

Dove trascorrere **le feste**? A Mantova tra torte, tortelli e la mostra di **Nuvolari**  
★ In safari e nelle città del Sud Africa, alla vigilia dei Mondiali di calcio ★ Con il treno più alto d'Europa a **Interlaken**, in Svizzera ★ In crociera nel **Mediterraneo**

# VIAGGI

GENTE

QUANDO, DOVE, COME, PERCHÉ



## MARE

★ LE SPIAGGE, I SOUK, I RESORT IN **TUNISIA**. BOTTEGHE E ARTISTI IN **LIGURIA**

## CITTA'

★ **BROOKLYN** LA NUOVA NEW YORK. **CADICE**, LA STELLA ANDALUSA

## CAMPAGNA

★ TRA MARE, STORIA E SAPORI: IL **CILENTO**. IL VERDE OLTRE MILANO: LA **BRIANZA**

## MONTAGNA

★ **TUTTO SCI** STAZIONI, HOTEL, PACCHETTI. **QUEYRAS** SULLE PISTE DELLE ALPI FRANCESI

## NATURA

★ **FIAMMETTA CICOGNA**, LA STARLETTE CHE SOGNA L'AFRICA. **POLLINO**, L'ARTE NEL PARCO

Le nostre 27 proposte

## SPECIALE NEVE

A ciascuno la sua pista,  
il dopo sci, il posto giusto

6/09

Anno XXXI - N. 6 - Dicembre 2009  
Bimestrale - Hachette Rusconi S.p.A.  
Gente + Gente Viaggi - Italia Euro 2,00 Poste  
Italiane S.p.A. - Sped. in A.P.  
D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004  
n°46) Art. 1, Comma 1, DCB Milano

ANTEPRIMA METE 2010 TUTTI I POSTI MIGLIORI DEL BRASILE DA SCOPRIRE NELL'ANNO CHE ARRIVA



UN TURISMO SOSTENIBILE

# CILENTO

PARCO TRA TERRA E MARE



1

## PESCANDO ALICI ALL'ANTICA

*Un rito a cui partecipa tutto il paese di Pisciotta*

A Pisciotta, in primavera, si pratica la pesca delle alici con un'antichissima tecnica, la menaica (o menaide), dal nome della rete utilizzata, a maglie strette. Nella menaica, calata alla deriva, restano impigliate per la testa, a una a una, soltanto le alici più grandi; quando la rete viene recuperata i pescatori le staccano togliendo la testa. Questa operazione favorisce il dissanguamento delle alici, le cui carni risultano più delicate, senza retrogusto di acidità e si conservano più a lungo. Portate a terra all'alba, le alici vengono messe sotto sale per tre mesi, quindi si vendono a partire da settembre-ottobre. Alla pesca partecipa tutto il paese: gli uomini in mare con sette imbarcazioni, le donne a terra pronte per la pulizia e la salagione. Nel processo non si utilizza nemmeno il ghiaccio, per non bloccare il sangue all'interno del pesce. «La pesca con la menaica è laboriosa e le rese sono piuttosto basse, per questo è stata abbandonata nel Mediterraneo - ci dice Vittorio Rambaldo, uno dei pescatori di Pisciotta - però la qualità delle nostre è superiore. Qui a Pisciotta è una tradizione che non abbiamo voluto abbandonare». Scelta lungimirante, perché, riconosciute da Slow Food come «presidio», cioè un prodotto tipico da tutelare, le alici di menaica si vendono a €60 al chilo, prezzo che permette ai pescatori un'equa remunerazione.



