HET BELANGRIJKSTE EERST

DOEK OP: HET THEATER IN!

De schouwburgen van Palermo en Catania en het Teatro Greco onder de sterrenhemel van Syracuse zijn de garantie voor een unieke en sfeervolle belevenis. Eveneens in Palermo, Catania en Syracuse maken poppenspelers (*pupari*) de heldendaden van Orlando en zijn vazallen aanschouwelijk.

WAAR GAAT ZE EIGENLIJK NAARTOE?

De driebenige *trinacria* is een oud symbool voor de zon of de levensweg dat op de Siciliaanse vlag staat. Er worden ook aardewerken decoraties van gemaakt, onder andere door Ceramiche di Santo Stefano in Santo Stefano di Camastra (ceramichedisantostefano.it).

GRANITA OF GELATO?

In het oosten van Sicilië is de meest voorkomende ijssoort de verfrissende *granita*, gemalen ijs van citroensap, aardbeien, moerbeien, amandelen, pistachenoten of koffie. En *gelato,* gewoon ijs? Dat kun je hier behalve in een *cono* (hoorntje) ook in een *brioche* krijgen, een broodje ijs dus.

WANDELEN, NIET ALLEEN OP DE VULKAAN

Een lange voettocht hoeft niet per se, maar ga wel een keer een wandeling maken op Sicilië. Bijvoorbeeld de Etna op, waar je een fantastisch uitzicht hebt en bovendien getuige kunt zijn van vulkanische activiteit, in Le Madonie, een van de soortenrijkste gebieden in het Middellandse Zeegebied, of in het Riserva Naturale Orientata



dello Zingaro, waar onderweg tal van baaitjes uitnodigen tot een verfrissende duik in zee.

NIET VOOR IEDEREEN GESCHIKT – DE CATACOMBEN VAN PALERMO

In de Catacombe dei Cappuccini (Catacomben van de Kapucijnen) in Palermo wordt de bezoeker opgewacht door skeletten in versleten pijen of burgerkleding. Een bordje met naam en sterfdatum is op hun kleding bevestigd (Piazza Cappuccini 1, catacombefraticappuccini.com, bus 109, zomer dag. 9-17.30 uur, rest van het jaar beperktere openingstijden, €5).

DE BEGINSELEN VAN DE ANTIEKE ARCHITECTUUR

Er is geen betere locatie om de tempelbouwkunst van de oude Grieken te bekijken dan Sicilië. Op het eiland kun je de verschillende bouwstadia van een Griekse tempel bekijken, zoals de steengroeve Cave di Cusa bij Selinunte, de onvoltooide tempel in Segesta en de zeer goed bewaard gebleven Tempio della Concordia in Agrigento. Wie destijds uit het oude

ANTIMAFFIA

Steun tijdens je verblijf op Sicilië ondernemers die zich verzetten tegen de maffia. Op addiopizzo.org staat een plattegrond van Palermo waarop hotels, restaurants en winkels zijn aangegeven die geen protectiegeld aan de maffia betalen. Bovendien organiseert de reisorganisatie van de beweging Addiopizzo ('protectiegeld adieu') allerlei excursies en activiteiten.



Griekenland naar Sicilië reisde, kon zich alleen maar verbazen. Ze hadden iets bereikt in het Westen en dat wilden ze weten ook.

HET RUIKT NU EENMAAL ZO

Al ver voor aankomst dringt de zwavelgeur van de modderpoelen op het eilandje Vulcano je neus binnen. Ze mogen dan vies ruiken, geneeskrachtig zijn ze wel, en veel mensen zweren dan ook bij een heerlijk modderbad.

VOETEN IN HET ZAND

Een natuurlijke trap loopt door *macchia* (struikgewas) omlaag naar het strand van Selinunte, waar je bij mooi weer een lekker visje kunt eten bij restaurant La Pineta (Via Punta Cantone, ristorantelapineta-selinunte.it, dag. 8-23 uur).

DE AUTEUR

Elk jaar word ik weer naar Sicilië getrokken – naar Palermo, kustplaats Syracuse, de olijvenoogst in de Valle del Belice of de stranden langs de zuidkust. Niet zelden met vrienden, die ook niet meer loskomen van dit eiland.

