



Die Burg von Roccascalegna in der abruzzesischen Provinz Chieti.

LINKE SEITE: Die raue Hochebene Campo Imperatore im Nationalpark Gran Sasso und Monti della Laga wird auch «kleines Tibet» genannt.

# Die Abruzzzen im Herzen

Authentische Küche und wilde Natur: Unser Autor nennt jede Menge *guter Gründe*, seine Heimat zu entdecken. Dabei ist das Risiko gross, sich ein wenig in diese Region *zu verlieben*.

*Text:* Claudio Del Principe



Der asketische Speisesaal im «Ristorante Reale».



Dreiternekoch Niko Romito mit Schwester Cristiana.



Ein Manifest: «Pane e Peperone».



Gianni Dezio in seinem «Ristorante Zunica».



Dolce Vita in der «Villa Corallo».



Intakte Biodiversität auf dem Weingut von Emidio Pepe in Torano Nuovo.

# W

Gleich zu Beginn eine Warnung: Diese Reportage ist eine rein subjektive Schwärmerei eines Heimweh-Abruzzesen. Es könnte aber auch eine herzliche Einladung sein. An alle, die ein Italien mit Massen von Touristen und abgenutzten Klischees meiden und dafür authentische Kultur und wilde Natur entdecken möchten.

Abruzzo – das ist die Region, in der Dörfer wie Schwalbennester an Felsen kleben und du dich fragst: Wie zum Geier? Anton Corbijn, Fotograf, Regisseur und Art Director für Bands wie Depeche Mode, war so hingerissen von der melancholischen Berglandschaft, dass er den atmosphärischen Thriller «The American» mit George

Clooney dort gedreht hat. Abruzzo ist aber auch Costa dei Trabocchi – ein sanfter Küstenabschnitt mit historischen Stelzenhäusern im Meer, die der spätromantische Dichter Gabriele D'Annunzio als «kolossale Spinnen» bezeichnete und die heute grossartige Fischrestaurants sind.

Das Ding ist, früher fand ich meine Heimatregion wenig anziehend. Die Toskana hat auf den ersten Blick mehr zu bieten. Erst mit der Zeit geht einem auf: Hier in den Abruzzen ist es weniger laut, weniger pompös und weniger kommerziell. Und das ist in der heutigen Zeit mindestens so attraktiv.

#### SCHÖNHEIT DURCH WEGLASSEN

Grund für einen Abstecher in die Abruzzen ist allein schon die kulinarische Pilgerreise zu Niko Romito. Im ehemaligen Kloster Casadonna betreibt er das «Ristorante Reale», ausgezeichnet mit drei Michelin-Sternen.

Romito erhebt einfache regionale Zutaten auf höchstes Niveau. «Ich suche maximale Ausdruckskraft und vertikale Geschmacksentwicklung. Ich versuche, die Tiefe der Zutaten, ihr Inneres zu erforschen, bringe es an die Oberfläche und lasse

dabei neue, unerwartete Aromen zum Vorschein kommen», erklärte er mir einmal.

Seine Gerichte kommen ohne Fine-Dining-Finish aus. Schönheit entsteht bei ihm durch Weglassen. «Meine Gerichte werden oft als einfach bezeichnet», so Romito. «Das ist richtig im Sinne von nicht kompliziert, bedeutet aber nicht, dass sie ohne Aufwand zubereitet sind. Beim Kochen kann Aufwand von Vorteil sein, Kompliziertheit hingegen nie. Diese Art der Einfachheit erreichen wir durch fokussierte Recherche und Passion für die Balance.»

Ein gutes Beispiel dafür ist sein Gericht «Zucchini, Zimt und rosa Pfeffer». Das aromatische Kunstwerk oszilliert in diversen Konsistenzen. Jedes Gemüse – manchmal aber auch Fisch oder Fleisch – ist Hauptdarsteller in Romitos vorwiegend pflanzlichem Vierzehn-Gang-Menü. Ich vermeide das Wort «vegan» bewusst. Es ist zu eindimensional und negativ konnotiert.

Oder nehmen wir «Brot und Peperoni». Ein Manifest! Zwei simple Zutaten wirken wie eine Detonation am Gaumen. Die Paprika bekommt durch diverse Garprozesse eine fleischige Textur, ist vollmundig und geschmacksintensiv.