3



4

## SUL METRÒ DEL MARE

*Prossima fermata, Capo Palinuro*

Le montagne li dividevano e il mare non li collegava. Ora i borghi marinari del Cilento sono per numero e qualità tra i migliori approdi del Mediterraneo, ed è facile arrivarci. Su 70 miglia marine ben 11 porti garantiscono isole ecologiche, bandiere blu, collegamenti con l'entroterra e dal mare. Così, alternando, secondo i gusti e le stagioni, sentieri, autobus, barche a noleggio e i traghetti del Metrò del mare, i borghi sono facilmente raggiungibili e diventano mete o base di partenza per esplorare il Parco del Cilento. Qualche idea? Sull'acqua ci si ferma per un tuffo alla Riserva marina di Punta L'icosa o si arriva fino alle grotte di Capo Palinuro e alle spiagge di pini dopo Pisciotta e Marina di Camerota. Da terra, la Torre normanna duecentesca e la chiesa dell'Annunciata chiamano i naviganti ad Aciglioli, per una sosta tra moli rossi di bouganville, vecchie vie di muri a secco e roseti, caffè all'ombra dei fichi, una grigliata di pesce da Boccaccio (tel. 0974.904646). Se invece si approda a Casal Velino, si va alle rovine di Velia con il bus, oppure si fa pesca-turismo, si fanno acquisti di olio degli ulivi pisciottani, si assaggiano scarola e melanzane imbottite all'Agriturismo Moresani (tel. 0974.902086). D'estate ci si muove con il Metrò del mare ([www.metrodelmare.com](http://www.metrodelmare.com)) e con il servizio di autobus City Sightseeing.

Isaia Pedemonte



6



2



5



7

# L

a località da cui parte il nostro itinerario nel Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano si chiama Morigerati. In tempi di crisi questo capriccio toponomastico può suonare come un invito alla sobrietà e alla temperanza... In realtà, anche se l'etimologia rimanda a ginestre (*muriké*, in greco) o ad alture (*murgia*, in latino), a Morigerati, primo paese-albergo del Parco nazionale, si può trascorrere una settimana in mezza pensione con 210 euro (anche d'estate) alloggiando nelle case del borgo come nei casali di campagna. Si tratta di un progetto-pilota di turismo sostenibile per far conoscere le zone interne del Parco nazionale del Cilento ([www.cilentoediano.it](http://www.cilentoediano.it)), l'arca più meridionale e incontaminata della Campania, un centinaio di piccoli Comuni sparsi tra boschi e montagne nell'entroterra costiero che va da Paestum a Marina di Camerota. Una zona ricca di sorprese.

Dalla costa del golfo di Policastro, quasi al confine con la Basilicata, si sale verso l'interno per una ventina di chilometri. Morigerati è un piccolo borgo arroccato su una collina che ha conservato intatto il centro storico cresciuto attorno al trecentesco palazzo Baronale o Castello, tra le stradine acciottolate di un'architettura spontanea.

Da qui le possibilità di escursioni sono le più varie: la Certosa di Padula, le grotte di Castelcivita, la valle delle orchidee di Sassano, il monte Cervati, l'arca archeologica di Velia, per scendere al mare sulla costa degli Infreschi, tra Marina di Camerota e Scario, da poco diventata Area marina protetta (come il litorale di Punta Licosa, un po' più a nord).

Ai piedi di Morigerati il fiume Bussento riemerge dalle viscere della terra in una spettacolare grotta e riprende a scorrere in un canyon di rocce calcaree che da millenni si lasciano plasmare da questo bizzarro fiume. È uno dei fenomeni carsici più imponenti e affascinanti del Sud Italia. Il Bussento si inabissa in una grotta-inghiottitoio alta 25 metri a Caselle in Pittari, sei chilometri a monte, per riaffiorare sotto l'abitato di Morigerati in una selva di stalattiti tra le quali si può penetrare per alcune decine di metri. Dalle viscere della

## GROTTE, CASCATE E CHIESE

(1) La Certosa di San Lorenzo a Padula. (2) Il porticciolo di Acciaroli con, sullo sfondo, la torre di avvistamento normanna e la chiesa del XII secolo dedicata alla Santissima Annunziata; la frazione è nota per aver ospitato Hemingway. (3) L'ingresso della grotta di Porto Infreschi. (4) La salatura delle alici. (5) e (7) Uno scorcio delle gole dove scorre il Bussento, fiume lungo 37 chilometri. (6) Il tempio di Cerere, in realtà dedicato ad Athena, del VI secolo a.C., a Paestum.

terra l'acqua del fiume riaffiora così fresca da creare un micro-clima quasi alpino: la grotta è stata utilizzata fino a pochi decenni fa come cantina per i salumi e, nel corso dei secoli, ha rappresentato un importante crocevia per scambi e commerci.