ETEN EN DRINKEN

Meer nog dan de overige Italianen zijn de Sicilianen verzot op eten. Ze vinden het heerlijk om met familie of vrienden te lunchen of te dineren, tijdens de gangen over de bereiding van gerechten en regionale specialiteiten te praten, de beste recepten en restaurants uit te wisselen en nieuwe adressen uit te proberen, het liefst natuurlijk die waar anderen zo hoog over opgeven …

SMELTKROES VAN EETCULTUREN

Feniciërs, Carthagers, Sicelen, Sicanen, Elymiërs, Grieken, Romeinen, Normandiërs, Arabieren en Spanjaarden – al deze culturen vestigden zich langere of kortere tijd op Sicilië en lieten hier ook hun recepten achter. De enorme verscheidenheid aan Siciliaanse gerechten, ingrediënten en kruiden is een afspiegeling daarvan. Zelfs voor kenners van de Italiaanse keuken valt hier altijd wel weer iets nieuws te ontdekken.

LEKKERNIJEN UIT ZEE EN DE BERGEN

De Middellandse Zee is de 'provisiekamer' van de Siciliaanse keuken. Zo vind je op de menukaarten in Messina de regionale specialiteit *pesce spada cu sammurigghiu*. De zwaardvis wordt geserveerd in een saus van olijfolie, marjoraan en grof gesneden rode paprika. Ook de couscous van Trapani wordt uitsluitend met vis bereid en verloochent zijn Marokkaanse oorsprong niet. Een specialiteit uit Catania is *sarde a beccafico*, met paneermeel, pijnboompitten en rozijnen gevulde sardines. Vleesgerechten als *castrato*, gegrild vlees van tien maanden oude lammetjes, of *capretto*, in de oven gesmoord geitenvlees, komen vaak op tafel in de berggebieden Madonie en Nebrodi.

REGIONALE SPECIALITEITEN

Caponata, een antipasto (voorgerecht) van aubergines, tomaten, selderij, kappertjes, olijven en ansjovis, heeft de status van nationaal gerecht van Sicilië. In berggebieden als de Nebrodi en Le Madonie worden vaak stevigere voorgerechten gegeten, zoals zelfgemaakte worst, kaas van koe- of schapenmelk of in olijfolie ingelegde bospaddenstoelen. Hoofdbestanddeel van de eerste gang is meestal pasta in een van de talloze variaties. Een typisch gerecht uit Palermo is *pasta con le sarde*, spaghetti met sardines, rozijnen, pijnboompitten, wilde venkel en saffraan. De door de Arabieren geïntroduceerde aubergine vormt de basis voor *pasta con le melanzane*: zelfgemaakte macaroni met aubergines, tomaten, basilicum en vers geraspte *ricotta salata*. In Catania heeft dit gerecht een welluidender naam: *pasta alla Norma* – een eerbetoon aan de uit Catania afkomstige belcanto-componist Vincenzo Bellini en zijn geliefde opera.

EEN ZOETE LEKKERNIJ VOOR ELKE GELEGENHEID

Een hoofdstuk apart zijn de terecht geroemde zoete lekkernijen zoals *cassata*, een laagjestaart van biscuit, ricotta, stukjes chocolade, gekonfijte vruchtjes en een scheutje zoete likeur, en *cannoli*, met een crème van ricotta gevulde deegrolletjes die vroeger alleen in de carnavalstijd werden bereid. En niet te vergeten de verschillende snoeperijen met amandelen, zoals *frutta martorana* of eenvoudige amandelkoekjes. Typische zoetigheden voor het gebied rond de Etna zijn de boterzachte *dolci* met pistachenootjes. In de kersttijd worden *petrafennula*, een soort noga van honing, amandelen en citrusvruchten, en *buccellato*, een met vijgen en noten gevulde krans, veel gegeten.

INVOLTINI DI PESCE SPADA

Gevulde zwaardvisrolletjes
voor 4 personen

800 g zwaardvis in dunne plakken
200 g paneermeel
40 g pijnboompitten
40 g sultanarozijnen
40 g kappertjes (in azijn)
50 g grote groene olijven
50 g belegen pecorino
1 bosje basilicum
olijfolie, zout, peper
4 satéprikkers (ca. 15 cm lang)

Meng 150 g paneermeel met de pijnboompitten, de sultanarozijnen, de kappertjes, de gehakte olijven, de pecorino, het fijngesneden basilicum, een beetje olijfolie en een snufje zout en peper. Bestrijk hiermee een helft van de zwaardvismoten. Rol op, wentel door de rest van het paneermeel en steek op een satéprikker. Bestrijk met de olijfolie, draai er nog wat peper over en gril ongeveer 10 minuten. Serveer met verse ciabatta.

