Streifzug in Italien: Teil II – Albenga, Ligurien

In Bastia bei Albenga hatten wir ebenfalls eine Agriturismo-Unterkunft gebucht, nämlich ein kleines Apartment von BioVio. Die Familie Vio baut seit Jahrzehnten Wein und Oliven sowie Gemüse in Bioqualität an und vermietet zahlreiche Apartments mit Küchenzeile und Terrasse, die alle liebevoll ausgestattet

sind.

Im Hof gibt es feines Frühstück (das man spontan am Vortag dazu buchen kann, wenn man mag), das von Carolina oder ihrer Mutter betreut wird. Tagsüber kann man jederzeit vorbei schauen, um eine Weinprobe zu machen oder im Laden etwas zu

kaufen. Die Weinprobe wird genauso nett gestaltet. Ständig landen kleine Kostproben der hauseigenen Produkte auf dem Tisch: Olivenöl mit Brot zum Tunken, getrocknete Tomaten, gefüllte Zucchiniblüten, regionaler Käse… Dazu werden einem mehrere Weine vorgestellt und etwas über deren Herstellung erzählt.

Man merkt, dass die Vio-Frauen (die Mutter und ihre 3 Töchter führen den Gastbetrieb, der Hausherr huscht hin und wieder durch die Gegend) Gastgeberinnen aus Leidenschaft sind. Alle sprechen ganz gut Englisch sowie Französisch, was auf dem italienischen Land nicht unbedingt selbstverständlich ist.

Das Olivenöl von BioVio hat uns übrigens total begeistert. So mild, dass man es geradezu trinken könnte, und dazu in Bioqualität. Wir fuhren mit einem 5-Liter-Kanister plus einigen Flaschen zurück über die Alpen. Und auch einige Flaschen Wein und eingelegte Artischocken landeten im Rückreisegepäck.

Albenga und seine Umgebung ist eine wirklich schöne Ecke Liguriens. Man kann in ca. 1 Stunde mit dem Zug nach Genua fahren, so spart man sich den Stress mit Stadtverkehr und Parken. Züge sind in Italien sehr günstig und überraschend pünktlich, also gar nicht vergleichbar mit Deutschland.

Im Hinterland besuchten wir das zauberhafte mittelalterliche Dörfchen Zuccarello (Wandert nicht zur Burg hoch! Das lohnt überhaupt nicht.) mit seiner Rundbogenbrücke über den kleinen Bach.

Auch die Dörfer von Castelbianco sind einen Besuch wert und in der Umgebung kann man sehr schön wandern.

Natürlich gibt es auch viele schöne Strände an der Küste – die meisten sind jedoch privat und werden von Hotels, Campingplätzen oder Clubs geführt. Man kann sich dort zu einem bestimmten Preis einen Platz mit Schirm und Liegestühlen mieten. Wer das nicht mag, sucht sich die kleineren Ecken, wo

der Strand öffentlich ist und legt dort seine Decke aus.

Die Orte am Meer sind natürlich recht touristisch, vor allem in der Hochsaison. Wem der Trubel zu viel ist, der sollte sich wie wir eine Unterkunft suchen, die etwas im Landesinneren liegt.

Generell kann ich Agriturismo sehr empfehlen! Landgüter oder kleine Bauernhöfe vermieten einige Gästezimmer oder kleine Wohnungen, oft auch mit Frühstück. Auf der Seite www.agriturismo.it haben wir neben der Tenuta auch unsere zweite Unterkunft in Ligurien gefunden.

Am letzten Abend in Albenga lernten wir noch Susa kennen, eine Deutsche, die seit 30 Jahren in Italien und seit 10 Jahren in Albenga lebt. Mit ihr verbrachten wir einen sehr lustigen Abend in der Altstadt Albengas bei Wein, Bier, Snacks und einem super Live-Konzert auf der Piazza vor der Edo Bar.

