

Goldene Stille im Herbst:

Warum „Ruska“ in Taivalkoski ein Naturerlebnis für alle Sinne ist

Taivalkoski 15.07.2024 - Wenn sich die endlosen Kiefer- und Birkenwälder in Finnisch Lapland im September und Oktober in ein schier endloses Feuerwerk aus Gold, Orange und Rot verwandeln, beginnt die Ruska-Zeit. Dieses kurze, aber intensive Naturphänomen zieht Wanderer, Fotografen, Outdoorfans und Feinschmecker gleichermaßen in die Region am Polarkreis. [Taivalkoski](#), eine Feriengemeinde im Herzen von Finnisch Lapland, bietet zur Ruska-Saison ideale Voraussetzungen für eine herbstliche Auszeit voller Farben, Frische und finnischer Lebensart.

Farbspektakel der Natur erleben

Ruska ist mehr als Herbstlaub. In [Taivalkoski](#) leuchtet die gesamte Natur von den Baumkronen bis zum Waldboden: Birken an Ufern von Flüssen und Seen glühen in warmen Goldtönen, in den Kiefernwäldern bilden Moose und Heidekräuter ein farblich korrespondierendes Teppichmuster. Besonders eindrucksvoll ist der [Nappaskenkä-Rundwanderweg](#), der auf einer Länge von gut acht Kilometern durch Flusslandschaften, lichte Wälder und sanft geschwungene Hügel führt. Der Name bedeutet im lokalen Dialekt „Kleiderschuhe“ – eine augenzwinkernde Anspielung auf die einfache Begehrbarkeit dieses Wegs. Alle Wanderwege der Region bieten in der Ruska-Zeit besondere Aussichten auf die weite, einzigartige Polarlandschaft – ideal für entspannte Tageswanderungen oder ausgedehnte Touren mit Übernachtung in Schutzhütten.

Wild-Food: Naturgenuss mit allen Sinnen

Superfood to go! Blau soweit das Auge reicht: Während der Ruska-Zeit brauchen sich Wanderer in Taivalkoski vor ihrer Tour durch die Wälder keine Gedanken zu machen, ob sie wohl genügend Proviant eingepackt haben. Dann sind die Molte-, Preisel- und Blaubeeren reif und sorgen für fruchtig-frisches Catering am Wegesrand. Im weichen Moos des Waldbodens, zwischen Tannennadeln und gelben Birkenblätter verstecken sich unzählige Pfifferlinge – auch die dürfen dank finnischem Jedermannsrecht frei gepflückt werden. Was sich mit Beeren, selbstgefangenem Fisch und anderen Gaben der Natur alles am offenen Feuer zubereiten lässt, wie Rentier-Suppe schmeckt und welche Kräuter besondere Wirkung zeigen, kann man besonders authentisch im urigen Restaurant der [Saija Lodge](#), einem charmanten Blockhaus direkt am See erleben: Seit mehr als 20 Jahren wird hier nach dem Prinzip "aus der Natur auf den Teller" gekocht. Täglich wechselnde Menüs mit lokalen Spezialitäten wie Felchen oder Maräne, Wildkräutern und hausgemachtem Brot machen jeden Besuch zum Geschmackserlebnis.

Großmutter Irenes köstlicher Blaubeer-Käsekuchen

Wohin mit den vielen Blaubeeren, die man zuvor gesammelt hat? Da haben die Finnen natürlich jede Menge kreative Ideen, um sie kulinarisch bestmöglich „in Szene zu setzen“. Großmutter Irene aus Taivalkoski empfiehlt Blaubeer-Käsekuchen. Das Rezept, das auch schon ihre Oma kannte und eigentlich geheimhalt wollte, verrät sie nun:

Zutaten:

Für den Boden:

- 150 g weiche Butter
- 130 g Zucker
- 2 Eier
- 90 g Weizenmehl (Typ 405 oder 550)
- 90 g Weizenvollkornmehl (oder einfach mehr vom einfachen Weizenmehl verwenden, falls nicht vorhanden oder es durch Dinkelmehl ersetzen)
- 2 Teelöffel Backpulver

Für die Käsefüllung:

- 200 g Quark - mit Zitronengeschmack, Vanille oder ohne
- 300 g Heidelbeeren (frisch oder gefroren)
- 1 Esslöffel Kartoffel- oder Maisstärke - nur bei Verwendung von gefrorenen Beeren
- 1 Ei
- 1 Teelöffel Vanillezucker (oder ½ Teelöffel Vanilleextrakt + 1 Teelöffel normaler Zucker)

Zubereitung:

1. Die Butter in einer Rührschüssel leicht schmelzen oder weich werden lassen. Zucker und Eier zugeben und glattrühren. In einer zweiten Schüssel Mehl und Backpulver vermischen. Die trockene Mischung mit den feuchten Zutaten verrühren, bis ein glatter Teig entsteht.
2. Eine 26 cm große Springform einfetten und den Teig mit bemehlten Fingern vorsichtig in den Boden und einen ca. 2cm hohen Rand drücken.
3. Bei Verwendung von gefrorenen Blaubeeren, diese zunächst in der Speisestärke schwenken, um die Feuchtigkeit aufzunehmen. Die Beeren gleichmäßig auf dem Boden verteilen.
4. Quark, Ei und Vanillezucker (oder Extrakt + Zucker) verrühren und diese Mischung über die Beeren geben.
5. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C (Ober-/Unterhitze) etwa 30 Minuten backen, bis der Teig in der Mitte goldgelb und fest ist.

