



PUGLIA

Toeren langs de kust onder Bari

De kuststreek onder de Zuid-Italiaanse stad Bari heeft het allemaal: een kristalheldere zee, geweldig eten (en wijn!), witte dorpjes, een prachtige natuur en heel veel zonuren. En laat dit nou nét die eigenschappen zijn waar wij zo van houden. Tijd dus om af te dalen naar de hak van de laars.

Tekst en fotografie: Liselotte van Leest

De zon schijnt volop en de lucht is strakblauw, als we in een opgewarmde, of liever gezegd oververhitte, auto de luchthaven van Bari afrijden. Terwijl de airco de temperatuur leefbaar maakt, leidt het navigatiesysteem ons door een vlak landschap dat gedomineerd wordt door rode aarde en olijfbomen. Af en toe zien we een *trullo* opdoemen, een klein huisje met een kegelvormig dak dat zo typerend is voor deze streek.

Zondagspak

Onze eerste stop is Polignano a Mare, een eeuwenoud pareltje dat boven de zee verheven ligt. Het dorp bestaat uit smalle steegjes, levendige pleinen en gezellige cafeetjes. We nemen plaats op een van de terrasjes aan het charmante Piazza dell’Orologio, in het hart van het oude centrum. De zondagochtendienst is hier in volle gang en dat merk je zelfs buiten de kerk: kleine meisjes rennen rond in witte jurkjes en zwarte lakschoentjes, mannen strak in pak dragen een grote zonnebril (ook binnen) en de oudere dames zijn volledig in zwart gestoken. De kerkgangers lopen zo nu en dan naar buiten om een praatje te maken of een sigaartje te roken op het plein en daarna weer naar binnen om uit volle borst een psalm mee te zingen. Met de luide orgelmuziek erbij lijkt het een scène uit *The Godfather*. We zijn overigens niet de enigen die deze scène nauwlettend aanschouwen. Eén inwoner heeft zelfs zijn keukenstoel mee naar buiten genomen om dit schouwspel, afwisselend met de krant van gisteren, te volgen. Als we de ober vragen of er vandaag een speciale mis is, omdat iedereen zich zo uitgedost heeft, schudt hij verbaasd van niet. ‘Het is gewoon zondag, dan kleed je je toch voor de mis?’



Tip: de verse keuken van Mint

Een absolute *must try* is Mint Cucina Fresca in Polignano, een piepklein restaurant met een mierzoet interieur en superlekker (biologisch!) eten. Mint wordt gerund door Fabrizio, een banketbakker uit Trentino, en zijn geliefde Liu, een architecte uit Brazilië. Die combinatie zie je zowel terug in het decor als op je bord, mét een Apuliaans sausje erover. Denk aan kleurrijke gerechten als salade met perzik en zalm of een vegetarische burger met spaghetti van seizoensgroenten. Altijd versierd met, jawel, een blaadje munt. Uiteraard sla je bij een bezoek aan bakker Fabrizio het toetje niet over, dat hier als kunstwerkje geserveerd wordt. Mint is niet een typisch Italiaans restaurant, maar wel één die je je lang zult blijven herinneren. mintcucinafresca.com

Eten in Polignano

Terwijl de kerkgangers nog in en rondom de kerk paraderen, lopen wij door naar ons onderkomen in Polignano, Hotel Covo dei Saraceni. Het hotel met het mooiste uitzicht van het dorp: vanaf hier kijk je zowel uit over zee als het historisch centrum boven op de steile klppen. We worden ontvangen door Angelo, die ons naast de sleutel meteen wat culinaire tips geeft. Handig! ‘Voor mij is een bezoek aan Polignano pas compleet als je de *caffè speciale* van bar Il Mago del Gelo hebt geproefd, die bestaat uit koffie met amaretto, room en citroen. En de klassieke, dikke *focaccia pugliese* gevuld met mortadella en provolone samen met een – waarom ook niet? – lekker koud biertje.’

