

NYALAHOTEL NEWS

NUMERO SPECIALE Itinerari Eno-gastronomici - 1ª Edizione

Nyala Suite Hotel - Strada Solaro, 134 - 18038 Sanremo tel: 0184.667668 fax: 0184.666059
e-mail: nyala@sistel.it URL: http://www.nyalahotel.com

La via dell'Olio

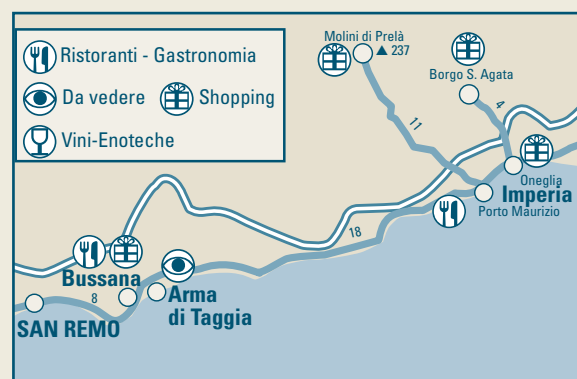
Bussana -Imperia: patria di olive

Partendo da Sanremo in direzione Imperia è quasi d'obbligo fermarsi a visitare **Bussana**, cittadina appena inerpicata nell'entroterra, ricostruita agli albori del Novecento sulle rovine della Bussana vecchia rasa al suolo dal terremoto del 1887. Oggi le sue viuzze e i suoi tratti di porticato sono animati da botteghe di artigiani e artisti. Fare compere è quasi un gioco da bambini. Il giovedì si svolge il mercato ortofrutticolo. Un buon ristorante è **Ai Torchi** (via a Mare 10, chiuso mercoledì) ambiente caratteristico cucina molto legata al territorio. Si possono gustare antipasti caldi, pasta fatta in casa, piatti a base di funghi, grigliate. Prezzi sulle 50-75 mila lire vini inclusi.

Arma è una frazione di **Taggia** ma soprattutto ne è la sua spiaggia, allo sbocco della ridotta pianura della Fiumara. Il suo nome deriva da una grotta sotto lo scoglio dell'Annunziata popolata nell'età della pietra mentre oggi è occupata in parte da una chiesetta e sovrastata da una torre a base quadrata risalente al 1565. Grazioso tutto il centro storico.

Dritti sino ad **Imperia** per una mattinata interamente dedicata all'ulivo e i suoi prodotti. Il percorso inizia al suggestivo **Museo dell'olivo** della ditta **Carli** (via Gareccio 11/13) che ha ricevuto il Premio Europeo Museo dell'Anno 1993 sotto il patrocinio del Consiglio d'Europa. Qui è possibile ricostruire e capire i sistemi di produzione "dell'oro giallo verde" dall'antica Roma ai nostri giorni. Acquisti oltre all'olio, tonno e profumeria naturale. La produzione artigianale cioè con spremitura a freddo può essere vista anche presso la ditta **Raineri** (via T. Schiva 69) mediante appuntamento telefonico. Con una guida

fornita dall'azienda si raggiunge in 15' di auto un antico frantoio del '500 a **Praiole sopra Molini di Prelà**. Possibilità di fare acquisti all'interno dello stabilimento imperiese al ritorno. Ancora su appuntamento si può visitare il **frantoio S. Agata** (via Scuole S. Agata 20) sia quello moderno alloggiato in un vecchio fabbricato e dalle mole tradizionali o quello vecchio che funzionava trascinato da una mula. Si acquista olio, patè, carciofini sott'olio e una linea di gastronomia di qualità medio alta. Per un pranzo o cena completo **La Lanterna Blu**, da Tonino (via Scarincio 32) a **Porto Maurizio**. Ambiente simpatico ed accogliente cucina mediterranea ricca di pesce. Alcuni piatti proposti: pappardelle alle alghe con gamberi, bottarega di pesce spada con fagioli bianchi di Conio (in inverno) o i fichi (in estate), rombo all'acqua pazza, moscardini con olive e rosmarino, mousse di cannella con frutta di stagione. Costo 80-130 mila lire. Stile diverso, al **Convivium** (via Vecchie Carceri 19): trattoria classica, ospitale, nel cuore della vecchia Porto Maurizio. Specialità: acciughe ripiene, farfalle verdi con i muscoli di mare, buridda (seppie e totani), torte di verdura. Aperto solo la sera, 40-50 mila lire vini inclusi.



