

GOURMETGUIDE: SAN SEBASTIÁN

Resa



AFTONBLADET

Nr 5 2016 Pris: 35 kr, 2-29 juli

ITALIEN!

Amalfikustens hemliga pärlor

VI PROVFLYGER SAS NYA BUSINESS CLASS!

Lyxtåg i
INDIEN

LISTA:
Världens
bästa
shopping!

Cykelsemester i
BELGIEN

Bästa helgen i
DUBROVNIK

BRASILIEN

Full OS-laddning i Rio



Lyxig hälsoresa till

THAILAND



KRYSSNING

Vi testar nya rekordfartyget



60702



7 388132 903509



Amalfikustens hemligheter

Sorrento, Positano och Ravello är romantiska resmål söder om Neapel som lockar mängder av turister varje år. Men det finns värden även här som inte så många känner till. Följ med till Amalfikustens okända guldkorn och upptäck en av världens vackraste platser.

TEXT ASA JOHANSSON, FOTO MAX BELLA

Byn Cetara är
känd för den
antika traditionen
att producera
ansjovisextrakt.



N

an tappar nästan andan när man kommer fram till Amalfikusten. Mitt emellan himmel och hav tornar bergen upp sig, och de pastellfärgade byarna ser ut att klättra uppför sluttningarna. Lokalbefolkningen ler gärna och ofta, och på terrasserna lyser det gult av citroner.

– Alla på Amalfikusten har sitt eget recept på limoncello, men det är råvarorna som är viktigast. Vi plockar citronerna på morgonen och åker direkt hit och tar hand om dem, berättar Valentino Esposito och håller fram en näve nyplockade citroner som bevis.

Trots att han kommer från en gammal fiskarfamilj startade Valentino år 2000 företaget Il Gusto della Costa och började producera limoncello och marmelader.

– För en autentisk limoncello låter man citronskal ligga och dra i sprit i tre dagar, sedan späder man ut spriten med en sockerlag och buteljerar. Limoncello är bra för matsmältningen, säger Valentino övertygande medan han rör i en stor gryta fylld med citronskal och socker. Rummet doftar sött och välkomnande.

Valentinos limoncello produceras i den lilla byn Praiano. Namnet kommer från grekiskan och betyder öppet hav – och mycket riktigt är det från Praiano man ser de mest romantiska solnedgångarna på hela Amalfikusten. Från Praiano ser man även Capri, liksom ögruppen Li Galli som Rudolf Nurejev älskade. På andra sida bukten klättrar Positanos rosa- och vitskimrande hus uppför de branta klipporna.

STRESSFRI TILLVARO

Utanför Valentinos lilla laboratorium går SS163, Amalfikustens enda väg, som längs med havet binder samman de pastellfärgade byarna mellan Sorrento och Salerno. Men bilvägen till trots – man ska inte ha bråttom på Amalfikusten. Lyckligtvis är det näst intill omöjligt att stressa här. Redan efter någon timme har man kommit in i en rogivande lunk, där vardagen fylls av en hel del som gör gott i själen. God mat gjord på fantastiska råvaror. Ljumma kvällar med ett glas vin vid ett vackert torg. Utsikt över vykortslänkande vyer.





SKALBOLAG
Citronodlarna längs Amalfikusten arbetar i en av världens vackraste miljöer.



HÖGT ÖVER HAVET
Från tornen i den mysiga lilla byn Atrani har man en storslagen vy över Medelhavet.

– Man ska undvika de varma sommarmånaderna – bäst är att komma hit i april–maj eller september–oktober, säger Valentino medan han fortsätter att röra i sin citrongröta.

Under högsäsongen är SS163 fylld till bristningsgränsen av bussar, bilar och mopeder. Man kör fort och med stor tillit till livet längs de tvära kurvorna. På ena sidan vägen är det höga berg, på den andra branta stup som går rakt ner i havet. Ser man en cabriolet av äldre årgång är det mycket möjligt att det är en av Sergio Ciampas bilar.

– Låtsas bara att du är med i ett videospel så kommer allt att gå bra, skrattar Sergio medan han nonchalant glider runt ännu en kurva.

Sergio Ciampa har 15 olika veteranbilar som går att hyra. Mest stolt är han över sin röda "Giulia", en cabriolet Alfa Romeo från 1962.

– Mina bilar hyr man om man vill få uppmärksamhet, säger Sergio och ler.