Paradijs voor de visliefhebber

Liefhebbers van vis moeten zeker even de auto pakken naar Da Tuccino. Dit familierestaurant

ligt net buiten het centrum, in Polignano Nord. Hier begon *papà* Vito al in de jaren 60 met het verkopen van rauwe mosselen en zeevruchten vanuit een houten hut op het strand. Niet veel later begon mamma Tonetti er ook warme gerechten als pasta en gegrilde vis klaar te maken, en groeide de hut uit tot een luxe, doch laagdrempelig restaurant. Vandaag ontmoeten we zoon, en fervent wijnliefhebber, Pasquale voor de zondagse *pranzo*. Van hem moeten we zowel die rauwe schelpdieren als warme gerechten proeven, mét passende wijn uiteraard. We krijgen eten voor een weeshuis voorgeschoteld: pasta met zeevruchten en een schaal vol rauwe mosselen, oesters, venusschelpen, gamba’s, langoustines en zelfs zeesponzen, *taratuffi* genaamd. Allemaal even lekker. Oké toegegeven, de bittere zeespons zullen we niet gauw een tweede keer bestellen. Net als we denken dat we rustig kunnen bijkomen, wordt het neusje van





de zalm gepresenteerd: inktvis gegaard in primitivovijn met gember. Pasquale: 'Deze moet je echt nog even proberen. Onlangs hebben we het geserveerd aan acht bekende Italiaanse sterrenchefs die hier een bijeenkomst hadden. Verrukkelijk vonden ze het.' Daar durven we natuurlijk geen 'nee' tegen te zeggen en dat is maar goed ook: de inktvis is niet te versmaden. Dat Italiaanse sterrenchefs weten wat lekker is, blijkt maar weer.

Bij oma

De volgende dag is het tijd om nog meer te proeven, maar dit keer gaan we voor binnenlandse specialiteiten. In de Alto Salento, het noorden van de populaire Salentostreek, ligt het kleine dorpje San Vito dei Normanni. Dit plaatsje bezoeken we op aanraden van de Nederlandse Melvin, die in de buurt de B&B Perla di Puglia runt samen met zijn Italiaanse vrouw.

San Vito bezoek je niet zozeer vanwege de culturele bezienswaardigheden (die zijn er namelijk vrij weinig), maar vanwege de authentieke lokale keuken. Iemand die daar alles over kan vertellen is Luigi Errico. Luigi leidt samen met zijn broer het populaire dorpsrestaurant Nonna Mena in de voormalige huiskamer van zijn oma, vandaar de naam. Hij is erg geliefd in het dorp, iedereen zwaait even naar hem of maakt een praatje mocht zijn restaurant hem ooit gaan vervelen, dan zou hij zich zo kandidaat kunnen stellen voor burgemeester. Vandaag neemt hij ons mee op pad in het paradijs van het slow food en laat ons de plekken zien waar hij zijn producten haalt voor Nonna Mena.

Mozzarella fresca fresca

Als eerste bezoeken we de *caseificio*, kaasmakerij, van Fabrizio. Terwijl naast ons twee vrouwen *burrata* kneden in een grote tobbe, legt Fabrizio



Mozzarella moet je zo vers mogelijk eten, het liefst direct uit het kaasbad

in het kort de belangrijkste 'kaaswetten' uit: 'Hoe meer zout je aan een kaas toevoegt, hoe langer hij houdbaar is. Harde, zoute kazen als pecorino kun je daarom prima exporteren en in Nederland nog eten. Voor mozzarella of burrata geldt echter een ander verhaal. Hier wordt geen zout aan toegevoegd en daarom dien je de kazen zo snel mogelijk te eten, het liefst vers van de kaasboer. Je kunt mozzarella nog wel eten tot vijftien dagen, maar of dat lekker is? Zonde, eerder.' Om zijn woorden kracht bij te zetten, haalt Fabrizio twee handen vol warme bollen uit de tobbe. Er is geen ontkennen aan: burrata zo zacht en smaakvol eet je maar zelden.