Der krönende Abschluss war eine persönliche Einladung des Geschäftsführers eines 5-Sterne-Resorts, dem Relais Meridiana in Garlenda, das nicht weit weg liegt von Albenga und Bastia. Edmondo Segre, der das Relais seit vielen Jahren führt, kenne ich über ein Buchprojekt. Er lud uns so nachdrücklich ein, dass wir es ihm nicht abschlagen konnten und verwöhnte uns für eine Nacht unfassbar großzügig mit einer Suite mit zwei Bädern

und Kamin, einem fantastischen Abendessen im Restaurant und einem wunderbaren Frühstück vom reichhaltigen Buffet.

Das Relais ist ein wunderschöner Ort. Wer das nötige Großgeld hat, kann dort herrlich entspannen. Im Restaurant Il Rosmarino kann man ein Drei-Gänge-Menü für ca. 70 Euro genießen, zuzüglich Wein. Die Küche kocht aus Prinzip nicht sternemäßig, sondern regional und für solch ein Hotel recht schlicht, aber absolut auf den Punkt. Ich habe selten so gut gegessen und vermutlich noch nie ein solch grandioses Dessert genossen. Das Pistazienparfait mit Schokoladenganache war der Hammer!
Ich fühle mich wirklich geehrt und sehr dankbar, dass ich dort Edmondos Gast sein durfte. Grazie mille, Edmondo!

Nach dieser spontanen Verlängerung waren unsere zwei Wochen im Süden dann leider endgültig vorbei und wir fuhren mit einem vollgepackten Auto voller Pasta, Wein, Öl und Tomatenpassata durch das Aostatal und über den St. Bernhard zurück nach Deutschland. Schon an der Grenze überkam mich Heimweh, am liebsten wäre ich sofort umgedreht und in meinem Lieblingsland geblieben. Hoffentlich komme ich bald wieder!

* *unbeauftragte und unbezahlte Werbung durch Verlinkung*

Streifzug durch Italien: Teil I – Das Piemont

Heute möchte ich euch noch ein bisschen von unserem (kulinarischen) Streifzug durch Nordwestitalien berichten. Naschkater und ich waren im August so urlaubsreif, dass wir relativ spontan für Ende August/Anfang September nach Italien fuhren.

Da ich noch nie im Piemont gewesen bin, obwohl ich schon viel von Italien gesehen habe, stand diese (verhältnismäßig große) Region ganz oben auf meiner Liste. Im frisch gekauften Reiseführer las ich als Insidertipp von einem Agriturismo bei Asti, das ich mir sofort online ansah. Zwar hatte ich keine große Hoffnung, dass man so spontan noch ein Zimmer bekommt, aber ich hatte tatsächlich Glück und so verbrachten wir eine Woche mitten auf dem Land in der Tenuta del Barone.

Die Tenuta (siehe 1. Foto) liegt inmitten der piemontesischen Hügel, das nächste „Dorf“ kann man kaum so nennen und man erlebt dort den absoluten Frieden des Landlebens. Ein Pool mit herrlicher Aussicht, Mückenschutz an den Fenstern und fantastisches Frühstücksbuffet machen einem den Aufenthalt

mehr als angenehm.

Wie ich erst nach der Anreise erfuhr, hat mittlerweile der italienische Besitzer vor zwei Jahren sein Anwesen verkauft. Nun sind Marit und Gaute aus Norwegen herzliche und aufmerksame Gastgeber, bei denen wir uns sehr zuhause fühlten. Marit backt eine fantastische Crostata und leckere Apfelteilchen aus Blätterteig zum Frühstück und überhaupt war das Frühstück mit regionalen Produkten und ihren Backwaren richtig gut – vor allem für italienische Verhältnisse, denn in Italien fällt das Frühstück ja oft sehr spartanisch aus.
Übrigens ist die Tenuta auch sehr hundefreundlich. Es gibt eine große Wiese zum Toben und wohlerzogene Vierbeiner sind häufig und gerne dort Gast. Und für Kinder ist diese Unterkunft mit Pool sowieso klasse.

Im nächstgelegenen Ort Moncalvo haben wir einmal fantastisch zu Abend gegessen in der Trattoria Monsù Mario (Reservierung ist sinnvoll, vor allem in der Hochsaison). Man sitzt dort in einer hübschen Ecke bei der Kirche und wird sehr nett bedient. Naschkater hatte köstlichen Fisch und ich gönnte mir eine

italienische Tagliata, ein medium gebratenes Steak, das in breite Streifen geschnitten und mit grobem Salz bestreut wird. Dazu gab es feines Gemüse und etwas Salat und ich hätte mich reinlegen können!

