DOVE

DOVEVIAGGI.IT
MENSILE ANNO 26 N°7 LUGLIO 2016 €5,90

UN MARE DI EMOZIONI

Favignana, i nuovi sapori siciliani
Anafi, Kimolos... La Grecia nascosta

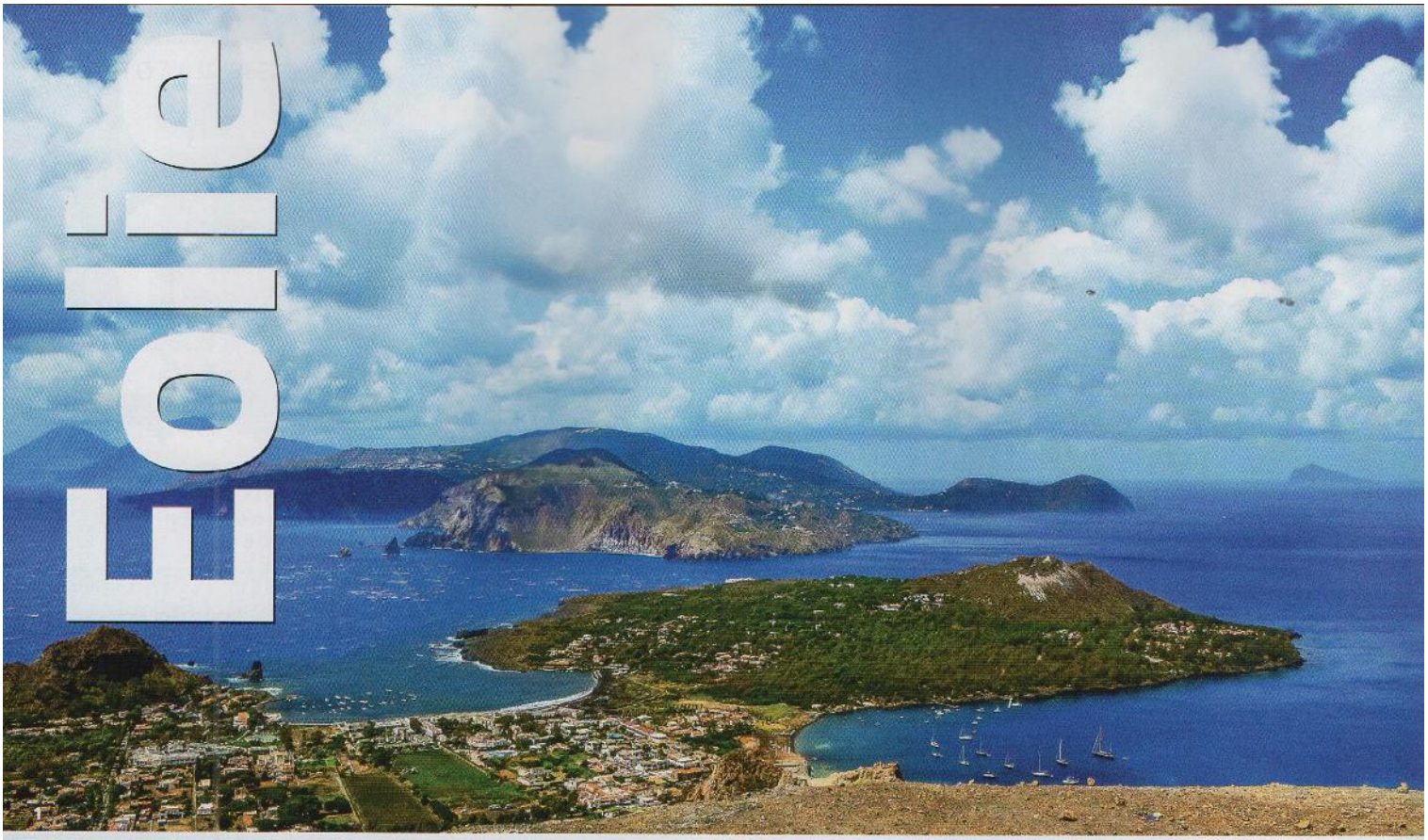
DOSSIER
Mai sentito parlare di bendessere?

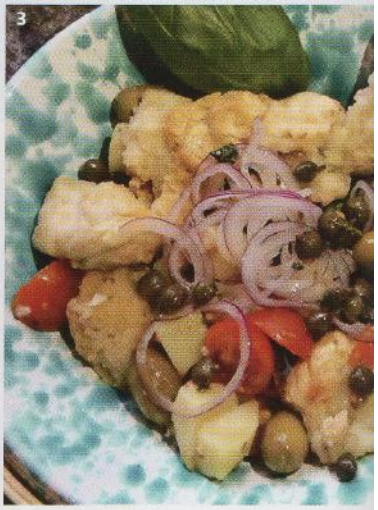
DANIMARCA
Alla scoperta del Paese più felice del mondo

