



WEEKEND • 16.05.2015  
reizen@hln.be

# reizen

## DE ABRUZZEN EEN STUKJE TIBET IN ITALIË

Het volledige noorden, Toscane en Umbrië, dat zijn de streken die toeristen al vele jaren uitgebreid verkennen in Italië. De gps leidt er ons blindelings naartoe. Zowat halfweg de landkaart vinden we Abruzzo, zoals de Italianen de streek noemen: minder bekend, maar daarom niet minder interessant. Groen en ruig tegelijk.

JO FRANSEN



Het ierkje van Madonna della Pietà in het lege landschap van de Gran Sasso. Foto Corbis

LEES 84 85

**VAN AFRIKA TOT IN AMERIKA**  
De mooiste riviercruises ter wereld

LEES 88 89



Foto: Alamyphoto

**WENEN**

In de ban van de Ringstrasse én het Songfestival

LEES 87

VERVOLG 83



De Albergo Diffuso Sextantio is een hotel dat verspreid ligt over heel Santo Stefano. De vervallen huizen werden in hun oorspronkelijke staat gerestaureerd. Foto's: Kaps

# Het hele dorp is een hotel

**1** De Abruzzzen bieden één van de rijkste landschappen van Europa. Zes jaar nadat een aardbeving de provincie L'Aquila trof in het noordwesten van Abruzzo, herleven de hagenoeg volledig verlaten bergdorpen op de desolate hoogvlakten. Op het puin verrezen toerismevriendelijke plekken, zoals Santo Stefano di Sessanio.

Als je als automobilist houdt van weidse vergezichten, haarspeldbochten en de juiste versnelling is Abruzzo de uitgezonden plek om met vakantie te gaan. Bijna 'top gear'-niveau, zou je kunnen stellen, zoals het asfalt hier klimt naar Campo Imperatore, een eenzame vlakte op 2.000 meter hoogte in het massief van Gran Sasso. Het plateau is amper 8 bij 20 kilometer groot, maar verast met een onvervalst einde-van-de-wereld-gevoel. Ongerept, maar ook desolaat.

**Honden tegen wolven**  
Het Tibet van Europa, zo wordt dit lege landschap ook wel genoemd, een omge-

ving die je in het centrum van Italië niet meteen zou verwachten. In de lente gloeit de prairie als een bloemenzee, in de zomer grazen de schapen en waken robuuste witte herdershonden, een Abruzzzenaar met metalen pinnen op de halsband, die hen moeten beschermen tegen hun natuurlijke vijand: de wolf. In de winter kan je hier dan weer skiën en langlaufen, in een grillig decor met de toppen van de Apennijnen in camouflagetinten. Het enige logies op Campo Imperatore is het gelijknamige historische hotel waar Duitse parachutisten in 1943 de Italiaanse dictator Mussolini bevrijdden. In de winter is het een populaire skibestemming van de Italianen, de rest van het jaar start hier de beklimming naar de top van de Gran Sasso.

## Gestrande miljonaire

Nee, het is niet moeilijk verliefd te worden op Abruzzo. Het overkwam Daniele Kihlgren, de steenrijke erfgenaam van het Ericsson- en Electrolux-imperium. Op verkenning met de motor in de geboortestreek van zijn moeder kreeg hij 16 jaar geleden pech. Hij strandde in Santo Stefano di Sessanio, een piepklein dorp waar de bomen door de ramen groeiden. Er leefde... geen kat. «Toch werd hij verliefd op deze plek, ver-



«Ons doel is om herinneringen te laten herleven van een regio die zijn geschiedenis vergeten was»

DANILO DI PASQUALE

telt Danilo Di Pasquale, zijn rechterhand en manager van Albergo Diffuso Sextantio, het hotelconsortium van Kihlgren. «Hij zag onmiddellijk het potentieel. Niet om nieuwe

hotels te bouwen, maar om het oude te herwaarderen. Ons doel is om herinneringen te laten herleven van een regio die zijn geschiedenis vergeten was. In de middeleeuwen leefden hier 1.200 mensen, in 1900 zelfs 3.000. Maar begin de zestiende eeuw dus niemand meer. Na de Tweede Wereldoorlog migreerden de arme boeren van hun dorpen naar de stad, de rest van Europa of Amerika. Ver weg van hier!» De eigenaars van de vervallen huizen opsporen was een heus monnikenwerk, net als de restauratie ervan. Goedkope snelbouwsteen-renovatie en gemakkelijke rustiek waren immers uit den boze. Kihlgren koos voor een moeizame spurtocht naar authentieke materialen en bouwtechnieken. Jarenlang speurden antiquairs wereldwijd rommelmarkten af op zoek naar vintage-meubels uit deze bergen. Alleen de badkamers, met design badkuipen en dito toilet, tonen doelbewust drastische vernieuwbouw.