Das Brot ist keine Beilage, sondern Strukturgeber. Es erinnert an das dunkelste, knusprigste Eckstück einer Pizza *in teglia* mit dem konzentrierten Geschmack des Tomatenbelags.

Das Erstaunliche: Niko Romito ist Autodidakt. Er brach sein Wirtschaftsstudium ab, um in der Trattoria seines Vaters einzuspringen, als dieser erkrankte. Mit seiner Schwester Cristiana hat er als Folge quasi aus dem Nichts Drei-Sterne-Niveau erreicht. Er war nie auf einer Kochschule, betreibt aber mit der «Accademia Romito» eine zukunftsweisende Ausbildungsstätte.

#### SPAGHETTI AUF LUXUSNIVEAU

Für Bvlgari Hotels entwickelt er *signature dishes*. Wie geht das zusammen, reduzierte Cucina povera und Bling-Bling? «Das ist der neue Luxus», sagt Romito. «Stell dir vor, das meistverkaufte Gericht ist unsere Version von Spaghetti al pomodoro. Wir haben es geschafft, einfache, bäuerliche Gerichte global auf Luxusniveau zu heben.»

Auch die asketische Ambiente und der diskrete Service im «Reale» sind bemerkenswert. Man wähnt sich in einem Exerziten-Haus und vollführt geistlich-kulinarische Übungen, die

abseits des Alltags zu einer intensiven Besinnung über den Wert von Lebensmitteln und deren achtsame Zubereitung führen.

Essen bei Niko Romito ist weniger feudales Fest als vielmehr eine eindruckliche Horizont-erweiterung. Wie der Besuch einer Kunstaustellung, der Geist und Körper gleichermassen nährt.

#### VON STILLE UMHÜLLT

Wer Dolcefarniente auf die Spitze treiben möchte, findet hier das perfekte Relais. Die «Villa Corallo» aus dem 18. Jahrhundert ist ein kleines grosses Luxusresort. Chef im angegliederten «Ristorante Zunica» ist Gianni Dezio, ein Schüler von Niko Romito. Es ist eines dieser Anwesen, die einen schon bei der Anreise völlig einnehmen. Der Eingang ist so unscheinbar, dass man ihn von der Landstrasse aus fast verpasst. Doch sobald man am Eisentor Einlass gewährt bekommt, öffnet sich einem eine andere Welt. Man rollt über den knisternden, mit Pinien gesäumten Kiesweg in einen grossen Park mit jahrhundertealten, riesigen Bäumen und Palmen.

Der prunkvolle Landsitz strahlt Grandezza aus. Der Empfang ist warm und persönlich wie

in einer Beauty-Klinik. Alles ist geschmackvoll und eklektisch eingerichtet, mit der perfekten Balance aus historischer Architektur und modernen Designklassikern.

Das Glück lässt sich kaum fassen, wenn man realisiert, dass es hier tatsächlich nur elf Gästezimmer gibt. Alles ist entsprechend friedvoll und ruhig. Die Gartenanlage mit dem langen Pool aus Naturstein ist umwerfend, wie aus einem Architekturmagazin – komplett mit hochwertigen Liegestühlen, diskret platziert in Nischen, die mit hohen Gräsern und Kaktusfeigenbäumen umrandet sind. Die Stille umhüllt einen und lässt einen sanft zur Ruhe kommen.

Auf das Abendessen darf man sich besonders freuen. Bereits im ersten Jahr wurde die Küche von Gianni Dezio mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet. Der junge Koch hat den Drang seiner wilden Jahre etwas gezügelt und kocht nun kreativ, überraschend verspielt, aber geschmacksicher und präzise. Viele Zutaten kommen vom Biohof der «Villa Corallo» oder von der nahen Küste. Produkte aus der Region zu verwenden, ist für Dezio selbstverständlich. Ebenso wie seine Philosophie, traditionelle Gerichte zeitgemäss

Bilder vorangehende Seite: PD / zVg

Bilder: Helenio Barbeta, Andrea Straccini, PD / zVg



Das Glück lässt sich kaum fassen: die Empfehlungen von Claudio Del Principe in seiner Heimatregion Abruzzen in der Übersicht.

zu interpretieren. Seine grünen Algen-Gnocchetti mit Schwertmuscheln und Piniencreme, als Beispiel, sind einzigartig und phänomenal.