Pastafabriek de Deegroller

Ook de lokale pastafabriek van de familie Ligorio mogen we niet overslaan, meent Luigi en wij stemmen na het succes van de kaasfabriek gretig in. Na een korte tussenstop op de groentemarkt,



Op de stads-
muur is het
heerlijk uitwaaien
in Monopoli



zetten we koers richting Pastificio al Mattarello. Ooit maakte moeder Ligorio hier acht kilo pasta per uur met de hand, nu wordt er machinaal 200 kilo per uur geproduceerd. Van het meel tot verse *orecchiette*, een oortjespasta, duurt slechts 35 minuten. De ouderwetse *mattarello* (deegroller) komt er dus niet meer aan te pas. Luigi koopt hier zelf ook deegwaren voor zijn restaurant. 'Natuurlijk maken we ook *pasta a casa*. Maar als je elke dag lunch en diner serveert, en verschillende soorten op de kaart hebt staan, moet je wel bij kopen.' Dan is het tijd om alles bij elkaar te gaan proeven en dat doen we uiteraard in de huiskamer van oma Mena. Hier wacht Luigi's broer Antonio al ongeduldig op de boodschappen, waarmee hij voor ons een uitgebreid menu van streekgerechten op tafel tovert. Van kaas met sinaasappeljam tot paardenvlees en van rapen tot mozzarella met granaatappelpitten en poedersuiker.

Liefde voor rolluiken

Om de spijsvertering te bevorderen – onder Italianen een belangrijk issue – neemt Luigi ons na de lunch mee voor een wandeling door San Vito. Hij wijst ons op de vele *rezze* voor de deuren, rolluiken gemaakt van hout. Omdat het ambacht op sterven na dood was, sloegen drie jonge inwoners Gionata, Antonio en Gianluca, de handen ineen en bliezen de ouderwetse *rezze* nieuw leven in. Een lastige taak, want de rolluiken hadden een niet al te best imago, vergelijkbaar met dat van onze geraniums. Bejaarden gluurden door de kieren om de buurt in de gaten te houden. Hier komt dan ook het plaatselijke gezegde '*Stare dietro la rezza*' (achter het rolluik zitten) vandaan, dat zoiets betekent als 'oordelen zonder er werkelijk bij te zijn geweest'. Tegenwoordig zijn de *rezze* in San Vito echter hip and happening. Onder de naam Ama



Linkerpagina: de wal in Monopoli. Boven: het gezellige Mint Cucina Fresca in Polignano a Mare. Linksonder: pasta met zeevruchten bij Da Tuccino in Polignano a Mare. Rechtsonder: een van de *rezze* in San Vito dei Normanni.



Rezza knappen de jongens gratis de rolluiken van hun dorpsgenoten op en schilderen er een door de bewoners zelf uitgekozen illustratie op. Zo zien we onder meer een pizza-oven en een dansende vrouw voorbijkomen. Luigi heeft op zijn beurt gekozen voor een illustratie van zijn oma. Het doel van Ama Rezza is niet zozeer om hiermee geld te verdienen – erg winstgevend is dit logischerwijs niet – maar om aandacht te vragen voor hun atelier. Hier maken de jongens namelijk van oude, afgedankte *rezze* designstukken die ze verkopen. amarezza.it



Slechts op bezoek

De laatste stop van onze reis is het prachtige Monopoli, waar we de volgende ochtend inchecken in het nog charmantere Dimora Don Ferrante. Een geweldig hotel gevestigd in de oude stadsmuur, met hét uitzicht van het dorp én een zwembad op het dak. Op aanraden van hotelmanager Valentina lopen we een rondje door het centrum, langs het gezellige Piazza Garibaldi vol terrasjes, het Castello Carlo vanwaar je een mooi uitzicht op de haven, de *cattedrale* (die verrassend groot is vanbinnen!) en het Piazza Palmerieri. Allemaal must sees, maar het allerleukst is om door de steegjes te dwalen en het dagelijks leven te aanschouwen, om vervolgens de honger te gaan stillen bij Lido Bianco. We lunchen hier op het beste terras van het dorp, op een vlakke rots net boven de diepheldere zee. De vis is verser dan vers en lijkt zo uit het water op ons bord te zijn gesprongen – wat in theorie ook mogelijk zou zijn – maar de chef heeft er toch nét even zijn eigen draai aan gegeven. We eten vis in allerlei combinaties: gefrituurd, rauw en in de pasta. Ook maitre Damiano heeft zijn best gedaan in de keuken; speciaal voor ons heeft hij zijn *polpo al Ferrari* gemaakt, gepaneerde inktvis die supersnel in de frituurpan wordt gedoopt. Wie dit restaurant met honger verlaat, verklaren wij voor *pazzo*.