## Verdwalen is aangenaam

«Kihlgren is een dromer», stelt Danilo Di Pasquale. «Alleen een vreemdeling als hij, half Zweed, half Italiaan, kon zo'n originele visie bedenken. Een lokale inwoner kan nooit voldoende afstand nemen om de mogelijkheden te zien. Voor de mensen die Santo Stefano destijds verlieten, is hun geboortegrond een plek van schande, een oord om snel te vergeten. Als ik met mijn familie praat over onze roots schamen ze zich dat ze uit Abruzzo komen, zelfs al werden ze ondertussen aan de andere kant van de wereld rijk door de verkoop van hun oude huizen. Dit blijft de plek van onheil, van armoede die je dwong je land te verlaten. Zelfs nu de heropleving van Santo Stefano aandacht krijgt, begrijpen ze niet wat toeristen hier komen zoeken. De relatie tussen een emigrant en zijn geboortedorp is te vergelijken met die van een vader en de moordenaar van zijn dochter.» Een dorp in ruïne ombouwen tot hotel is zelfs voor een rijke dromer niet vanzelfsprekend. Danilo: «Waar komt de receptie, waar het restaurant, waar de keuken? Ik hielp met de planning en de praktische uitwerking.»

Toegegeven, de receptie in de hoofdstraat kan je niet missen. Toch zo'n kilometer hup van mijn gids mijn huisje niet snel terugvinden. Trappen op, een nauwe doorgang, een binnenkoer en dan open een krakende deur naar mijn authentiek boerenverblijf met state-of-the-art badkamer, handgeweven linnen en kaarslicht. Verdwalen in het piepklein dorp is mogelijk, en zelfs aangenaam. Hoogstens deel je het stille dorp met een handvol andere toeristen.

Sedert de opening van de eerste kamers, nu tien jaar geleden, veranderde de wereld. «Tot wij begonnen aan ons project was hier

## DRIE ORIGINELE ACTIVITEITEN



### Vissen als spinnen

Van de toppen van de Apennijnen naar de Adriatische Zee is slechts een knip-oog in Abruzzo. De Costa dei Trabocchi, in het zuiden, wisselt rustige zand- en kiezelstranden af met ruwe rotsparthen. De naam van de kustlijn verwijst naar de trabocchi, permanente visinstallaties op een spinachtig staketsel in zee. Generatie na generatie gebruiken de lokale vissers deze originele vistechiek, waarbij de netten in zee drijven tot via een hefboom de vangst binnengehaald wordt. Enkele trabocchi zijn nog in familiaal gebruik. Boven de golven bieden tot restaurant verbouwde staketsels een ware hoem des overvloed van inktvis, scampi en mosselen, fritto misto van kleine 'blauwe' visjes, pasta alle vongole of zeebaars in kruidenkorst.



### Beren spotten

Pescasseroli, een dorp op een hoogte van 1.200 meter, is de toegangspoort tot één van de laatste stukken wildernis in Europa. In het Parco Nazionale d'Abruzzo leven zesduizend soorten insecten, naast berggeiten, vossen, lynxen, wolven en de grootste — en helaas ook allerlaatste — populatie van de Mariscaanse bruine beer. Zodra de zon achter de kam opkomt, werpen de dennendossen lange schaduwen over de velden aan de voet van het dorp. Met een verrekijker speuren we naar een naald in een hooiberg. Is dat een exemplaar, daar in de bessenruiken aan de bosrand? Nee, de ene bruine vlek is de schaduw van een boom en die stipjes dieper in de vallei blijven koeien te zijn. Op safari is succes nooit gegarandeerd. De afgelopen twintig jaar halveerde de populatie bruine beren tot minder dan vijftig exemplaren, te weinig om de soort te laten overleven.



### Treктоcht op de Blockhaus

Het Parco Nazionale della Majella verwijst naar Maja, moeder Aarde. De rit van Lettomopello naar de Blockhaus-top, 28 kilometer met een gemiddeld stijgingspercentage van zeven procent, is als een straffe etappe uit de Giro. Aan de Duitse uitkijkpost uit de Tweede Wereldoorlog start één van de mooiste trektochten van de regio. Met dertig toppen boven de 2.000 meter kent dit mediterrane gebied een ongekende biodiversiteit, een mix van mediterrane, alpiene, balkanische en arctische elementen. Gesegeld door weer en wind groeit een den hier nauwelijks hoger dan een volwassen man. Geniet van het panorama over half Italië en kijk uit voor de Apennijnse steenbok, het symbool van het park.