Zur Abwechslung folgt man den Tipps der Rezeption in eine nahe Trattoria. Achtung: sich nicht von Monobloc-Stühlen abschrecken lassen oder von der Tatsache, dass im Speisesaal der Fernseher läuft. Dafür ist das Essen göttlich! Beste *mamma*-Küche von Chitarrina alla teramana, handgemachten Spaghetti mit Mini-Hackbällchen, bis zu Timballo, einer besseren Lasagne mit Crêpe-Schichten.

**IN BESTEN FRAUENHÄNDEN**

Ganz in der Nähe der «Villa Corallo» liegt das Weingut von Emidio Pepe. Er hat das positive Ansehen von Wein aus den Abruzzen massgeblich geprägt, indem er bereits 1964 mit biologischem Anbau und Handarbeit auf Klasse statt Masse setzte. Der Familienbetrieb ist mittlerweile in besten Frauenhänden: jenen seiner Töchter und Enkeltöchter. Das Weingut ist ein Musterbeispiel für Nachhaltigkeit und Biodiversität. Seine Enkelin Elisa erzählt stolz: «Nonno hat sich nie als Winzer bezeichnet, er sagte stets:

«Ich bin Landwirt, jede Pflanze, jedes Lebewesen ist gleichwertig.» So wird im Weinberg, genauso wie im Keller, auf chemische Mittel verzichtet: keine künstlichen Hefen, keine Tricks, kein Schwefel. So entstehen Weine mit natürlichem Charakter und beeindruckender Lagerfähigkeit, nicht nur beim Rotwein. Auch die Weissen sind eine Offenbarung – sofern man denn eine der raren Flaschen ergattert.

So spannend glasweise Weinbegleitungen auch sein können, viel spannender ist es, sich einer Flasche 2015er Trebbiano d'Abruzzo hinzugeben. Mit jedem Schluck gibt der Wein mehr Preis von seinen komplexen, dichten Aromen. Der Abgang ist mächtig und lang. Das passt perfekt zu einem ehrlichen Essen im *agriturismo* des Weinguts; Zimmer gibt es praktischerweise direkt über dem Restaurant. Die Zutaten kommen alle vom Hof oder von Bauern aus der Nachbarschaft. Alles wird schlicht zubereitet, also schlicht und ergreifend.

Apropos in besten Frauenhänden: Aus den Abruzzen kommen auffallend viele starke, erfolgreiche Frauen wie Madonna, Lady Gaga – oder Francesca Petrei Castelli. Sie ist Inhaberin und Chefin einer der ältesten Pasta-Manufakturen

Italiens: Verrigni in Roseto degli Abruzzi. Den Hartweizen in Bio-Qualität baut sie selber an. Und die extra raue Pasta ihrer Premiumlinie wird nicht wie üblich durch Bronzeformen gepresst, sondern durch solche aus Gold. Da ihnen das eine bessere Textur und Saucenhaftung verleiht, verkauft die kleine Manufaktur vorwiegend direkt an die Spitzengastronomie; Küchenchef Marco Ortolani vom Hotel «Réserve Eden au Lac Zürich» etwa ist ein treuer Kunde.

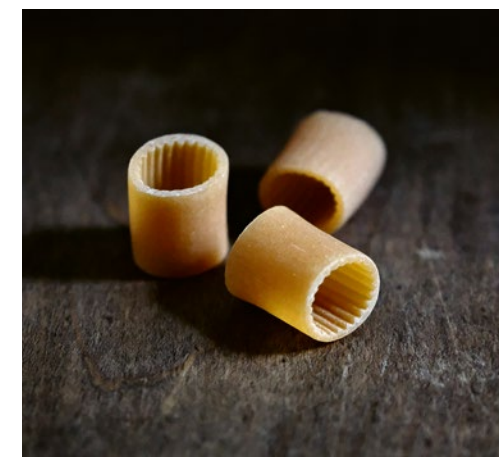
Vieles, bis hin zum Verpacken der Pasta, ist Handarbeit, das unterscheidet sie von schnellgefertigter Industriepasta. Die Trocknung erfolgt schonend bei 45 Grad über mehrere Tage. So bleiben die feinen, süsslichen Aromen des Weizens erhalten und die Struktur beim Kochen stabiler.

**VON PUPO BIS LOREDANA BERTÈ**

Nach dem Besuch bei Verrigni legen wir einen Halt am Lungomare ein. Die Strandpromenaden an der Adria sehen alle gleich aus: eine endlose Front Hotels und gegenüber eine endlose Front von Strandbädern mit endlosen Reihen von Sonnenschirmen. Jedes Strandbad hat eine gut geführte Bar und ein Restaurant. Das macht in Italien den



Unser Autor mit Pasta-Produzentin Francesca Petrei Castelli.