Il fiume continua a scorrere per due chilometri in un canyon verdissimo tra rapide, cascatelle e pozze dove fare il bagno in un ambiente ricco di biodiversità e per que-



sto protetto come oasi del Wwf. Alla grotta si può scendere lungo una facile scalinata dalla frazione di Sicili, con sosta a un mulino ad acqua del '700, oppure con la nuova monorotaia che trasporta i passeggeri su carrellini da Morigerati. In paese si visita un museo etnografico nato grazie a due sorelle, Clorinda e Modestina Florenzano, che dagli anni Sessanta, quando nel Cilento si svuotavano le cantine e ci si disfava di tutto ciò che era «vecchio», recuperavano oggetti di uso comune, attrezzi, tessuti che oggi costituiscono il nucleo del museo e la memoria storica della comunità. Clorinda vive ancora nel Castello di Morigerati, dove offre ospitalità così come faceva negli anni Ottanta, quando organizzava cene memorabili per chi, dalla costa, era attratto da questo piccolo mondo senza modernità.

Fenomeni carsici simili al Bussento si possono osservare anche nel nord del Parco nazionale del Cilento. La Grava del Vesalo, alle pendici del monte Cavallo, è un insieme di inghiottitoi e foibe in un bosco di faggi. Qui scorre il fiume Calore, il cui corso è un susseguirsi di gole spettacolari, alcune facilmente visibili vicino ai borghi di Laurino, Magliano Nuovo e Felitto, altre da guadagnare dopo lunghe passeggiate. Lungo il fiume si può praticare canoismo dall'area attrezzata del Remolino, nel Comune di Felitto, da cui si diramano vari sentieri di trekking. Qui l'associazione Visit Cilento organizza gite in canoa, escursioni con guide ambientali a Roscigno Vecchia, suggestivo paese-fantasma, passeggiate sugli sci sulle tracce dei lupi fino al rifugio sul monte Cervati (1596 metri), soggiorni e weekend (info: tel. 338.44881237, vienna.c@tiscali.it). Ogni paese qui ha i suoi prodotti d'eccellenza: Gioi è famosa per la sua soppressata, Cicerale per i ceci, la piana del Sele, dominata dai templi dorici di Paestum, per la mozzarella di bufala. Qui, a pochi minuti dall'area archeologica, c'è l'unico caseificio italiano che la produce biologica. L'azienda Vannulo - la trovate facilmente sulla superstrada a Capaccio, [www.vannulo.it](http://www.vannulo.it), tel. 0828.727894 - è l'eldorado della mozzarella. Andateci nella prima parte della mattinata: oltre ad assistere alla mozzatura a mano della pasta filata, potete acquistarla nello spaccio dove viene venduta contingentata (non più di 5 kg a cliente). Con il gustoso, più grasso e superproteico latte di bufala vengono prodotti anche inimitabili yogurt, budini e gelati in vendita al bar.

Si possono osservare dal belvedere sulla tecnologica stalla dotata di mungitrice automatica. «Con queste macchine le bufale vanno a farsi mungere autonomamente, guidate dal proprio istinto, sentite dal proprietario dell'azienda -», siccome sono animali più selvatici rispetto alle mucche soffrono di più l'interazione con l'uomo. Con il nuovo sistema di mungitura abbiamo notato che, riacquistando la libertà, le bufale hanno riacquisito il senso del branco: adesso,

#### RESORT TRA ARCHEOLOGIA E SHOPPING

Qui a sinistra, una terrazza de Il Cannito, il resort più esclusivo del Cilento tra Capaccio e Paestum. Sopra, oggetti e borse in pelle di bufala in vendita all'azienda Vannulo. In alto, uno degli affreschi che decorano la tomba del Tuffatore, rinvenuta nel 1968 a Paestum, unico esempio di pittura di età greca (480 a.C.) della Magna Grecia.



## Per saperne di più

**In auto:** autostrada Salerno-Reggio Calabria, uscita Battipaglia per chi proviene da nord, Lagonegro per chi proviene da sud. Il Cilento è attraversato dalla SS 18.