Santo Stefano di Sessanio kreeg dankzij het toerisme een nieuwe toekomst. Foto: Koz



De middeleeuwen herleven in de straten van Santo Stefano. Foto: Jo Franssen

geen toekomst», besluit Danilo. Ondertussen openen in Santo Stefano een tweede bed&breakfast, enkele restaurants en kleine winkeltjes waar je streekproducten kan kopen. «Er wordt zelfs opnieuw geboerd! De lokale linzen hebben een DOP-herkomsbescherming (DOP staat op Denominazione di Origine Protetta, de garantie dat het om authentieke streekproducten gaat, mvd). Allemaal nieuwe kleinschalige economische activiteiten... Zo is langzaam maar zeker bijna het hele dorp hersteld. En nu worden ook andere dorpen gerenoveerd, zoals Navelli, dat bekend staat om zijn saffraan, of Rocca Calascio.»

### Op naar het hoogste fort

In 2009 werd de provincie L'Aquila nog getroffen door een zware aardbeving. Santo Stefano bleef niet gespaard. De twee voornaamste bezienswaardigheden van het dorp gingen grotendeels tegen de vlakte: de Mediceertoren werd letterlijk van de kaart geveegd, terwijl de voorgevel en een deel van het dak van de Madonna del Lago kerk instortten. Als bij wonder overleefden de meeste hotels, vakantiehuisjes en B&B's de

Wie 's nachts in de steegjes van Rocca Calascio verdwaalt, waant zich op de filmset van 'De naam van de roos'



ramp, met als de 120 inwoners die er inmiddels weer leven.

We trekken een paar kilometer verderop naar Rocca Calascio, zoals Danilo ons al aanraadt. Dit is het hoogst gelegen fort van Italië, 1.460 meter boven de zeespiegel. Net als de andere strategische dorpen in de regio was dit vanaf de zestiende eeuw in het bezit van de machtige Florentijnse familie Di Medici. De bankiers controleerden de bloeiende wolrouwe naar Campo Imperatore, een welstand die werd weerspiegeld in elegante herenhuizen met rijk versierde balkons en kunstige details.

### George Clooney filmde er

Net als Santo Stefano di Sessanio was het middeleeuwse adelaarsnest middenin het Parco Nazionale del Gran Sasso vergeten, tot het werd ontdekt door de filmwereld. Wie 's nachts in de steegjes verdwaalt, waant zich op de set van 'De naam van de roos', 'Padre Pio' of 'Ladyhawke'. In het mooie Castel del Monte, de thuishaven van de herders van de Gran Sasso, verfilmde Anton Corbijn 'The American', een roadmovie met George Clooney als huurmoordenaar op de vlucht. Ach, waar anders kan je naartoe vluchten, dan naar Abruzzo?

## PRAKTISCH

### ERHEEN

Met de (huur)auto: Abruzzo kan je bereiken via de snelweg A24 van Rome naar L'Aquila en Teramo of via de snelweg A25 van Rome naar Pescara, een afstand van een paar uur. De steden zijn bereikbaar per trein, maar wie Campo Imperatore en de bergen wenst te verkennen heeft zijn eigen vervoer nodig. Wij huurden op de luchthaven van Rome een wagen bij Sunny Cars. De tarieven zijn laag en all-in, dus zonder bijkomende premies en zonder eigen risico. [www.sunnycars.be](http://www.sunnycars.be)

### TOERISME

Abruzzo, even onbekend als onherbergzaam, is een van de dunst bevolkte gebieden van Italië. Tussen de wereldoorlogen verlieten plattelandsmassaal hun bergdorpen om hun geluk te beproeven in de grote steden of in het buitenland. Het landschap is zeer gevarieerd, van de bijna 3.000 meter hoge toppen van de Apennijnen tot de Adriatische kust. Een derde van het territorium geniet bescherming als natuurgebied. Met een honderd jaar oud nationaal park als motor heeft eco- en agrotourisme in Abruzzo een lange traditie, maar grote hotelketens zoeken tevergeefs. Verschillende dorpen werden opgeknappt tot 'albergo diffuso', een 'multi-site'-hotel met kamers in verschillende huizen verspreid over het hele dorp. [www.abruzzoturismo.it](http://www.abruzzoturismo.it)