Mangiare per conoscere, conoscere per mangiare

Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei. Le cucine regionali sono la chiave di lettura della storia degli uomini. L'alimentazione non è soltanto un atto obbligatorio per la sopravvivenza ma una lente d'ingrandimento e spesso un grimaldello per capire le evoluzioni culturali, politiche, economiche e sociali dei popoli e dei paesi. È vero che ciò che l'uomo mangia dipende dai frutti prodotti dalla terra e dagli scambi con altri uomini ma, come mangia cioè la gastronomia dipende dalla fantasia e dal buon gusto e dall'impegno. I piatti che si degustano oggi sono la sintesi di questo impegno e della ricerca perseverata nei secoli.

La cucina del Ponente Ligure è verde, profumata, costituita da ingredienti poveri sapientemente amalgamati. Ma è anche cucina magra quasi vegetariana con sapori strettamente legati all'olivo. Alcuni piatti come il cappon magro sono il compendio sontuoso dei prodotti della terra e del mare. La cucina ligure ha saputo coinvolgere anche le influenze orientali, spagnole e dell'Africa settentrionale, paesi con cui ha avuto lunghi periodi di contatto e di scambio. Troviamo un largo uso di verdure ed ortaggi che vanno ad infarcire torte salate, la cima, i minestrini e il magnifico pesto. La carne è quella bianca, pollo, coniglio, o della pastorizia cioè capre agnelli senza tralasciare il cinghiale e la raccolta delle lumache. Pinoli, noci, olive, funghi compaiono spesso così come hanno grande diffusione le frittelle, le focacce e le pizze. Poche volte troviamo il pesce nonostante la Liguria si affacci sul mare, e questo perché il Mar Ligure è povero di pesci di pregio. Prevale perciò il pesce azzurro -sardine e acciughe- e il nasello, il baccalà, lo stoccafisso. Nella pasta i ravioli assumono una posizione di rango seguiti da pansotti, trofie, trenette, gnocchi...

Una cucina in definitiva molto mediterranea, oggi rivalutata per essere capace di unire leggerezza con un pieno rotondo gusto.

Più che leggerla però sarebbe consigliabile sperimentarla di persona, perciò eccovi alcuni itinerari che soddisferanno gli occhi, il cuore e naturalmente il palato.

Il giardino dei Profumi

UNA VISITA CALDAMENTE consigliata è ai **Giardini Hanbury a La Mortola** (poco dopo Ventimiglia direzione Francia). Sorti nel 1867 per volere di Sir Thomas Hanbury abbagliato dalla bellezza di Capo Mortola, ricoprono 18 ettari di superficie e sono stati recentemente restaurati. Ospitano piante tropicali, subtropicali e una grande varietà di esemplari della macchia mediterranea. Il giardino Giapponese, la foresta Australiana, il Giardino dei Profumi, la collezione di rose sono fra le attrattive più belle del Ponente ligure. Aperti ogni giorno dalle 10 alle 18, d'inverno chiusi il mercoledì. Si può pranzare a costi contenuti all'interno del parco nel piccolo ristorante bar affacciato sul mare.

Altra sosta ai **Balzi Rossi (frazione Grimaldi)**, caverne scavate nelle rocce a picco sul mare abitate nell'età paleolitica. A fianco sorge il **Museo archeologico** dove sono conservati manufatti, tombe e il celebre Uomo di Cro-Magnon. Per pranzare o cenare il ristorante omonimo **Balzi Rossi** (frontiera san Ludovico), molto elegante, vista su Mentone, con cucina molto ricercata e curata. La prenotazione è



consigliata. Alcune specialità: coniglione all'astice, ravioli di coniglio, il pescato (pesce sfilettato su letto di carciofi), zuppa d'arancia meringata. Costo di un pasto 70-120 mila lire.

A **Ventimiglia** belle case medievali, la **Loggia del Parlamento**, la **cattedrale dell'Assunta** (epoca alto medievale), la **chiesa romanica di**

San Michele. Shopping papillari quelli di olio extravergine d'oliva direttamente dai produttori. Qualche indirizzo: **L'Auriveta** (via Rossi 7) che ha anche eccellente miele; **Frantoio Gaziello** (via San Secondo 14) dove troverete anche pesto, funghi, pomodori secchi. Sosta mangereccia a **Camporosso a Mare** (2 km da Ventimiglia direzione Sanremo) da **Gino** ambiente moderno con particolari rustici. Cucina tipica di mare, grande scelta di vini italiani e francesi, specialità la zuppetta di pesce, il pane e i dolci fatti in casa. Costo circa 75 mila lire, chiuso lunedì sera e martedì.