An drei Abenden holten wir uns bei einer kleinen Pizzeria Vollkornpizzen. Wir entdeckten den Laden Pizzeria del Corso zufällig am ersten Abend, als wir hungrig von der Reise nach Essen suchten und es zu dieser Zeit nur noch Vollkornteig gab. Für uns umso besser, denn wir lieben ja Vollkorn! Die Pizza war dünn, knusprig und absolut lecker und das ältere Ehepaar in der Pizzeria total lieb und herzig.

Von unserer Tenuta aus erkundeten wir Asti, Alba, fuhren zwei

Mal mit dem Zug nach Turin, sahen uns Alessandria an (keine Reise wert, fanden wir), und besuchten den berühmten Weinort Barolo. Die Gegend um Barolo bezauberte mich vollkommen. Genau so hatte ich mir das Piemont vorgestellt! Zauberhafte Weinberge, idyllische Dörfchen auf den Hügelspitzen, in der Ferne die Alpen und darüber azurblauer Himmel.

Fast etwas wehmütig reisten wir nach einer Woche ab und fuhren südlich durchs Piemont bis an die ligurische Küste. Darüber berichte ich dann demnächst in „Streifzug in Italien: Teil II – Albenga in Ligurien“.

** unbezahlte und unbeauftragte Werbung durch Verlinkung **

Kulinarischer Streifzug: Weinverkostung mit kalabresischen Leckereien und traumhafter Aussicht

Heute möchte ich euch von einem fabelhaften Ausflug erzählen, den wir während unserer Woche in Kalabrien unternommen haben.

Zusammen mit vier Freunden haben Naschkater und ich eine Woche in einer Ferienwohnung in Tropea verbracht – direkt am Meer, mit Blick auf den Stromboli, netten Vermietern und Zugang zum Strand durch den Garten. Gefunden hatte ich unsere Wohnung auf der Seite Urlaub an der Stiefelspitze.

Katrin, die ich zufällig beim Joggen kennenlernte, weil sie mit ihrem Hund italienisch sprach, hat viele schöne Unterkünfte in ihrer Wahlheimat Kalabrien zusammengestellt. Zwar lebt sie mittlerweile nicht mehr dort, ist jedoch mit allen Vermietern eng vernetzt und ist für die Urlauber jederzeit mit Rat, Tat und Hilfe zur Stelle.

Von ihr bekam ich auch den Tipp, eine Weinprobe bei Calabria con gusto zu machen. Bettina, ebenfalls eine Deutsche mit kalabresischem Mann, hat dieses Unternehmen aufgebaut und bietet neben Weinverkostungen auch Pastakurse, Kochkurse und kulinarische Führungen zu Spezialitäten der Region (zum

Beispiel Tartufo-Eis) an. Die Weinverkostungen kann man sogar mit Transfer buchen – man wird also abgeholt und nach Hause gebracht – und kann somit die Weine unbeschwert genießen.

Am Tag unserer Weinprobe hatte es das einzige Mal während unserer Reise geregnet und wir befürchteten schon, dass alles ins Wasser fällt. Perfekt mit dem Beginn unserer Führung klarte es jedoch auf und die Sonne kam wieder.

Auch wir ließen uns abholen und fuhren in die Hügel oberhalb von Tropea, meist mit herrlichem Blick aufs Meer. Beim Weingut bekamen wir eine kleine Führung vom Winzer persönlich, der uns die Herstellung seiner Bio-Weine und deren Besonderheiten erklärte – alles wunderbar ins Deutsche und Englische

übersetzt von Bettina.

Danach kutschierte man uns noch ein Stückchen weiter zu einem anderen Weinberg, wo die Verkostung stattfand. Direkt neben den Weinreben, zwischen Olivenbäumen und mit atemberaubendem Blick über die Hügel bis hinab zum Meer saßen wir dann auf

Strohballen an kleinen Holztischen, kosteten uns durch köstliche Bio-Weine und noch köstlicheres kalabresisches Essen vom Büffet.