Durch Goldmatrizen gepresst: geräucherte Rigatoni.



Lorenzo Roselli, der Cousin unseres Autors, beobachtet seit vierzig Jahren Wild und Wald im Nationalpark Parco d'Abruzzo.

Unterschied: In einem solchen Strandrestaurant erhält man wirklich gutes Essen, anständig gekocht und kein Junk-Food. Währenddessen ullert ein Italo-Klassiker nach dem andern aus den Lautsprechern, von Pupo über Alan Sorrenti und Umberto Tozzi bis zu Loredana Bertè.

Am Nebentisch gönnt sich eine Damengruppe, eingehüllt in luftige Pareos, eine Flasche Weisswein. Sie verlieren keinen Gedanken an alberne Diäten und haben Spaghetti ai Frutti di Mare bestellt. Die Köchin lässt es sich nicht nehmen, mit einer riesigen Pfanne an den Tisch zu treten und eigenhändig die Nudeln publikumswirksam aufzudrehen und jeden Teller persönlich zu servieren. «Un spettacolo», wie man in Italien sagt. Natürlich bestellen wir dasselbe und nennen das einen gelungenen Tag.

**LEGENDÄRE PIZZA BIANCA**

Im Herzen der Abruzzen liegt mein Heimatort Pescasseroli. Auf über 1000 Metern Höhe ist die Luft klar und die Landschaft sanft und wild zugleich. Es ist ein beliebter Rückzugsort für Hitzegeplagte aus Rom und Neapel. Im Winter kommen sie zum Skifahren her. Hier wurde

1923 das Naturschutzgebiet «Parco nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise» gegründet. Die umliegenden Buchenwälder gehören zu den ältesten des Kontinents und sind Rückzugsort für seltene Tierarten wie den Marsischen Braunbären und den Wolf. Mein Cousin Lorenzo ist seit vierzig Jahren Wildhüter und quasi per du mit ihnen. Die Populationen sind ein wichtiger Teil des Ökosystems und werden entsprechend überwacht und geschützt. Möchte man sie selber beobachten, bucht man am besten eine einfache oder auch mehrtägige Tour bei Wildlife Adventures mit meiner Cousine Valeria Roselli.

Man kann aber auch einfach den charmanten Ort geniessen, durch das intakte mittelalterliche Dorf mit seinen typischen Natursteinhäusern und den schmalen Gassen schlendern, in denen es immer nach Essen und Kaminfeuer duftet. Nicht verpassen darf man die legendäre Pizza bianca oder Pizza rossa von «Il Vecchio Forno», schon von weitem erkennbar an der langen Warteschlange vor dem Eingang.

Pescasseroli liegt auf einer Hochebene und ist ideal zum Reiten, Wandern oder für leichte Exkursionen ins zauberhafte Val Fontillo, zur

Camosciara, einer dramatischen Felsformation mit Wasserfällen und waghalsigen Gämsen, oder zum malerischen Badesee Lago di Barrea – dieser liegt übrigens auf halbem Weg zu Niko Romito. ●

**TIPPS FÜR DEN ABRUZZEN-TRIP**

- Essen**
  - «Punta Cavalluccio», Piane Favaro: traditionelles Trabocchi-Fischrestaurant (alle Trabocchi sind von April bis Oktober geöffnet). [traboccopuntacavalluccio.it](http://traboccopuntacavalluccio.it)
  - «Osteria Mammарossa», Avezzano: zeitgemässer Genuss von Franco Franciosi. [mammарossa.it](http://mammарossa.it)
  - «D.one», Montepagano: modern interpretierte Terroir-Küche von Davide Pezzuto. [donerestaurant.it](http://donerestaurant.it)
- Besuchen**
  - L'Aquila: Kulturhauptstadt 2026
  - Scanno: malerische Altstadt am See, berühmt für Schmuck und Spitzenklöppelei
  - Sulmona: bekannt für Confetti, Zuckermadeln
- Sehen**
  - Mittelalterliche Burgen wie Rocca Calascio; Klöster und Kirchen wie Santa Maria di Collemaggio; traditionelle kulinarische Feste oder religiöse Prozessionen wie die Infiorata del Corpus Domini in Pescasseroli