PRIJZEN

Gemiddelde prijs voor een hoofdgerecht:

€ tot 20 euro
€€ 20-30 euro
€€€ 30 euro en meer



FASTFOOD ALLA SICILIANA

Zonder bestek
Sicilië heeft een heel eigen antwoord op de internationale fastfoodcultuur. Zo kun je bijvoorbeeld op de markten in Palermo en Catania bij geïmproviseerde eetstalletjes terecht voor *arancine*, goudgeel gebakken, met ragout en erwten of ham en kaas gevulde rijstballetjes, *sfincione*, kruidige pizzapunten met een dikke bodem, of knapperige *panelle*, in vet gebakken koekjes van kikkererwtenmeel. Ook vers bereide inktvis en *stigghiole*, gegrilde ingewanden van een lam, zijn smakelijke snacks.

DE ZON IN JE GLAS: SICILIAANSE WIJNEN

Met een jaarproductie van zo'n 6,1 miljoen hectoliter is Sicilië goed voor 8,2% van de wijnproductie van Italië. Ongeveer 55% van de witte wijnen wordt in het westen van het eiland geproduceerd, zoals de Bianco d'Alcamo en de Santa Margherita di Belice. Zo'n 13,4% van de druivenoogst wordt tot most verwerkt. De meeste rode wijnen – zoals de Cerasuolo di Vittoria – worden gemaakt van de tanninerijke druivensoort nero d'avola, die vooral in het gebied rond de Etna en in de buurt van Ragusa wordt verbouwd. Gerenommeerde wijnhuizen zijn Planeta en Regaleali.

PAPYRUS

In het kleine, interessante **Museo del Papiro** 4 (Via Nizza 14, museo delpapiro.it, di.-zo. 10-14 uur, €6) wordt de geschiedenis van het papyrus verteld. Wie wil zien hoe papyrus wordt gewonnen, moet een kijkje nemen in de sfeervolle papyrustuin van Angelo Mortellaro, **L'Angolo del Papiro** 20, niet ver van het archeologisch park (Via Giuseppe Agnello 11, angolodelpapiro.com). Tijdens een boottochtje over de rivier de **Ciane** kom je langs wilde papyrussen (▶ blz. 41).

laar, in dit geval van San Marciano, die in 44 n.Chr. tot eerste bisschop van Syracuse was benoemd. De Cripta di San Marciano, waar de apostel Paulus nog een preek zou hebben gehouden aan het altaar, is te bereiken via de ruïnes van de aangrenzende **Basilica di San Giovanni** (6e-11e eeuw). Deze dakloze kerk – met een mooi rozetvenster – was ooit de eerste bisschopszetel van Sicilië, maar raakte na de aardbeving van 1693 in verval.

ETEN, SLAPEN, UITGAAN

Het autovrije schiereiland **Ortygia** is hét uitgaansgebied van de stad. Vanwege de unieke sfeer en de goede restaurants is het ook een prima plek om te overnachten.

OVERNACHTEN

LUXUEUS

Grand Hotel 1
Luxueus hotel aan de Porto Grande met een goed restaurant en een schitterend dakterras. Er rijdt een pendelbus naar het privéstrand.
Viale Mazzini 12, grandhotelortigia.it, €€€

CHARMANT EN STIJLVOL

Palazzo del Sale 2
Boetiekhotel in het hart van de binnenstad met vier verschillend ingerichte kamers. 's Ochtends wordt een uitgebreid ontbijtbuffet geserveerd.
Via Santa Teresa 25, palazzodelsale.com, €-€€

BUDGETHOTEL MET DAKTERRAS

Hotel Gutkowski 3
Eenvoudige, maar stijlvolle kamers, sommige met balkon en uitzicht op zee. Centraal gelegen op Ortygia.
Lungomare Vittorini 18, guthotel.it, €€-€€€

ETEN EN DRINKEN

AUTHENTIEK

Sicilia in Tavola 1
Authentieke en charmante trattoria waar onder andere uitstekende zelfgemaakte pasta en dagverse visgerechten op het menu staan. Reserveren aanbevolen.
Via Cavour 28, siciliaintavola.eu, ma. gesl., €€-€€€