Wir fühlten uns im absoluten italienischen Paradies. Das war dolce vita wie es im Buche steht! Feiner Wein, gutes Essen,

nette Gesellschaft und dieser fast magische Ort in den Hügeln. Langsam sank die Sonne Richtung Meer und wir konnten einen Sonnenuntergang mit spektakulären Wolkenformen genießen, bevor wir uns auf den Heimweg machten.

Jedem Liebhaber Italiens und italienischen Essens kann ich Kalabrien, Tropea und Calabriacongusto sehr ans Herz legen! Die Region und vor allem die Küste ist wunderschön, man kann herrlich baden, schnorcheln, essen und entspannen.

Nächstes Mal möchte ich auf jeden Fall die Geheimnisse des Tartufo-Eises kennen lernen und auch ihr werdet bei dem vielfältigen Angebot, die Kulinarik Kalabriens kennen zu lernen, sicher fündig. Schaut mal bei Katrin und Bettina vorbei und lasst euch inspirieren – der nächste Urlaub kommt bestimmt! =)

Habt eine genussvolle Restwoche, ihr Lieben!
Cari saluti, eure Judith

** ***Beitrag enthält unbezahlte Werbung in Form von Verlinkung*** **

Kulinarischer Streifzug in Neapel: Von Pizza Margherita und einem vegetarischen Restaurant

Ich melde mich zurück aus dem Urlaub. 10 Tage dolce vita in Italien liegen hinter Naschkater und mir. 10 Tage voller köstlicher Pizzen, Cornetti, Gelati, Pasta. 10 Tage voller

Sonne, Strand, Erholung mit tollen Menschen und wunderschönen Momenten in traumhafter Umgebung.
Demnächst werde ich euch von einer herrlichen Weinprobe in den Hügeln Kalabriens und mit Blick aufs Meer und den Stromboli berichten. Und von einem fantastischen Pastakurs, bei dem wir zwei typisch kalabresische Pastasorten kennen und formen gelernt haben.

Unsere erste Station war allerdings Neapel, wo wir drei Tage verbrachten, bevor es mit dem Zug weiter Richtung Süden ging.
Neapel entspricht allen Urteilen, die man so hört: Es ist unfassbar laut, schmutzig und gefährlich. Wobei sich zwei Punkte vor allem auf den Verkehr beziehen. Bisher habe ich solch einen höllischen Verkehr nur in Indien erlebt. Da rasen Vespas durch die engsten Gassen, abends auch gerne mal ohne Licht und bergab ohne Motor, und wenn man nicht ständig um sich schaut und zur Seite hechtet, kann man sich an jeder Ecke drei Mal überfahren lassen. Gehupt wird am laufenden Band, auch nachts. Und die Gehwege – nun ja. Es scheint in dieser Stadt zahllose Hunde zu geben und genauso viele Besitzer, die die Hinterlassenschaften ihrer Lieblinge NICHT beseitigen…

Trotzdem fand ich Neapel überraschend schön. Die Stadt selbst hat hübsche Ecken und die Lage am Golf, eingerahmt von den zwei Inseln und überragt vom Vulkan, ist wunderschön.
Und als Naschkatze stand Neapel natürlich auf meiner bucket list: Einmal in Neapel Pizza Margherita essen – das musste

schon sein! Und das taten wir, gleich am ersten Abend.

Wir kamen in einem wirklich wunderschönen Airbnb unter (wer den Tipp braucht, schreibe mir gerne eine persönliche Nachricht) und unsere Gastgeberinnen Marcella und Carolina statteten uns mit wertvollen Tipps aus, wo man gut essen kann. Also landeten wir nach unserer Ankunft nahe unserer Unterkunft in der Pizzeria Starita in der via Materdei (nahe Metro Materdei), wo ich die beste Pizza meines Lebens aß. Eine simple Margherita besteht ja nur aus Teig, Tomatensoße, Käse und Basilikum – da lenkt nichts ab, da muss jede Zutat perfekt sein. Und sie waren perfekt. Der Teig war hauchdünn und nicht trocken, der Rand etwas dicker und fluffiger, die Soße fruchtig, der Käse lecker. Es war so köstlich und ich im Himmel. Solltet ihr mal in Neapel sein – esst Pizza was das Zeug hält! Es gibt zahllose grandiose Pizzabäcker in dieser Stadt. Am besten fragt ihr Einheimische nach ihren Geheimtipps.