**In aereo:** Air Dolomiti (gruppo Lufthansa) collega tutti i giorni Milano Malpensa all'aeroporto di Salerno a partire da €79 a tratta (tutto incluso). Prenotazioni: tel. 045.2886140. [WWW.AIRDOLOMITI.IT](http://WWW.AIRDOLOMITI.IT)

**Informazioni:** Parco nazionale del Cilento e Vallo di Diano, piazza S. Caterina 8, Vallo della Lucania (Salerno), tel. 0974.719911. [WWW.CILENTOEDIANO.IT](http://WWW.CILENTOEDIANO.IT)



se per qualche motivo dobbiamo avvicinarle, le bufale vanno subito a cercare protezione dal toro. Credo che la tecnologia possa servire a ricreare uno stato di natura che negli allevamenti intensivi si è perso».

Le bufale, libere di muoversi e pure farsi grattare da spazzoloni gialli disseminati nella stalla, producono anche di più. L'alimentazione degli animali prevede una razione di 25 kg giornalieri di erba fresca che contribuisce a dare sapore al latte, mentre alle malattie si provvede con rimedi omeopatici. In questa wonderland della mozzarella c'è pure una pelletteria che vende oggetti e borse in pelle di bufala, e alcune stanze di grande charme ricavate negli edifici padronali (tariffe a richiesta).

Non ve ne andate senza aver chiesto qualche dritta su come si serve e si abbina la mozzarella di bufala. Ecco le cinque regole d'oro di Vannulo: 1) non mettetela in frigorifero, ma lasciatela nel suo liquido; 2) mangiatela il giorno dopo la produzione, è addirittura più buona; 3) preferite i tagli più grandi: meglio l'avversana da mezzo kg che i coreografici ma meno saporiti bocconcini; 4) non conditela: la mozzarella migliore risulta dolce e gommosa, se sentite il bisogno di aggiungere sale significa che non è saporita; 5) abbinatela allo Champagne, con le bollicine è tutt'altra cosa.

— DANIELA PASSERI



### ANCHE LA BUFALA È BIOLOGICA

Qui a sinistra, le bufale da latte dell'azienda Vannulo si fanno grattare dagli spazzoloni gialli disseminati nella stalla. Sopra, un momento della produzione della mozzarella in questo caseificio, a tutto biologico. In alto, Antonio Palmieri, titolare della ditta, insieme ai figli; qui si possono acquistare anche ottimi yogurt, budini e gelati.

I SUGGERIMENTI UTILI

# Per dormire e mangiare

Alberghi diffusi, camere con vista, agriturismo, resort esclusivi dove soggiornare per ammirare canyon, parchi marini, borghi suggestivi, siti archeologici straordinari. Gustando la cucina del territorio

## VEDERE



Morigerati è un borgo circondato da una natura incantevole. Una passeggiata consente di scendere alla grotta (si può visitare in parte) dove il fiume Bussento crea uno spettacolare canyon, tra antichi mulini e una gran varietà di specie vegetali. L'area è un'oasi protetta del Wwf di 600 ettari. Per risalire c'è una comoda monorotaia.

## DORMIRE

Morigerati è il primo paese-albergo del Parco del Cilento: si può scegliere fra trenta strutture nel centro storico, bed&breakfast, agriturismo in campagna. Prezzi da €210 per settimana a persona in mezza pensione (www.morigerati.net, tel. 320.7461613).



## MANGIARE

Si può cenare nel ristorante del palazzo Baronale (piazza Piano La Porta, tel. 340.7461613), con la cucina delle donne di casa, o spostarsi a Caselle in Pittari da Zi Filomena (viale Roma 13, tel. 0974.968024), famoso per gli antipasti di verdure, la pasta, la cacciagione, i salumi. A Vibonati, c'è la Taverna Portosalvo (c.so Italia 77, tel. 0973.365474); piatti di mare.