Det krävs nog en röd cabriolet från 1960-talet för att någon ska kunna slita blicken från allt vackert som går att beundra längs den sex mil långa kusten. Villorna, citronodlingarna, kyrkornas bysantinska kupoler, det blå Medelhavet som sträcker sig bort mot horisonten – allt är nästan överväldigande.

De största och mest namnkunniga byarna längs Amalfikusten är Sorrento, Positano, Ravello och Amalfi. Området blev känt världen över på 1950- och 1960-talet då digniteter som Sophia Loren, Roberto Rossellini, Anna Magnani, Rudolf Nurejev samt Jackie och John F Kennedy valde Amalfikusten som lyxig semestertillflykt. Capri ligger en kort båtfärd bort, likaså ruinstaden Pompei. Sakta men säkert förstod de små fiskebyarna att turismen var områdets framtid och sadlade om. Äntligen kom en ny storhetstid för de små samhällena, som inte sett så glada dagar sedan 1000-talet, då Amalfi var en välmående sjörepublik.

Men de större byarna kan lätt kännas tränga och överbefolkade när de stora kryssningsfartygen lägger till i Sorrento och släpper av sina otaliga gäster. Turistfällor finns det gott om, och det är tidsödande att ta sig från en by till en annan. Men lyckligtvis finns det fler byar än de stora kända namnen.

FISKEBYN CETARA

Cetara är antagligen en av de minst kända byarna på Amalfikusten, och lever vid sidan av turismen fortfarande på fiske. Tidigare handlade det mest om tonfisk från den djupa Salernobukten, men i dag är det ansjovis och ansjovisextrakt som står i fokus. Det sistnämnda är en antik tradition som fått nytt liv, tack vare att många italienska mästarkockar gärna höjer Cetaras ansjovisextrakt till skyarna.

– Under 1600-talet gav fiskarna varje dag en »

SNABBKOLL: AMALFIKUSTEN

Land: Italien.

Språk: Italienska.

Tidsskillnad: Nej.

Valuta: 1 EUR ≈ 9,30 SEK.

Visum: Nej.