KOKEN MET PASSIE

A Putia Delle Cose Buone 2
Familiebedrijf met typisch Siciliaanse gerechten en een uitstekende wijnkaart. Ontspannen sfeer, midden in de binnenstad.
Via Roma 8, aputiadellecosebuone.it, 12-23 uur, di. gesl., €€-€€€

ONGEDWONGEN

Scuola alimentare 3
Innovatieve levensmiddelenwinkel waar in een achterkamer uitsluitend regionale gerechten op tafel komen, vergezeld van uitstekende wijnen.
Via della Meastranza 66, op Facebook, dag. 12-23 uur, €-€€

SICILIAANS STREETFOOD

Caseificio Borderi 4
Op de markt van Ortygia kun je ruimhartig belegde panini en kaas- en hamspecialiteiten krijgen.
Via Emanuele de Benedictis 6 (markt van Ortygia), op Facebook, ma.-za. 7-16 uur, €

UITGAAN

TRENDY

Barcollo 1
Goede keus aan cocktails en bovendien worden smakelijke, creatieve gerechten geserveerd. Zo nu en dan livemuziek.
Piazza Cesare Battisti 6/8, barcollosiracusa.com, do.-di. 19-2 uur

LEUK VOOR EEN APERITIEFJE

Mikatù 2
Ongedwongen bar met goede cocktails en vrij uitzicht op de Middellandse Zee.
Via Castello Maniace 72, op Facebook, dag. 12-24 uur

INFO EN EVENEMENTEN

Ufficio Turistico Siracusa: Via Maestranza 33, comune.siracusa.it en siracusaturismo.net.
Festa di Santa Lucia: 13 dec. en de eerste zo. in mei. Processie ter ere van Santa Lucia, waarbij het zilveren beeld van de beschermheilige van de stad van de kathedraal naar de Piazza Santa Lucia wordt gedragen.

IN DE OMGEVING

DE MUREN VAN SYRACUSE

Omstreeks 400 v.Chr. liet Dionysius I in de buurt van de huidige plaats Belvedere op een strategisch gunstige locatie de noordelijke heuvels van Epipoli met een 27 km lange muur versterken. Hierdoor ontstond een van de belangrijkste en in militair opzicht geraffineerdste vestingen van de Griekse wereld, het **Castello Eurialo** (🗺 L 6, 7 km ten noordwesten van Syracuse, onregelmatige openingstijden). Voor de bouw van de vesting zouden 60.000 arbeiders en 12.000 ossen zijn ingezet. Van hieruit probeerde de geniale Archimedes met behulp van een uitgekiend systeem van lenzen en spiegels de schepen van de Romeinen in brand te steken – maar toch kon hij niet voorkomen dat de stad werd veroverd.



Een avondwandelingetje over de boulevard van Ortygia is bijzonder populair

BOOTTOCHTJE OP DE CIANE

Van maart tot half november kun je met een motorboot een tochtje maken langs de dicht met metershoge papyrussen begroeide **oever van de Ciane** (🗺 L 7; als een tochtje over de Ciane niet mogelijk is, wordt uitgeweken naar de Anapo). De bemanning weet veel over de flora en fauna van dit gebied. De aanlegsteiger ligt ongeveer 3 km ten zuidoosten van de stad aan de S.S.

HOUTEN HELDEN

Opera dei Pupi 3
Een voorstelling van de Opera dei Pupi zou je niet mogen missen. In hun eigen kleine theater vertonen de broers Mauceri hun poppenspelerskunsten volgens de Siciliaanse traditie (Via della Giudecca 22, tel. 09 31 46 55 40, teatrodeipupisiracusa.it, voorstellingen en aanvangstijden zie website, ▶ blz. 92). Interessant is ook het kleine museum met de vele manshoge *pupi* en decorstukken (Via della Giudecca/hoek Piazza San Giuseppe, €3, ook combiticket voor €10,50). Wie wil zien hoe de *pupi* worden gemaakt, kan een kijkje nemen in het aanpalende *laboratorio* van Daniel Mauceri (Via della Giudecca 17-19, danielmauceri.com, rondleiding mogelijk, duur ca. 20-30 min., €8 p.p.).