### LOGEREN

In Albergo Diffuso Sextantio in Santo Stefano di Sessanio werden een tiental dorpshuisjes gerenoveerd tot stijlvol gastenverblijf en recent ook als koopwoningen. Houten vloeren, lemen muren of waar het kan de ruwe rots zoals uitgehouwen door de boer, met meubilair uit die tijd en hedendaags design badmeubilair. De Albergo biedt een uitgebreid ontbijt en smakelijke avondmalen in het restaurant en hartige snacks in de wijnbar. Als de kok van Sextantio een avond vrij heeft, verwijst men je door naar La Locanda Sul Lago, een uitstekend eethuis langst het meer aan de voet van het dorp, of naar het eenvoudiger La Torre. Prijzen vanaf 80 euro voor een 'Classic' kamer tot 350 euro voor een suite, afhankelijk van het seizoen. [www.sexantio.it](http://www.sexantio.it)

Ook in **Rovere di Rocca di Mezzo** werden een tiental verwaarloosde dorpshuizen opgeknappt tot gastenverblijf. Er zijn panden voor twee tot zes personen. Rustiek, met natuurstenen muren, houten plafonds, gietijzeren bedden en een open haard. [www.robaurum.com](http://www.robaurum.com)

### WANDELLEN

Alle informatie over wandelroutes, activiteiten of logies (B&B, campings of berghutten) kan je vinden op een Engelstalige site: [www.parks.it](http://www.parks.it)



Breng Italië alvast dichterbij!

## KONIJN ALS TOPPER IN DE WERELDKUKEN

### Konijn op z'n Italiaans met pesto

#### Ingrediënten voor 4 personen

8 konijnmedallions - 250 g lentuccine - 1 courgette - 1 bosje basilicum - 1 dl olijfolie - 50 pijnboompitten - 1 teentje knoflook - 40 g parmezaan - peper van de molen - zeezout

- Was de courgette onder koud stromend water en snijd ze in dunne schijfjes.
- Pluk de blaadjes van de basilicum.
- Mix de basilicumblaadjes, de pijnboompitten, de parmezaan en het teentje knoflook met de olijfolie met een blender of staafmixer.
- Kook de fettuccine gaar volgens de verpakking en houd warm.
- Stoof de courgetteschijfjes in een weinig olijfolie, kruid met peper en zout en houd ze apart.
- Bak de konijnmedallions op een hevig vuur in een pan met een weinig olie en eventueel een klein beetje boter. Kruid met peper en zout.
- Doe de courgetteschijfjes en de helft van de pesto bij de pasta. Schep de warme pasta over de bordjes en schik er de konijnmedallions op. Werk af met een blaadje basilicum. Serveer de resterende pesto erbij.

## FIETS Agenda

### ZATERDAG 16 MEI

**DRONGEN**, Abdijtocht (65 km), 10 u, Abdijkerk, Drongomplein.  
**EKE**, Brouwerij/Mountainbiketocht (30-45-65 km), 8-14 u, De Brouwerij, Stationsstraat 3b.  
**HELICHTEREN**, Naar Hallembege en terug (50-85-110 km), 8-11 u, Cafeteria Sportster, Sporthal.  
**NILEN**, Nijlme Pijl (70 km), 11-14 u, Café De Roskam, Albertkanaalstraat 1.  
**OPHASSELT**, Altebra Classic (25-40-60-85-105-135 km), 7-14 u, Altebra, Hasseltkouter 53.  
**SINT-MICHELIS BRUGGE**, Polder- & Bosentocht (60-80-97-125 km), 8-14 u, Vee-markt, Astridlaan 101.  
**TIELT-WINGE**, Rondje Oost-Brabant (60 km), 12-30-14 u, Sporthal, Radvierweg.  
**WESTOUTER**, Belkantour (VTT & Cyclo, diverse afstanden), 7-30-13 u, Zaal Uten-dolle, Sullerbergstraat.  
**ZELZATE**, Fietstocht De Katte (40-70-110 km), 7-14 u, Café De Moedige, Assenede-steenweg 193.