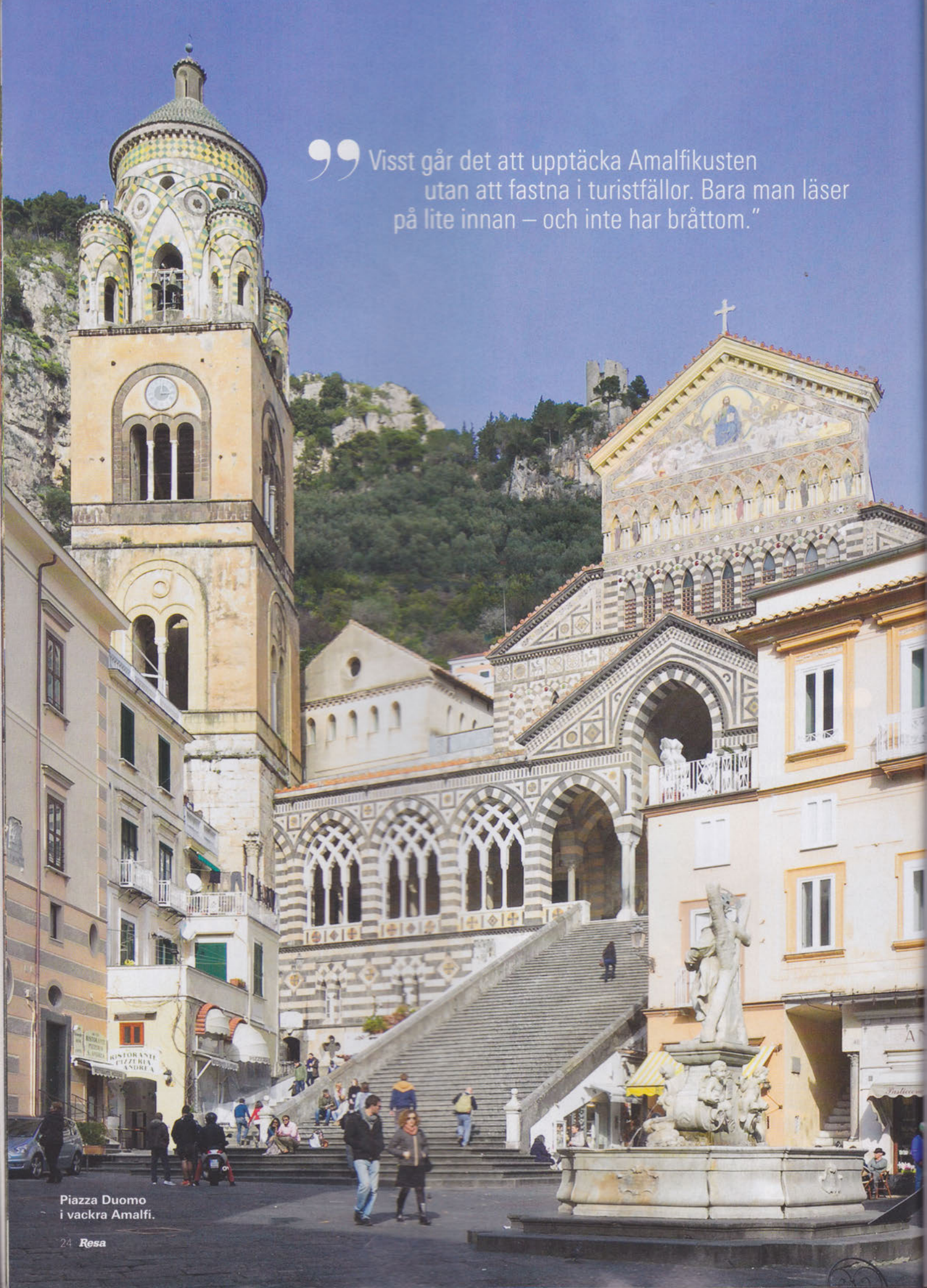
Italia.it



” Man kör med stor tillit till livet längs de tvära kurvorna. På ena sidan vägen är det höga berg, på den andra branta stup.”



” Visst går det att upptäcka Amalfikusten utan att fastna i turistfällor. Bara man läser på lite innan – och inte har bråttom.”



Piazza Duomo
i vackra Amalfi.

läda fisk till munkarna, som tack för den goda fångsten. Det munkarna inte åt upp ställde de ner i källaren. Fisken jäste och saften som fisken utsöndrade använde munkarna i stället för salt på sina grönsaker och sin pasta, berättar Mario Giordano från den lilla fiskbutiken Ittica Nettuno, en av få som fortfarande håller liv i den gamla traditionen.

- Vi låter fisken jäsa i två år på små kastanje-fat - sedan gör vi ett hål i botten. Det tar två veckor innan all saft runnit ut, fortsätter han.

Strax intill fiskbutiken ligger en av Amalfikustens bästa restauranger. Den heter Al Convento och drivs av den humoristiske kocken Pasquale Torrente.

- Cetara är på riktigt. Här görs ingenting speciellt för turisterna - vi lever som vi gör, säger han bestämt, men brister snart ut i ett skratt.

Pasquale Torrentes mat är inte bara uppskattad av lokalbefolkningen, utan även av stjärnkockar som Massimo Bottura från världsbekrömda La Francescana i Modena. Speciellt god är Pasquales friterade fisk, och spaghetin med ansjovisextrakt som gör att man vill slicka tallriken efteråt.

- Jag använder min mammas gamla recept, även om jag har gjort dem lite mer lättsmälta. Efter en söndagslunch hos mamma måste man sova i tre timmar, säger Pasquale och skrattar igen.

PRISVÄRT INÅT LANDET

20 minuters bilfärd från havet ligger en enkel liten by som heter Tramonti, ett billigare alternativ till kustens lyx. Hit har turismen inte hittat, trots att det finns en hel del att upptäcka. Till exempel Antichi Sapori, en restaurang som drivs av paret Antonietta och Giuseppe och erbjuder en utsökt femrättersmiddag för knappt 300 kronor.

- Vi ordnar matlagningskurser också, även om det innebär att jag måste hålla koll på Giuseppe - han brukar vara väldigt omtyckt av utländska damer, säger Antonietta och hötter med fingret åt Giuseppe som snabbt skyndar ut i köket.