MORIGERATI

PADULA



La Certosa di Padula (o di San Lorenzo) è aperta dalle 9 alle 20, tutti i giorni, tranne il martedì, tel. 0975.778549. Da vedere anche il borgo di Padula con la casa-museo del più famoso dei suoi cittadini, il poliziotto newyorkese Joe Petrosino, protagonista della lotta alla mafia (via J. Petrosino 6, tel. 0975.5081009, www.joepetrosino.org).

Stanze con vista sulla Certosa al Grand Hotel Certosa (viale Certosa 41, Padula, tel. 0975.77046, www.certosa.it, doppia da €74) con ristorante, giardino e piscina. Chi preferisce la campagna, a 4 km, trova l'agriturismo Fattoria Alvaneta (contrada Alvaneta, tel. 0975.77139, www.fattoriaalvaneta.it, camera doppia da €50).



Nel centro di Padula alla Taverna del Lupo (largo Municipio 8, tel. 0975.778376, prezzo: €25,

chiuso domenica sera e lunedì) la cucina è quella contadina (ottime polpette di pane raffermo al sugo).

FELITTO



L'area delle gole del Calore è un'oasi protetta che si può visitare a piedi o in kayak partendo dall'area attrezzata del Remolino (tel. 0828.945647). Nei dintorni ci sono le Grotte di Castelvita (tel. 0828.975524, www.grottedicastelvita.it).



All'agriturismo Villa Veà (Bellosguardo, www.agriturismovillauea.it, tel. 0828.965347, doppia €56) camere curate e buon ristorante. Nell'albergo diffuso Locanda dell'Angelo (Valle dell'Angelo, tel. 0974.942008, www.cilentanaprodotti.it, da €20 al giorno a persona), varie

All'osteria La Piazzetta a Valle dell'Angelo (piazza Canonico Iannuzzi 2, tel. 0974.942008, sempre aperto, da €25) cucina casereccia con i prodotti del territorio. Tra i formaggi, i caciocavalli podolici. Per un pasto veloce nell'area del Remolino c'è la trattoria Remolino (tel. 0828.945360) con

S. MARIA DI CASTELLABATE



Un paese da cui partire per Punta Licoso, area marina protetta, un promontorio da scoprire solo a piedi. Oppure per avventurarsi tra le stradine che salgono a borghi suggestivi come Vatolla, dove il filosofo Giovan Battista Vico abitò per una decina d'anni nel castello De Vargas, oggi restaurato, sede della biblioteca del Parco nazionale del Cilento.

Giacaranda (località Cenito, San Marco di Castellabate, tel. 0974.966130, doppia da €120) offre un ambiente intimo e raffinato. A pochi minuti dal mare, poche stanze immerse in un giardino curato, dominato da una giacaranda.



In un borgo marinaro non poteva mancare La taverna del pescatore (via Lamia 31, Santa Maria di Castellabate, tel. 0974.968293, chiuso il lunedì, sempre aperto d'estate, prezzi: sui €30). Provate la zuppetta di ceci di Cicerale con sugo di scorfano e cozze, i fusilli cilentani con sugo di tonno e patate, i totani ripieni con cicoria e provola. Buona la carta dei vini.

PAESTUM



La spettacolare area archeologica di Paestum con i tre templi dorici, il Museo archeologico nazionale (orario: 8.30-18.45, chiuso 1° e 3° lunedì del mese), senza tralasciare la chiesa paleocristiana della Santissima Annunziata, a pochi passi dal museo. Merita una visita anche il Museo narrante di Hera Argiva (orari: 9-16, chiuso lunedì).

Il resort più esclusivo del Cilento è il Cannito (via Cannito, Capaccio-Paestum, www.licannito.com, tel. 0828.1962277, doppia €187-330). Immerso nella macchia mediterranea, è composto da edifici in pietra recuperati nei quali sono state ricavate solo quattro stanze con terrazze-solarium. Impagabile il tramonto con Capri all'orizzonte.

Per il pranzo si può scegliere tra il Lido Athena (via Ponte di Ferro, Paestum, tel. 0828.851576, da €25) con menu di pesce o il Lido Mare e Mirtilli (via Linora, Capaccio, tel. 0828.721133, www.mareemirtilli.com, da €20) per la pizza a legna.