A **Bordighera** per togliersi uno sfizio si cena nel lussuoso **La Via Romana**, segnalato anche da autorevoli critici enogastronomici. Un menu degustazione 85 mila lire, vini inclusi. Piatti forti: carpaccio di pesce spada, insalata di polpo con fagioli di Pigna, tagliolini con scampi e fiori di zucca, pescato del giorno, friandises.



Valle Nervia: la gioia del palato

È CONSIGLIABILE FRAZIONARE LA VISITA in due giorni e per le attrattive paesaggistiche e per le tante dolci trappole per la gola disseminate lungo l'arco della Valle Nervia. Da Sanremo si va a **Camporosso** dove c'è il bivio per la Valle Nervia e si prosegue verso **Dolceacqua**, sorta fra le due rive del torrente. Già sede del marchesato dei Doria è conosciuta per il castello (xv sec.) che sovrasta l'abitato con torri e mura, il ponte, il borgo ben conservato. Terra di vino **Rossese** che si può degustare ed acquistare presso la cantina omonima, l'**Agriturismo Terre Bianche, da Mandino Cane** (fra i più conosciuti produttori del paese). E poi oggetti in legno d'ulivo realizzati, in tante botteghe artigianali, sotto gli occhi dei visitatori. Per la seconda colazione ci si può fermare da **Gastone** (piazza Garibaldi 2). Ricette della casa: tonno di coniglio con verdure, cavoli ripieni, insalata di stoccafisso e patate, la Fidelanza (maccheroncini con salsiccia funghi pomodoro olive), capra e fagioli, gubetti con salsa vaniglia, zabaione e pansarole. Prezzi da £ 35 mila. Proseguendo si può optare per **Isolabona** dove s'incrociano i ruderi quattrocenteschi della Cartiera dei Doria, opificio rinomato per i manufatti in lino e canapa, e un altro dei loro castelli datato XIII sec. dalla posizione strategica per il controllo della Valle Nervia e Merdanzo. Dal ponte si va incontro alla fontana ottagonale in pietra - anch'essa del '400 - mentre poco prima del ponte c'è la **Locanda degli Amici** conosciuta più comunemente come **Da Piombo**, vero paradiso per gli stoccafisso-amatori. Per altro genere di



buongustai **Da Bruno** (via Roma 32 bis) immerso nel verde, arredato con pietra legno e ferro battuto. Il palato si soddisfa con fiori di zucca ripieni, carne salata con fagioli e cipolle, fricassà d'agnello, pesce azzurro a zemin. Un menu degustazione costa sulle 40 mila lire.

Altra escursione ad **Apricale**, tipico borgo antico, dominato dal castello della Lucertola e disseminato di atelier di pittura su stoffa e ceramica. Famosi anche gli spettacoli estivi tenuti per le strade dalla compagnia teatrale della Tosse di Genova. Si cena a **La Capanna - da Bacì** che presenta un bel giardino panoramico. Specialità tagliolini ai funghi o al pesto, agnello, cinghiale, stoccafisso, zabaione. Proposte da 35 mila lire. Oppure a **La Favorita** (strada S. Pietro reg. Richelmo Pigna) con antipasti misti, gnocchi della nonna, lumache alla mentuccia, coniglio al rossese. Prezzi a partire da 45 mila lire.

Deviando leggermente da Apricale si sale a **Castelvittorio** definito il terrazzo della Val Nervia per la posizione di assoluta "padronanza" della valle. Paese dalle caratteristiche

tipiche medioevali, case con i portali di ardesia e figure scolpite in rilievo. Il 19 marzo si tiene la **Sagra del Tartun** specialità locale con le zucchine mentre in settembre c'è la sagra delle frittelle dolci cotte. Una sosta ristorativa al ristorante **Italia** (via Umberto I) con 20 antipasti, pappardelle al pesto, gnocchi al gorgonzola, carni di coniglio e capra. Prezzo sulle 45-50 mila lire. Nelle immediate vicinanze c'è **Pigna** con le sue terme e quindi dopo la purificazione una piacevole corporeità al ristorante **La Castellana** (reg. Argeleo 2). Ricette di verdure con peperoni, funghi, fiori di zucca e poi merluzzo e arrostiti. Prezzi da 50 mila lire.