FORESTA NERA
Come vivere un viaggio-fiaba con i figli

RCS MEDIAGROUP S.P.A. POSTE ITALIANE Sped. in A.P. - D.L. 353/2003 Conv. L. 46/2004, art. 1, comma 1 DCB Milano - ISSN 1[illegible]99-4804 (online)
Canada Cad. 12.50 Francia € 7,00 Germania € 7,00 Grecia € 7,00 Portogallo Cont.: € 7,00 Spagna € 7,00 Svizzera C. Ticino CHF [illegible],50 USA $ 12.50

Eolie





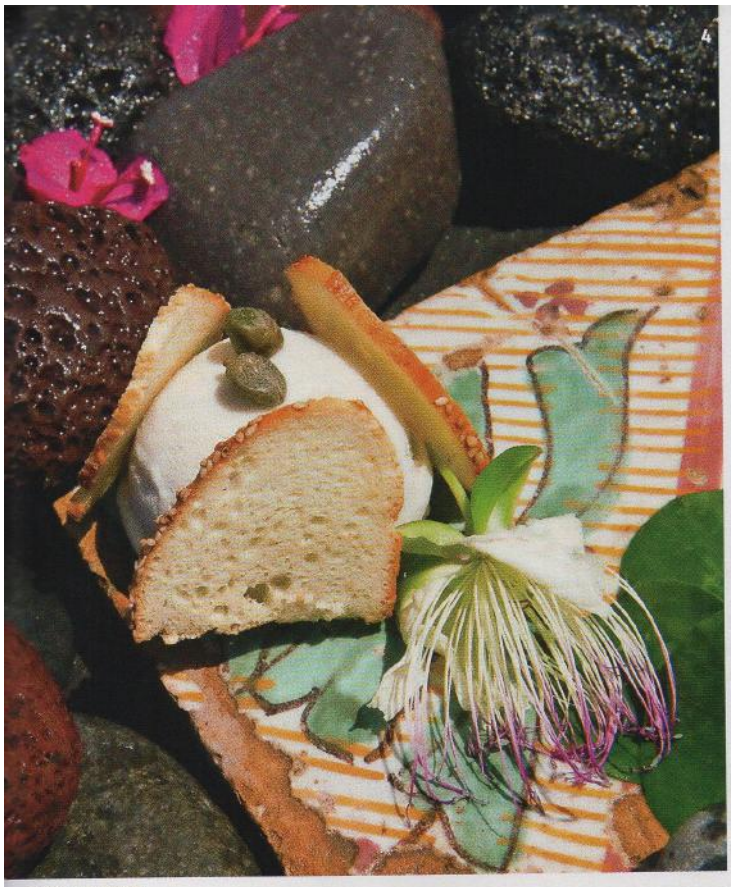
Pane, amore... e Malvasia

Un tour dei sapori tra Salina, "la verde", e Lipari, "la capitale" Per assaggiare il *pani cunzatu*, fare trekking tra i vigneti sui sentieri di Punta del Cappero e brindare con il passito doc

di MARI MOLLICA

Una pioggia di capperi su un'insalata di pomodorini *a pennula*, olive, cetrioli, alici, cipolle e origano, su una fetta di pane abbrustolito. È il *pani cunzato* (pane condito), essenza della gastronomia eoliana. Una cucina contadina, fresca e semplice, che porta in tavola, perlopiù, verdure e pesce. **Capperi e cucunci** (i primi sono i boccioli della pianta, i secondi i frutti), spada alla griglia e totani sono i protagonisti nel piatto. Così come la **Malvasia delle Lipari Doc** lo è nel bicchiere. In quattro delle sette isole dell'arcipelago messinese (Salina, Lipari, Vulcano e Panarea) le vigne sono tornate agli antichi fasti. E i produttori fanno rete: sono una quindicina quelli che partecipano al **Malvasia Day** giunto alla sesta edizione. Appuntamento il 9 luglio a **Salina** sulla terrazza di **Capofaro**, resort con 20 camere, ristorante e piscina della famiglia Tasca d'Almerita, dove sei ettari di vigneti si tuffano nel blu, all'ombra di **Monte Fossa delle felci** e **Monte dei Porri**, due vulcani gemelli spenti oggi riserva naturale) a cui Salina deve il suo antico nome, *Didyme* dal greco *didymos*,gemello).

Salina è l'isola verde, da sempre la più coltivata. Il suo orgoglio è il cappero, nelle due varietà *Nocella* e *Nocellara*. Alle Eolie finisce in ogni piatto. Come nella pasta alle 14 erbe di **Mamma Santina**, boutique hotel e ristorante con orto di famiglia. Persino nei dessert, grazie alla creatività di **Martina Caruso**, 26enne chef di **Signum**, che con le sue rivisitazioni della tradizione eoliana si è appena guadagnata una stella Michelin.



Ricette light e consigli

Dimagrire mangiando con gusto. Un'utopia? No, esistono cheesecake a basso contenuto calorico, appetitose insalate che mixano tofu e albicocche grigliate, verdure ripiene di cuscus e feta. Tutte ricette light da gustare, pagina dopo pagina, sul numero di luglio di ***Sano&Leggero***, il nuovo mensile RCS realizzato in collaborazione con i nutrizionisti di **Melarossa**. Il numero di luglio (*nella foto*) è in edicola a 2,90 €, in vendita singola o in abbinata con il settimanale ***Oggi***.