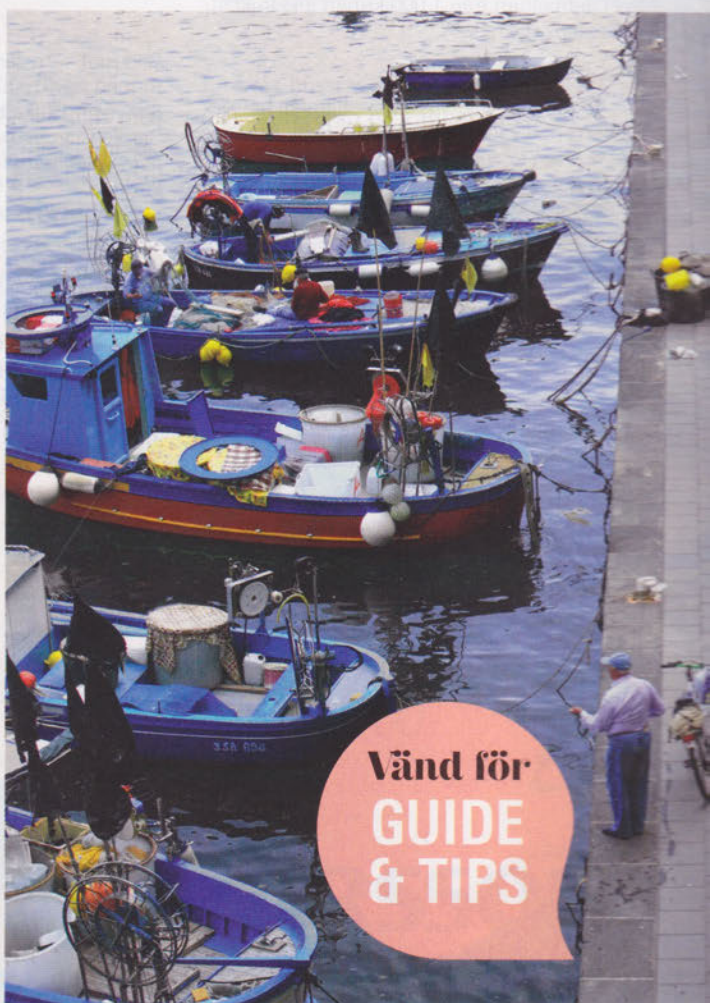
I Tramonti ligger även Il Giardino dell'Anima, en privat trädgård med över 1 200 arter. Här finns bland annat 300 olika sorters rosor och ett 20-tal hortensior. Trädgården drivs av två äldre eldsjälur, Antonio de Marco och Enza Telese, som tar emot besök utan kostnad.

-Vi kan inte konkurrera med vackra Villa Cimbrone eller Villa Rufolo i Ravello, men det är vackert här också säger Antonio de Marco blygsamt.

Visst går det att upptäcka en av världens vackraste kuststräckor utan att fastna i turistfällor. Bara man läser på lite innan - och inte har bräntom. Som sig bör på Amalfikusten. □

MATGLAD MÄSTARE

Karismatiska kocken Pasquale Torrente är vida berömd för sin ansjovispasta.



Vänd för
GUIDE
& TIPS

BEROENDE AV NÄTET

Den lilla kustbyn Maiori är mer än bara en turistort - fiskeindustrin är fortfarande viktig.

GUIDE/AMALFIKUSTEN

Därför: En av världens vackraste kuststräckor.

För vem: Livsnjutare som tycker om kultur, god mat och vackert landskap.

Bästa tid: April, maj, september och oktober.

ÅKA HIT & RUNT

Charter/paket: Ving, Solresor och Airtours har charterresor till Amalfikusten. Prisexempel: Från 7 454 kr/pers med Solresor för en vecka på trestjärnigt hotell med frukost i Sorrento, avresa i september.

På egen hand: Flyg till Rom (1 707 kr/tår för direktflyg från Stockholm med Norwegian i september) och ta snabbtåget Frecciarossa till Salerno eller Neapel. Hyr bil eller boka privat transport från Salernos eller Neapels tågstation.

Åka runt: Det går lokala bussar som heter SITA mellan Sorrento och Salerno. Man kan hyra privat transport som kostar från 250 euro/dag till exempel genom Guemartravel.com. Båtuthyrning finns i alla kustbyar, boka genom hotellet för att få ett korrekt pris.

