu entfliehen. Hecken, Rondells und nahezu 300 Sandsteinskulpturen prägen die weitläufige Gartenanlage. Besonders im Sommer entfaltet der Rokokogarten seine romantische Wirkung – mit blühenden Beeten, historischen Laubengängen und weitem Blick auf Schloss Veitshöchheim. Von Würzburg aus erreicht man die Anlage entspannt in 45 Minuten per Schiff.

KUR BAD KISSINGEN

Im Norden Unterfrankens liegt Bad Kissingen – ein Weltbad mit **sieben mineralreichen Heilquellen**. Seit 2021 gehört Bad Kissingen als Teil der „Great Spa Towns of Europe“ zum Unesco-Welterbe. Wer heute die imposante Wandelhalle betritt, taucht in eine uralte Kurtradition ein: Zwischen kupfernen Leitungen schenken Brunnenfrauen Heilwasser aus (Foto) und beraten Gäste individuell, welches Wasser zu welchen Beschwerden passt – je nach Quelle unterscheiden sich Mineralgehalt, Temperatur und Kohlensäure. Das Heilwasser gilt offiziell als Arzneimittel und unterliegt strengen Richtlinien. Getrunken wird es nach festem Ritual: morgens vor dem Frühstück, langsam und beim Spaziergang durch die Wandelhalle. Ergänzt wird die traditionelle Kur durch moderne Wellness-Angebote.



GEORG BERGALAWY STOCK-PHOTO

ZUSAMMENGESTELLT VON JOSIE RATH

DALLAS IST MEIN
ZWEITES ZUHAUSE,
ABER HIER IST MEIN
ERSTES ZUHAUSE

Mit diesen Worten beschrieb **Dirk Nowitzki** 2024 seine Rückkehr nach Würzburg, wo er mit seiner Stiftung und den Dallas Mavericks zwei Basketballplätze an eine Grundschule übergab. Der gebürtige Würzburger wechselte mit 20 Jahren zu den Mavericks, wurde als erster Europäer zum wertvollsten Spieler der amerikanischen Basketball-Liga gekürt und trug bei den Olympischen Spielen 2008 die deutsche Fahne ins Stadion. Es folgte die Aufnahme in die Basketball Hall of Fame. Seiner Heimatstadt blieb er stets verbunden – sein ehemaliges Gymnasium ziert seit 2019 ein 6 x 14 Meter großes Porträt.



DHL GROUP

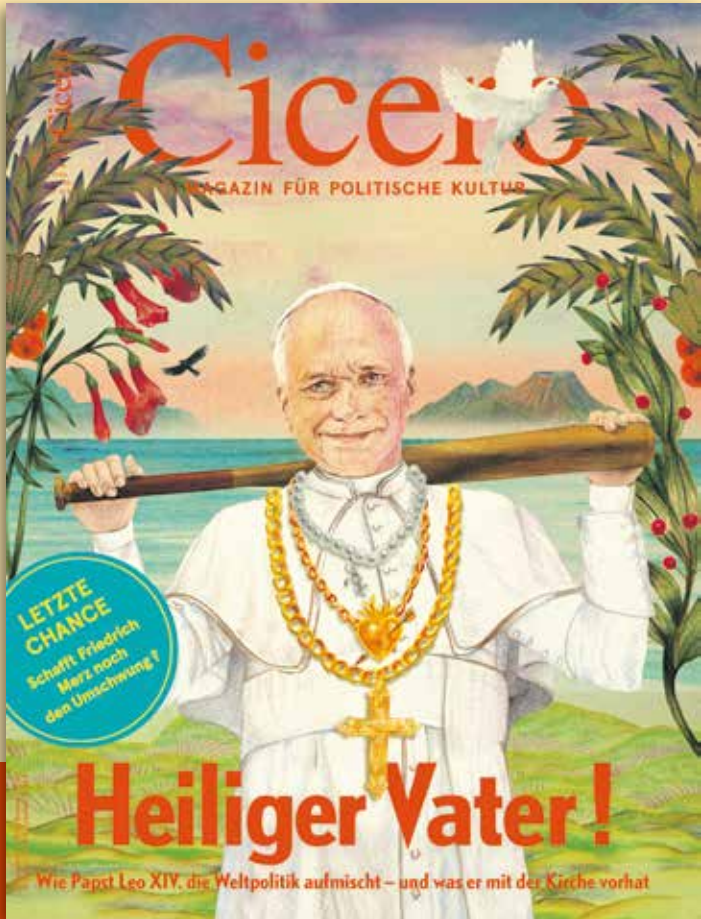
HIMMLISCHE ADRESSE

Wenn Kinder Post an das Christkind schicken, landet viel davon in Himmelstadt. In dem unterfränkischen Ort öffnet jedes Jahr zum 1. Advent ein **Weihnachtspostamt**. Bis zu 80.000 Briefe treffen hier alljährlich ein, aus Deutschland und mehr als 130 Ländern. Viele Kinder erzählen dem Christkind von ihren Sorgen oder davon, worauf sie sich an

Weihnachten besonders freuen. Damit jedes Kind eine Antwort erhält, unterstützen zahlreiche Ehrenamtliche das Christkind. Sie lesen und beantworten jeden Brief – in mehreren Sprachen. Wer seinen Brief rechtzeitig (spätestens bis zum 17. Dezember) abschickt, bekommt Post zurück. Adresse: An das Christkind, 97267 Himmelstadt.

ANZEIGE

CICERO.DE



Jetzt im Handel!
Cicero Ausgabe 6/26:

Leo XIV.

Seit einem Jahr ist der Amerikaner Robert Prevost der neue Papst. Donald Trump hat sich das Oberhaupt der katholischen Kirche zum Gegner erkoren. Es geht bei dem Streit auch um die Deutungshoheit über die Gegenwart.

Jetzt im Handel oder hier bestellen:
shop.cicero.de/cicero-06-2026

SCANNEN UND
BESTELLEN:



Cicero
MAGAZIN FÜR POLITISCHE KULTUR