Zwei weitere Abende in Folge waren wir in einem Restaurant, das wir im Reiseführer entdeckt hatten: Un sorriso integrale. Das vegetarisch-vegane Restaurant versteckt sich nahe der Piazza Bellini in einem Hinterhof. Wir liefen zuerst vorbei, denn am Eingang war auch kein großes Schild, sondern eine Art Poster an der Wand, das wir gar nicht beachteten.

Drinnen sitzt man herrlich ruhig (in Neapel eine Wohltat) und das Essen schmeckte uns hervorragend. Sehr zu empfehlen ist der gemischte Teller (piatto misto), der sich jeden Tag aus anderen Gerichten zusammensetzt.

Wir hatten Karottengemüse mit Ingwer und Sesam, Hülsenfrüchtesalat, geschmorte Endivien, Ofenkartoffeln, ein bisschen Pilzrisotto, Paprikagemüse mit Feta, Mangoldgemüse und ein Stück Kürbis mit Ricotta auf dem Teller. Zum Dessert gab es diverse Crostate, Kuchen aus Mürbteig mit einer Konfitürefüllung. Wer mal keine Pizza mehr sehen kann und etwas leichtes, gemüsiges haben möchte, der ist hier goldrichtig, zumal die Zutaten biologisch sind.

Nach einem Tag in dieser chaotischen und dennoch schönen Stadt, einem Tag auf dem Vesuv und einem langen Tag in Pompeij ging die Reise dann weiter nach Tropea, in die Stadt der roten Zwiebeln. Davon hier bald mehr – mit einem Rezept für köstliche selbst gemachte Pasta (ohne viel Aufwand!).

Habt ein genussvolles Wochenende!
Eure Judith

*** Beitrag enthält unbeauftragte Werbung in Form von Verlinkung ***

Streifzug in die Hauptstadt: Lecker essen in Berlin

Letzte Woche war es wie angekündigt sehr ruhig hier auf dem Blog. Wie geplant bin ich nach Berlin gefahren, um eine Fortbildung zu machen und eine Freundin zu besuchen. Die Fortbildung fiel dann leider ins Wasser, dafür hatte ich dann zwei Tage mehr Urlaub, was natürlich umso schöner war.
Und selbstverständlich wurde in Berlin auch wieder fleißig gefuttert, denn in einer internationalen Großstadt gibt es ja eine unfassbar reiche kulinarische Landschaft.

Diesmal konnte ich allerdings gar nicht so viele kulinarische Streifzüge machen, denn einmal waren wir zu einem wahren Festbankett in einer WG eingeladen. Eine Freundin und ein

Freund meiner Gastgeberin hatten mit ihrer WG ein Abendessen mit Freunden geplant und ein Goldenes Herbstdinner gekocht. Sogar eine handgeschriebene Menükarte hing an der Wand. Der Tisch war liebevoll dekoriert mich Blättern, Eicheln, Kerzen und einem Herbststrauß. Und das Essen war fantastisch! Wäre es ein Restaurant gewesen, hätte ich es euch auf jeden Fall empfohlen. So kann ich aber nur noch einmal „Danke“ sagen, dass ich dabei sein durfte und euch allen empfehlen, doch auch mal einen gemütlichen Abend mit Freunden, selbst gekochtem Essen und gutem Wein zu machen. Gemeinschaftliches Essen macht doch einfach noch viel mehr Spaß!

Am Abend zuvor luden wir erwähnte Gastgeberin des Herbstmenüs zu einem französischen Abend ein, denn sie hatte Geburtstag. Da ich sie von unserem gemeinsamen Sommerurlaub in Cassis kannte, war das umso passender.
Wir aßen in der französischen, genauer gesagt bretonischen, Crêperie „La Bigoudène“.