6. Vor dem Servieren leicht abkühlen lassen und mit Vanilleeis oder Vanillesoße servieren.

Bushcraft & Naturhandwerk: Lernen von der Wildnis

Die klare Herbstluft, die Ruhe der Natur und die Fülle der Ressourcen machen Ruska zur idealen Zeit, um auch außergewöhnliche Outdoor-Abenteuer in der einsamen Wildnis am Polarkreis zu erleben. In Taivalkoski bieten lokale Anbieter wie [Taigavire](#) Einführungskurse in **Bushcraft** an: Feuer machen ohne Streichhölzer, Wasser filtern, essbare Pflanzen erkennen oder kleine Werkzeuge herstellen. Die Kurse sind ideal für Familien oder Gruppen und verbinden Naturwissen mit echtem Outdoorerlebnis.

Wandern & Kanu: Aktiver Herbstgenuss

Die frische Herbstluft macht Lust auf Bewegung: Ob beim Flachwandern über gut markierte Wege oder beim Paddeln auf einem spiegelglatten See – [Taivalkoski](#) bietet die perfekte Kulisse. Besonders lohnenswert ist eine kombinierte Zwei-Tages-Tour: Am ersten Tag wandert man über die Route **Taivalkoski-Atsinki-Pahkakuru**, übernachtet im Unterstand am Fluss und kehrt am zweiten Tag über den **Taivalkoski-Syöte-Weg** zurück. Bei der Fülle an Seen und Teichen, wie sie rund um Taivalkoski zu finden ist, stellt sich oft die Frage, wie komme ich schnell auf die andere Seite, ohne große Umwege zu machen. Die Antwort: ganz einfach mit dem SUP! In Taivalkoski kann man sich Brett und Paddel vielerorts leihen und dann z.B. auf dem **Jokijärvi-See** Inselhüpfen ausprobieren.

Historisch einkaufen: Finnlands ältester Supermarkt – und legendäre Donuts

Ein ganz besonderes Highlight wartet im Ortszentrum von Taivalkoski: Der älteste noch betriebene Supermarkt Finnlands befindet sich in Taivalkoski. **Der Jalava-Laden**, seit 1888 geöffnet, bietet nicht nur regionale Produkte, sondern auch einen authentischen Einblick in die finnische Handels- und Alltagskultur. Einst wurden dort Waren mit zaristischen Rubeln und einem Abakus abgerechnet – heute kommen Besucher aus ganz Europa, um in den historischen Räumen einzukaufen.

Gerade im Herbst lohnt sich ein Besuch: Neben lokalen Lebensmitteln, Waldbeerenmarmelade, getrockneten Pilzen und Wildkräuter-Tees lockt das Café des Geschäfts mit zwei Spezialitäten, die inzwischen Kultstatus haben: den **handgemachten Krapfen nach Geheimrezept** und den **traditionellen Buttermilchkuchen**, dessen Rezept aus den 1930er-Jahren stammt. Viele Besucher planen ihren Aufenthalt rund um die Backzeiten – oder landen sogar mit dem Hubschrauber, um sich einen der begehrten Donuts zu sichern. Eine köstliche Begegnung mit der Geschichte Taivalkoskis.

Service & Info Zur Ruska-Zeit gibt es in Taivalkoski zahlreiche [Outdoor-Angebote](#) für Mountainbiker, Wanderfreunde, darüber hinaus Bushcraft-Workshops und kulinarische

Angebote. Inspiration und Informationen liefert die Website:
<https://www.visittaivalkoski.com/de>

Über Taivalkoski

[Taivalkoski](#), 800 Kilometer nördlich von Helsinki in der unberührten Wildnis Nordfinnlands gelegen, ist ein beschauliches Reiseziel für Naturliebhaber und Outdoorfreunde, die Ruhe, Weite und authentische Naturerlebnisse suchen. Die Gemeinde ist flächenmäßig etwa so groß wie das Saarland, hat aber nur 3618 Einwohner. Fernab von Menschenmassen und Lärm lädt Taivalkoski dazu ein, Ruhe und Entschleunigung inmitten stiller Natur zu finden. Umgeben von ausgedehnten Wäldern, klaren Flüssen und sanften Hügeln bietet die Region das ganze Jahr über Möglichkeiten für Outdoor-Aktivitäten wie Wandern, Kanufahren, Fischen oder Langlauf.