Tornando sulla strada principale ci si dirige verso **Baiardo**, alto borgo medioevale, che conserva nel centro storico dei resti dei Druidi e le rovine (un po' tenebrose) della chiesa di S. Nicolò distrutta dal sisma del 1887. È possibile fare un'escursione alla Fontana Vecchia dove sgorgano sorgenti di acqua purissima, solforosa, impiegata per terapie medicinali. Si possono acquistare olio, vino, patè d'olive, pomodori secchi e soprattutto delle grandiose zucchine sott'olio da **Jolanda**.

Prima di tornare a Sanremo una fresca e ghiotta tappa a **Ceriana** paese del **gelato**, i suoi artigiani sono sparsi e conosciuti in tutto il mondo.

La via dei Misteri

Andar per streghe

Un tuffo nel fascino, a volte oscuro, delle magie e delle alchimie. La **Valle Argentina** con **Triora** e i **Molini di Triora** ne sono il cuore. Punto di partenza **Arma di Taggia** salendo verso le mete ultime segnalate, ci s'imbatte in **Badalucco**, paese a forte impronta olivicola con radici sprofondate nella preistoria come testimonia il ritrovamento della tana di Bertrand, grotta che ha restituito strumenti in osso, punte di frecce in selce, e corredi funerari. Da vedere il **Palazzo dei Boeri** con loggia del XVI sec. e la **Podesteria** una vecchia struttura con finestre a sesto acuto e uno sportello attraverso cui si distribuiva alle vittime della carestia, pane e brodo. Ma il paese è noto soprattutto per la **Sagra du stoccafissu batucogna**, raffinata e laboriosa ricetta a base di merluzzo. La tradizione rivela che gli abitanti della zona grazie alle scorte di stoccafisso riuscirono a resistere all'assedio dei Saraceni e a contrattaccare costringendoli poi alla fuga. Altro vanto locale è il fagiolo, usato per frittelle e in minestrone. Si cena a **Cà Mea** (strada Statale, km.13,8) locale ricavato nella cantina di un vecchio frantoio dalle volte in pietra. Piatti trovabili sempre, funghi in mille maniere, torte di verdura, gigot de mouton, e talvolta anche la bagna caoda. Costo 45 mila lire. Altra possibilità al **Canon d'Oro** (via Boeri 32) che ha come specialità lo stoccafisso, ravioli di magro, frittelle di fagioli, verdure ripiene. Prezzi sulle 40 mila lire.

Molini di Triora aveva un tempo 23 mulini intorno ai quali si formarono i primi insediamenti nell'800. Oggi è ancora celebre per la molitura delle farine ma anche per le lumache "impareggiabili" nella specie *ciui* secondo la guida Slow Food. A settembre vi è la sagra in suo onore. Si possono mangiare al ristorante **Santo Spirito** (via Roma 21) che propone anche ricette con fagioli, asparagi, cinghiale, funghi, formaggi di capra, sorbetto al latte di lumaca, e filtro delle streghe. Menù degustazione sulle 50 mila lire.

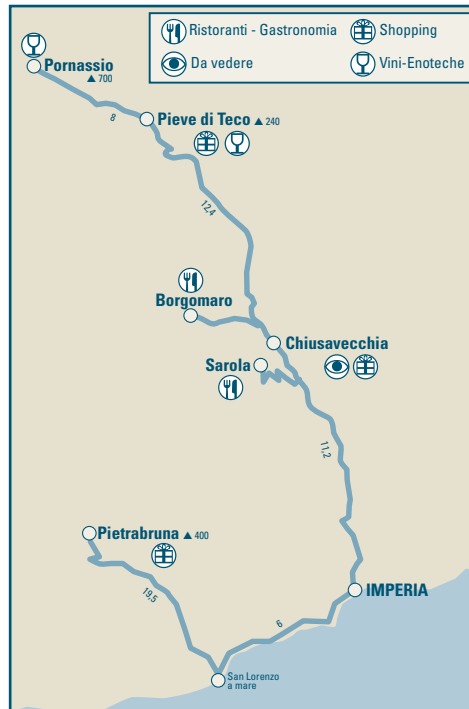
Infine eccoci a **Triora** il paese delle streghe. C'è un museo dedicato alle fattucchiere, quasi sempre donne affette da patologie del sistema nervoso, che per quattrocento anni dovettero subire il supplizio popolare e addebitarsi tutte le colpe delle sventure cittadine. Un lungo periodo di carestia sopraggiunto ad un periodo di benessere doveva trovare una motivazione e cosa di più facile allora che incolpare le streghe con le loro arti diaboliche? Così nel 1587 arrivarono valanghe di denunce anonime al parlamento cittadino e trenta donne della zona fecero da capro espiatorio.