Puglia beleven

De prachtige Masseria Garrappa, nabij Monopoli, staat voor een unieke *esperienza pugliese*. Roberto en zijn familie organiseren kookworkshops en wijnproeverijen en laten je kennismaken met de *pizzica*. Wil je liever achterover hangen en alleen genieten van de kooktalenten van *la mamma*? Reserveer dan een tafeltje in het sfeervolle restaurant. Het is tevens mogelijk om in de masseria te overnachten. *Contrada Losciale 85, Monopoli, masseriagarrappa.it*

Folklore

Aan het eind van de dag bezoeken we Masseria Garrappa, gelegen tussen de olijfgaarden nabij Monopoli. Waar we zijn uitgenodigd voor de *pizzica*, de traditionele Pugliese volksdans. Deze dansen we, met ons Noord-Europese gevoel voor ritme, liever niet zelf, maar laten we over aan de bedreven inwoners. Er gaan verschillende verhalen over de geschiedenis ervan. Eén daarvan is het eeuwenoude verhaal van de giftige spinnebeet die vrouwen krankzinnig en ongelukkig zou maken. Eenmaal gebeten moesten de vrouwen in extase dansen om zo zich te ontdoen van het kwaad dat de spin had ingespoten. Maar er was lang niet altijd sprake van een beet, vrouwen fingerden 'm om zo vrijuit te kunnen dansen. De Kerk heeft decennialang tevergeefs geprobeerd deze losbandige dans uit te bannen. Na de dans nodigt eigenaar Roberto ons uit om in het bijbehorende restaurant te blijven eten, waar *la mamma* heerlijke gerechten bereidt met producten van eigen grond. De fles wijn op tafel komt van een klein lokaal wijnhuis en het likeurtje achteraf is zelfgemaakt. We hebben niets te klagen dus. Integendeel. Deze avond typeert precies deze mooie streek: ontzettend vriendelijke mensen, eeuwenoude tradities, prachtige plekken en verrukkelijk eten. En alsof dat nog niet genoeg is, hebben de inwoners ook nog (bijna) altijd mooi weer. Zucht...



4x FIJNE LOCATIES AAN ZEE

Wie dit gedeelte van Italië bezoekt, kan niet om de Caribisch blauwe zee en fijne zandstranden heen. Nu het gebied populairder wordt bij toeristen, schieten de strandtenten als paddenstoelen uit de grond. Dat betekent dat je moet betalen om op bepaalde stranden te komen, maar dan kun je wel gebruik maken van allerlei faciliteiten. Er zijn ook openbare stranden, maar die zijn over het algemeen minder aantrekkelijk – op de stranden in beschermd gebied na. Eigenaar Angelo van de charmante masseria Bianca di Puglia kent het gebied maar al te goed. Hij weet ons uitstekend te helpen met een keuze te maken uit de ellenlange lijst stranden in de buurt van Monopoli.

- **Lido Sabbiadoro** – oftewel goud zand. Een fijne strandtent met alle faciliteiten die bij een stranddag horen. lidosabbiadoro.com
- **Lido Torre Egnazia** – populaire spot aan het strand van Capitolo. Contrada Losciale 70/C
- **Lido Santo Stefano** – privéstrand in een kleine baai. Contrada Santo Stefano
- **Spiaggia di Porto Ghiaccio** – publiek strand aan de rand van een oude burcht. Porto Ghiaccio



De vis lijkt zo uit het water op ons bord te zijn gesprongen

ETEN

Da Tuccino, Polignano a Mare

In Polignano eet je de lekkerste vis bij Da Tuccino, net buiten het centrum. Een absolute aanrader voor wie 'goed eten op vakantie' hoog in het vaandel heeft. Via Santa Caterina 69/F, Polignano a Mare, tuccino.it