TOPSPOT 11

TUSSEN HEMEL EN ZEE - RISERVA NATURALE ORIENTATA DELLO ZINGARO

Je zoekt een ongerept kustlandschap, ver van alle drukte en lawaai? Tussen San Vito Lo Capo en Scopello lopen gemarkeerde paden met magnifieke uitzichten langs hoge bergen en een haast Caribische blauwe zee naar sprookjesachtige baaien met strandjes. In een paar kleine natuurhistorische musea kun je meer te weten komen over de plaatselijke flora en fauna.

Geluidloos zweven roofvogels door de lucht, terwijl de diepblauwe zee bulderend in schuim verandert tegen de gekloofde rotsen. De idylle wordt niet verstoord door het geknetter van een scooter of het getoeter van een auto. Toch is er een tijd geweest dat dit paradijsje zijn langste tijd leek te hebben gehad. In de jaren tachtig van de vorige eeuw moest de aanleg van een nieuwe weg de kust hier voor het toerisme ontsluiten. De eerste tunnel was al geboord, maar toen kwamen Siciliaanse milieuactivisten in verzet. Een grote protestmars bracht uiteindelijk de ommekeer. Het project werd stilgelegd en in 1981 werd met Lo Zingaro het eerste beschermde natuurgebied van Sicilië in het leven geroepen.

DRIE PADEN - DRIE WERELDEN

Mooi aangelegde en in de regel goed bewegwijzerde wandelpaden ontsluiten via drie hoofdroutes het 1600 ha grote gebied. De 7 km lange **Sentiero Principale** 1 (blauw) loopt licht golvend vlak boven de kustlijn. Steile rotsen worden afgewisseld door uitnodigende baaien met kiezelstrandjes, die via zijpaadjes eenvoudig te bereiken zijn. De hoger gelegen **Sentiero Secondario** 2 (groen) is inspannender, want hier moeten hoogteverschillen tot wel 500 m worden overwonnen. Het pad voert door enkele verlaten nederzettingen van herders en boeren. De **Sentiero Alto** 3 (rood) loopt langs de toppen en is met een hoogteverschil van ongeveer 800 m uitgesproken zwaar. Die inspanning wordt echter beloond, want je hebt hier steeds weer prachtige vergezichten. Op de hellingen van de rotspartijen nestelen gieren, valken en zelfs arenden.



Tegen de drieduizend plantensoorten zouden er op Sicilië zijn, meer dan op alle andere eilanden in de Middellandse Zee samen. Vele daarvan bloeien in de lente in het Riserva Naturale Orientata dello Zingaro

PARKEREN

Bij de ingangen van het beschermde natuurgebied in San Vito Lo Capo en Scopello zijn parkeerplaatsen. Vergeet niet water mee te nemen!

VIER MUSEA - VIER THEMA'S

Vier kleine musea bieden informatie over de rijke flora en fauna van Lo Zingaro. Naast *macchia*, johannesbrood- en olijfbomen drukt vooral de dwergpalm een stempel op het landschapsbeeld van het beschermde natuurgebied. Het **Museo Naturalistico** 1 laat zien wat er zoal van de vezels van de *palma nana* wordt gemaakt, zoals zeilen, matten en manden. Het zachte merg van de palm is bovendien een uitstekende dorstlesser. In het **Museo della Manna** 2, dat in de schaduw van een manna-es (of pluimes) staat, is op informatieborden beschreven hoe de gewilde zoetstof manna tot ver in de 19e eeuw door inkerving werd gewonnen. Het **Museo delle Attività Marinare** 3 is helemaal gewijd aan de visserij. Zo wordt hier het ingewikkelde gebruik van visfuiken voor de vangst van tonijn aanschouwelijk gemaakt. In het **Museo della Civiltà Contadina** 4 staat het boerenbestaan centraal. De collectie omvat onder andere huishoudelijke voorwerpen van hout en aardewerk, en speelgoed. Wat vooral opvalt is hoe liefdevol de stukken worden gepresenteerd.



Wandelaars in het Riserva Naturale Orientata dello Zingaro

INFO EN OPENINGSTIJDEN

Riserva Naturale dello Zingaro: riservazingaro.it, dag. 7-19.30, winter 8-16 uur, €5, bij de ingang zijn wandelkaarten verkrijgbaar.
Musea: informeer bij de ingang naar de openingstijden.

ETEN EN DRINKEN

Leuke restaurants bevinden zich in het nabijgelegen **San Vito Lo Capo** en **Scopello**.



Uitneembare kaart: B/C 3