A una ventina di minuti di aliscafo, ecco **Lipari**. Sopra **Marina Corta** si cena a **La Nassa** per gli involtini di pesce, o si va da **E Pulera** per i totani ripieni e per i germogli di capperi in insalata con arance, finocchi, cipolla e pomodoro. Anche nell'isola "capitale" c'è una riscoperta della Malvasia. **Tenuta di Castellaro** ha diversi vigneti nelle varie contrade. Le viti qui succhiano linfa da terreni stratificati di pomice, ossidiana, caolino. Rocce vulcaniche che rendono unico il profilo aromatico dei vini eoliani. Vale la pena di incamminarsi sul sentiero di trekking che porta a **Punta del Cappero** non solo per ammirare i terrazzamenti di viticultura eroica abbarbicati sulla scogliera, ma anche per toccare (quasi) con mano Vulcano. E vedere il sole tramontare alle spalle dei faraglioni.

1. Lipari vista da Vulcano (con Salina a sinistra e Panarea a destra). **2.** I vigneti di Malvasia del resort **Capofaro**. **3.** L'insalata di *pani cunzatu* del ristorante **E Pulera**. **4.** Il Gelato al cappero di Salina di **Martina Caruso**, chef di **Signum**.

CUCINA DI PESCE E VIGNETI SUL MARE

DOVE Dormire

CAPOFARO MALVASIA&RESORT
Camera 20: una superior con vista sul faro e su Stromboli e Panarea. Lo chef Ludovico De Vivo rivisita in chiave moderna la tradizione dei *monsù*, i cuochi dei Borbone. Souvenir golosi: il passito Malvasia Igt Salina, il bianco secco *Didyme* Malvasia Igt Salina e i prodotti a chilometro zero di Natura in Tasca.
Indirizzo: via Faro 3, Salina (Me), **tel.** 090.98.44.330/1.
Web: capofaro.it.
Prezzi: doppia standard b&b da 210 a 450 €.

MAMMA SANTINA
Piscina-idromassaggio all'aperto, tra alberi di limoni e fichi d'India. A tavola, assaggiare *u pruppu* (il polpo).
Indirizzo: via Sanità 40, S. Marina Salina, **tel.** 090.98.430.54.
Web: mammasantina.it.
Prezzi: doppia b&b da 110 a 250 €. **Ristorante:** prezzo medio, 35 €.

DOVE Mangiare

SIGNUM
Una sublime reinterpretazione dello Scorfano "a ghiotta" (con i tradizionali pomodori, capperi, olive, patate e cipolla).
Indirizzo: via Scalo 15, Malfa, Salina (Me), **tel.** 090.98.442.22.
Web: hotelsignum.it.
Prezzo medio: 45 €. **Menu degustazione:** 45, 60, 80, 100 €.

LA NASSA
Epica la caponata di Donna Teresa. Lo storico ristorante offre anche ospitalità: tra i vari appartamenti, Casa Malvasia (tre camere, affitto settimanale da mille a 2mila €).
Indirizzo: via Giuseppe Franza 36, Lipari (Me), **tel.** 090.98.113.19.
Web: lanassa.it; lanassavacanze.it.
Prezzo medio: 45 €.

E PULERA
Imperdibile il filetto di alalunga in crosta di capperi.

Indirizzo: via Isabella Vainicher Conti, Lipari (Me), **tel.** 090.98.111.58.
Web: pulera.it.
Prezzo medio: 40 €.

DOVE Comprare

TENUTA DI CASTELLARO
La cantina bioenergetica è completamente interrata. La temperatura viene regolata attraverso una torre del vento, che sfrutta la "presenza" del dio Eolo per rinfrescare gli ambienti in modo naturale.
Indirizzo: via Caolino, Lipari (Me), **tel.** 035.23.33.37
Web: tenutadicastellaro.it.

VIRGONA
Non solo Malvasia. L'azienda produce conserve e sottolii, tra cui marmellata di capperi e malvasia, caponata eoliana, pesto di finocchietto selvatico e paté di pomodori secchi.
Indirizzo: via Bandiera 2, Malfa, Salina (Me).
tel. 090.98.444.30.
Web: malvasiadellelipari.it.

Il tuo consulente DOVE CLUB *02.89.29.26.87*

Due proposte di **DoveClub** per le Eolie a luglio. A **Lipari**, nella frazione di Acquacalda, all'**Hotel Cutimare**, 4 stelle, otto giorni/sette notti in doppia b&b, con volo da Milano Malpensa a Catania, da 800 € a persona. A **Salina, Le sette vele B&B** è una tradizionale casa eoliana nel centro di Santa Marina a 200 metri dal mare, con vasca idromassaggio esterna e terrazzi panoramici. Otto giorni/sette notti in camera b&b con angolo cottura, volo da Milano Malpensa a Catania, da 930 € persona. **Plus DoveClub**: transfer incluso da Catania a Lipari o Salina.