Lido Bianco, Monopoli

Een terras waar je u tegen zegt en gerechten waar je je vingers bij opeet, dit alles vind je bij Ristorante Lido Bianco. Wie een bezoek brengt aan Monopoli, mag deze plek beslist niet overslaan. Via Procaccia 3, Monopoli, ristorantelidobianco.com

Nonna Mena, San Vito dei Normanni

Alle principes van de Slow Food-beweging komen hier bij elkaar. Subliem eten met respect voor de omgeving én voor de gasten, want die profiteren daar bij Nonna Mena toch wel het meest van. Viale della Libertà 45, San Vito dei Normanni, lalocandadinonnamena.com

SLAPEN

Il Covo dei Saraceni, Polignano a Mare €-€€

Het hotel met het mooiste uitzicht van Polignano, over het historisch centrum en de zee. Il Covo dei Saraceni herbergt 32 kamers in *stile pugliese*, met kleurrijke keramiekvloeren, ambachtelijke meubels en badkamers in mozaïek. Op het panoramisch terras kun je genieten van verse vis of een heerlijk bereide pasta. Een aanrader! covodeisaraceni.com

Masseria Bianca di Puglia, Macchia di Monte €-€€

Tussen de olijfgaarden, nabij Monopoli, ligt de volledig gerenoveerde masseria Bianca di Puglia. De perfecte accommodatie voor wie in alle rust en privacy vakantie wil vieren. De masseria herbergt drie appartementen met complete keukens, airconditioning en *wifi*. Verse groenten pluk je zo uit de moestuin. Eigenaar Angelo stelt gastvrijheid boven alles en zorgt ervoor dat zijn gasten niets tekort komen. biancadipuglia.it

Dimora Don Ferrante, Monopoli €€€

Wie zich goed in de watten wil laten leggen, moet beslist bij Dimora Don Ferrante zijn. Gelegen op een schitterende plek in het centrum van Monopoli, is dit een geweldig hotel voor iedereen die nét wat meer te besteden heeft. Op het dakterras van het historische pand ligt een zwembad vanwaar je geweldig uitkijkt over zee. En als dat nog niet genoeg is biedt het hotel ook nog diverse massages aan. Een ontspannen vakantie is gegarandeerd. donferrante.it

B&B Perla di Puglia, San Vito dei Normanni €

Combineer vakantie met slow food op zijn best. Deze B&B (met zwembad!) beschikt over vier tweepersoonskamers en één vierpersoonskamer. De Nederlandse Melvin en zijn Italiaanse vrouw Laura laten je kennismaken met het echte Italiaanse eten. Zo organiseren ze diverse uitjes, zoals een bezoek aan lokale mozzarella-fabriekjes, wijnproeverijen en culinaire workshops in de omgeving. vakantie-in-puglia.nl



Il Covo dei Saraceni



Masseria Bianca di Puglia



Dimora Don Ferrante

Ontdek authentiek Puglia!

Speciaal voor lezers van De Smaak vanaf € 675 p.p

Fundadore heeft een prachtige achtdaagse reis door Puglia speciaal samengesteld voor lezers van De Smaak. Je logeert in een authentieke trullo, geniet van witte stadjes als Ostuni, Locorotondo en Martina Franca en aansluitend verblijf je een paar heerlijke dagen aan zee in het schilderachtige Peschici.

Het arrangement is inclusief vlucht, autohuur en 7 overnachtingen. Kijk voor meer informatie op desmaakvanitalie.nl/puglia

REIZEN

Afstand Utrecht –

Polignano a Mare 1.960 km

Diverse luchtvaartmaatschappijen vliegen vanaf Amsterdam en Brussel rechtstreeks naar Bari. Vanaf het vliegveld is het ongeveer 45 minuten rijden naar Polignano a Mare en ruim 50 minuten naar Monopoli. Vanaf Monopoli en Polignano is het ongeveer een uurtje rijden naar San Vito dei Normanni.

Auto huren

Het is ten eerste aan te raden om een auto te huren, alleen op deze manier kun je het gebied goed verkennen. De wegen zijn goed onderhouden en, niet onbelangrijk, van het Zuid-Italiaanse temperament is in het verkeer nauwelijks sprake. Betrouwbare en nieuwe modellen huur je bij desmaakvanitalie.nl/sunnycars