Frizzante valle Arroscia

PUNTO DI PARTENZA **IMPERIA** obiettivo la **Valle Arroscia**. La temperatura diventa frizzante, il paesaggio d'un verde intenso e severo, si è in piena Comunità Montana dell'Olivio, famosa per l'olio extra vergine dell'oliva taggiasca. Scollinando si arriva a **Chiusavecchia** ove ha sede la ditta **Merano** (via Nazionale 6). In questa azienda vanno a braccetto l'antico ed il moderno: il frantoio è staccato di circa 2 km dall'impianto d'imbottigliamento, il fabbricato è quello d'un tempo ed è possibile vedere la macina con la ruota del mulino ad acqua. Curioso vedere il trasporto delle olive alle macine a mezzo di silos e tubi non essendo il fabbricato dell'antico mulino accessibile ai grossi autocarri. Il periodo di lavorazione va da Natale alla fine di febbraio, ma le visite sono possibili tutto l'anno previa prenotazione.

Il paese più tipico di questa valle che conduce al valico del colle di Nava e poi verso il Piemonte è **Pieve di Teco**, fin dall'antichità luogo di traffico.



Nella parte più vecchia negozi, boutique artigianali, e case si aprono sotto i portici. Visitabili le rovine del castello di Teco, il convento degli Agostiniani con il suo chiostro racchiuso da un portico a 24 pilastri ottagonali. Per lo shopping olio, vino bianco **Vermentino** (alle **cantine Lupi**), **lavanda**. La lavanda nei secoli passati ricopriva l'intera vallata, parte integrante del paesaggio e profumatissima caratteristica. La si può acquistare in mazzetti, secca e fresca, in olii ed essenze un po' ovunque qui. Segnaliamo sebbene non sulla strada il coltivatore **Papone Giacomo** (via Trieste 2) a **Pietrabruna**. Inerpandosi ancora si arriva a **Pornassio** famoso per il vino **Orneasco** e **Sciaccetra**, entrambi degustabili presso le cantine **Guglierame**.

Per soddisfare l'appetito le possibilità sono abbastanza numerose e di qualità più che discreta. Tre ristoranti segnaliamo ritornando verso Imperia. A **Borgomaro** due trattorie. **Le Logge** (p.zza San Giovanni 2 bis) ha menu tradizionale, familiare: ravioli alle erbe, trofie, torta bietola, pizze cotte in forno a legno alimentato ovviamente con legno d'ulivo. Prezzo 30-35 mila lire. **U Ruggiu** (via San Bernardo 2), cucina casalinga con zimin, paste e fagioli, pesche ripiene, panna cotta. In stagione lumache, agnello, stoccafisso, cacciagione. Costo sulle 30 mila lire.

A **Sarola** il ristorante **Ramoino** (via XX Settembre 65) preferito dai gitanti per un pasto alla ligure veloce e gustoso. Piatti tipici: cundium con gli aromi, pane fritto con olive, pesce azzurro in pastella, pizzalandrea, frittelle di cipolle. Prezzi tra le 23 e le 33 mila lire vino Vermentino o Pigato incluso.

NYALA news

NUMERO SPECIALE

ITINERARI
ENO-GASTRONOMICI
1ª EDIZIONE

bollettino informativo del
Nyala Suite Hotel
Strada Solaro, 134
18038 Sanremo (IM)

ITALIA

tel: 0184.667668

fax: 0184.666059

posta elettronica:

nyala@sistel.it

Internet:

http://www.nyalahotel.com

a cura di

Nyala Hotel Promotion

Via Amendola, 6

10121 Torino

fax: 011.5611330

Responsabile di
redazione:

Silvia Garbarino