### ZONDAG 17 MEI

**BEGUINENDIJK**, Bommelroute (60 km), 7-30-9 u, Café Brouwershuis, Kleine Steenweg.  
**DE PANNE**, Keunetocht (35-50-65 km), 7-30-11 u, Sportzaal, Sportlaan 2.  
**HEUSDEN-ZOLDER**, Sponsorrit (55 km), 8-30-30 u, Gezellenhuis, Gezellenlaan 25.  
**HOVE**, Vakantierit (50-75 km), 7-30-9-30 u, Sporthal, Paul van Ostajnenlaan.  
**LANGDOOR**, Action Classic (15-25-45-65-85-110 km), 8-11 u, Voetbalterrein, Boekseleplein 1.  
**MALMEDY**, MTB Festival (30-45 km), 8-11 u, Chapiteau, Avenue du Pont de War-che 1.  
**WONDELGEM**, Fietstocht Hof van Vlaanderen (65 km), 7-30-10 u, Hof van Vlaanderen, Botesstraat 10.  
**ZONNEBEKE**, Fietstocht Vrederoede (57 km), 11 u, Oude Kerkstraat 40.

### DINSDAG 19 MEI

**GENTBRUGGE**, Fietstocht van de Biking Ladies, 19.30 u, Frans Tochpark, ter hoogte van tramhalte: 09/231.59.70.

## WANDEL Agenda

### ZATERDAG 16 MEI

**BERLARE**, 4-6-12-19-24-30 km, 6-30-15 u, Festivalhal, Donklaan 125.  
**KLIJSBERGEN**, 25-50-100 km, 4-30-10 u, Feestzaal De Brugzavel, Brugzavel 25B.  
**DIEST**, 4-7-12-20-30-42-50 km, 7-15 u, u, CVO De Oranjerie, Boudewijnvest 3.  
**LICHTERVELDE**, 5-7-10-14-16-18-24-30 km, 7-15 u, O.C. De Schouw, Statiestraat 115.  
**IEPER**, 6-12-15-20-30-40-50 km, 7-15 u, Fenixzaal Jeugdstadion, Leopold III-laan 16.

### ZONDAG 17 MEI

**WESTERLO**, 6-12-20-25 km, 7-15 u, Sport-centrum Blauwvoet, IJestraat 106.  
**SCHILDE**, 4-6-12-16-21-26-32-40 km, 8-15 u, Dorpshuis (Feestzaal De Caters), Kerkstraat 24.  
**LOMMEL**, 4-8-12-16-20-24-30 km, 7-15 u, Sport Pavoil, Duinenstraat 1.  
**TEMSE**, 6-12-20-30 km, 7-15 u, JOG De Nartist, C. De Landtsheerlaan 26A.  
**SINT-LIEVENS-HOUTER**, 6-12-18-21-24-30 km, 7-15 u, Parochiecentrum Sint-Michiël, Kloosterstraat.  
**KLIJSBERGEN**, 12-18-25-50 km, 6-30-15 u, Feestzaal De Brugzavel, Brugzavel 25B.  
**ZEMST**, 4-8-12-20-30 km, 7-30-15 u, Voetbalterrein KCV Eijwijd, Driestaart 22.  
**DIEST**, 4-7-12-20-30-42-50 km, 7-15 u, CVO De Oranjerie, Boudewijnvest 3.  
**LANGEMARK-POELKAPALLE**, 5-7-11-15-23 km, 6-30-15 u, Zaal 't Madonnetje, Klekerstraat 128.  
**IEPER**, 6-10-15-20-30 km, 7-15 u, Fenixzaal Jeugdstadion, Leopold III-laan 16.  
**MIDDELKERKE**, 6-12-24-30 km, 7-15 u, Sporthal De Branding, Onderwijsstraat 1.

### MAANDAG 18 MEI

**HASSELT**, 5-11-16-19 km, 8-15 u, OC Runkin, Runkinsteenweg 149.  
**WERVIK**, 6-12-20 km, 8-15 u, School Ter Hand, Kagerheidstraat 64.

### DINSDAG 19 MEI

**BALEN**, 4-8-12-16-20 km, 7-15 u, Kamme-De Zwaluwen, Egstraat.  
**DEINZE**, 3-5 km, 17-30-20 u, Brielapaviljoen, Lucien Mathyslaan.  
**OUDEHEERLE**, 4-6-9-13-15-19 km, 9-15 u, Don Bosco Don Boscolaan.  
**INGELMUNSTER**, 8-9-12-18 km, 7-15 u, Aviflora, Brugstraat 218.

## Konijn, verrassend mager

Konijn hoort ongetwijfeld thuis in een gezonde keuken. Met een gemiddelde van ongeveer 9 g vet per 100 g behoort konijn tot de magere vleessoorten. De beperkte hoeveelheid vet in konijn bestaat voor bijna twee derde uit cholesterolvrije-rijke onverzadigde vetzuren.

Meer info: [konijn.be](http://konijn.be)

Lekker VAN BIJ ONS.