Dort kann man authentische bretonische Buchweizengalettes, aber auch Crêpes und herzhafte Salate genießen. Die meisten Produkte stammen aus der Bretagne oder Frankreich. Cidre wird

klassisch in der „*bolée*“ serviert, einer schalenartigen Tasse. Die Galettes sind glutenfrei und werden in diversen leckeren Varianten angeboten, wie auch die süßen Crêpes zum Nachtisch. Wer Galettes und Cidre liebt, wird hier definitiv auf seine Kosten kommen.

Nachdem ich dieses Jahr ein Rezept für das E-Rezeptebuch der Stadtfarm beigesteuert hatte, wollte ich die Gelegenheit nutzen und das Urban-Farming-Projekt besichtigen. Die Stadtfarm baut Gemüse, Salat und Kräuter an – in der Stadt, für die Stadt. Außerdem werden im Aqua-Terra-Ponik-Verfahren auch Afrikanische Catfish gezüchtet, die wenig Platz brauchen, gute Futterverwerter sind und auch noch köstlich schmecken. Nachhaltiger Fisch aus Deutschland also.
Die liebe Janine führte mich ein wenig auf der Farm herum und zeigte mir die Gewächshäuser, die Fischbecken, den kleinen Marktstand im Besucherzentrum, wo man einkaufen kann, und wie das Wasser der Fischbecken gereinigt und dann in der Pflanzenzucht verwendet wird. Wer sich für das Projekt interessiert, kann jederzeit vorbei kommen oder sogar eine

Führung buchen.
Die Stadtfarm liegt im Landschaftspark Herzberge im Bezirk Lichtenberg. Dort gibt es Schafweiden, Wiesen, Wäldchen und für eine Großstadt erstaunlich ländlichen Frieden, um mal kurz durchzuatmen. Eine Stippvisite lohnt sich!

Am letzten Tag war ich noch mal in Charlottenburg unterwegs und frühstückte im Café „Die Stulle“. Das Café ist urgemütlich eingerichtet. Kronleuchter hängen an der stuckverzierten Decke des Altbaus, an schönen Tagen kann man draußen sitzen und die recht ruhige Carmerstraße beobachten. Zu Essen gibt es allerlei Köstlichkeiten, wie der Name schon sagt, viele reich belegte Brote, Stullen eben. Man bekommt aber auch Pancakes, Bowls, Kuchen, Zimtschnecken, und und und. Ich hatte das Cleaneating Breakfast, eine Stulle mit Spinatrührei, Kürbis, Speck, diverser Rohkost, Sprossen, Kresse und einer fantastischen Honig-Senf-Soße. Zum Reinlegen. Eine Zimtschnecke passte danach leider nicht mehr in den Bauch, aber ich nahm mir eine mit für die Reise am nächsten Tag und hatte ein genussreiches Frühstück in der Bahn.

Die Atmosphäre in der Stulle ist sehr entspannt und herzlich, man wird sehr persönlich und mit Leidenschaft bedient und merkt sofort, dass hier Leute mit Herzblut arbeiten.
Die Küche verwendet regionale, frische und nachhaltige (Bio-)Produkte. Auch für Vegetarier und Veganer gibt es ein tolles Angebot.
Wer in der Nähe ist, sollte dort unbedingt mal vorbei schauen und auch ich werde beim nächsten Berlintrip definitiv wieder dort essen!

Den letzten Abend verbrachten wir in der [Markthalle IX] in Kreuzberg, auch Eisenbahnmarkthalle genannt. Dort finden Wochenmärkte statt und donnerstags ab 17 Uhr kann man sich beim „Street Food Thursday“ durch ein vielfältiges, internationales Street Food-Angebot schlemmen.

Gleich werde ich endlich mal wieder einen Kuchen backen, also gibt es hier demnächst auch mal wieder was zum Naschen. =)
Ich wünsche euch einen genussvollen Sonntag, macht es euch gemütlich!
Eure Judith

*** ***Beitrag enthält unbeauftragte und unbezahlte Werbung in Form von Gastronomie-Vorstellungen/-verlinkungen.*** ***