BO

1 BED AND BREAKFAST FARFALLE E GABBIANI

Litet, enkelt och familjeägt bed and breakfast i den lilla byn Tramonti. Del i dubbelrum kostar från 250 kr/natt. Frukosten är typiskt italiensk med sötsaker tillagade av mamman i familjen. Farfalleegabbiani.it

2 CASA PRIVATA

Ett före detta fiskarhem som gjorts om till ett lyxigt boende i byn Praiano. Endast åtta rum. Villan har privat pool, trädgård och brygga. Del i dubbelrum från 1 000 kr/natt inkl frukost. Casaprivata.it

3 GARDEN RAVELLO

Alla tio rum har sjöutsikt på trestjärniga hotellet Garden i den vackra byn Ravello. Pool, matlagingskurser, restaurang och trevlig personal. Del i dubbelrum med frukost från 650 kr/natt. Gardenravello.com

ÄTA & DRICKA

4 CUCINA ANTICHI SAPORI

Mysig trattoria i byn Tramonti. Giuseppe står i köket och Antonietta tar hand om gästerna. Fem rätter för cirka 300 kr. Missa inte Giuseppe citronravioli eller den fyllda ugnsbakade citronen med ansjovis och buffelmazzarella. Cucinaantichisapori.it

5 AL CONVENTO

Pasquale Torrente, en av Italiens mest kända kokkar, lagar traditionell mat på restaurangen Al Convento i byn Cetara. Priset för en tre-rätters meny är cirka 300 kronor per person. Alconvento.net



De pastellfärgade husen tycks klättra uppför bergsväggarna i lilla Positano.



6 PASTICCERIA PANSA

Ät underbara citronbakelser på konditoriet Pansas uteservering och njut av folklivet på piazzan intill domkyrkan i Amalfi. Pasticcieriapansa.it

GÖRA & UPPLEVA

7 VANDRA PÅ GUDARNAS STIG

Miss inte vandringen längs il Sentiero degli Dei, Gudarnas stig, som startar i Bomerano och går till Positano. Man ska helst gå från öst till väst eftersom man då har den bästa vyn över Capri. Vandringen tar cirka fyra timmar och är medelsvår – utsikten är däremot i absolut världsklass!

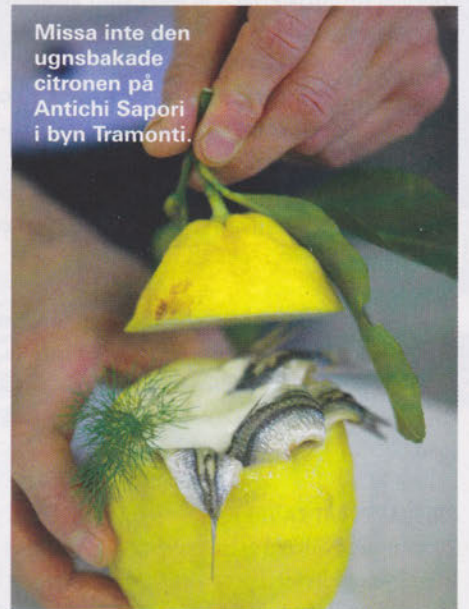
8 HYR EN VETERANBIL

Glid runt som James Bond i en röd Alfa Romeo från 1960-talet, och ta emot nyfikna och avundsjuka blickar från dem du åker förbi. Sergio Ciampa har 15 olika bilar man kan hyra, även bara för en dag. Pris från 3 500 kr/dag. Spiderlifestyle.com

9 BESÖK EN VINGÅRD

Vingården Marisa Cuomo i byn Furore gör några av Italiens bästa vita viner. Man har ett provningsrum med utsikt över havet, och de branta vingårdarna som ser ut att stupa rakt ner i havet är imponerande. Marisacuomo.com

Miss inte den ugnsbakade citronen på Antichi Sapori i byn Tramonti.



SOL & BAD

10 MARINA DE CANTONA

På Amalfikusten finns bara ett fåtal stränder, så välj ett hotell med pool. En av de längsta stränderna är klapperstenstranden Marina de Cantona som ligger strax intill byn Nerano.

11 GROTTA DELLO SMERALDO

Smaragdgrötan har fått sitt namn tack vare sitt gröna vatten. Inte lika känd som den blå grottan på Capri men helt klart värd ett besök. Näs bäst med båt från Amalfi.

12 FIORDO DI FURORE

Man förväntar sig ingen fjord på Amalfikusten, men det finns faktiskt en strax utanför byn Furore. Här kan du bada med lokalbefolkningen – och med lite tur hålls dykartävlingen från den 28 meter höga klippan när du är där.

UTE SENT

13 L'AFRICANA FAMOUS CLUB

Amalfikustens mest populära klubb, med dänsgolv i grottor vid stranden i Praiano. Africanafamousclub.com

14 MUSIC ON THE ROCKS

En av Italiens bästa klubbar, särskilt sommartid, är Music on the Rocks på stranden i Positano. Musicontherocks.it