



SENDERO DE LOS DIOSSES. Las vistas más bellas de la Costa Amalfitana desde el Sendero de los Dioses, que conecta Bomerano y Positano desde las alturas.

COSTA AMALFITANA

Destino codiciado, la Costa de Amalfi es uno de los lugares más conocidos del mundo. Entre terrazas de limoneros, viñedos, escalada de altos acantilados y clases de cocina, he aquí tres itinerarios imprescindibles que llevan a lugares aún poco transitados por el turismo de masas.

TREKKING Y DEGUSTACIÓN DE VINO EN TRAMONTI

Se abre paso a través de los trece pueblos de Tramonti, pasando por estrechos caminos y carreteras históricas que se utilizaban en el pasado para llegar a las diferentes aldeas a pie o para desplazarse por la costa de Amalfi. El camino de las 13 iglesias, probablemente uno de los itinerarios más transitados de la zona, es una ruta semiurbana que se abre a una variedad de paisajes que van desde el descubrimiento de los pueblos hasta la biodiversidad del patrimonio medioambiental típico de la zona. Un itinerario que atraviesa vastas extensiones de limoneros, viñedos, castaños y olivares: un viaje a la agricultura de la Costa Amalfitana. Partiendo de Pucara, desde la iglesia de Sant'Erasmo, que data de 1552, y recorriendo un largo tramo de escaleras que se adentra en el interior del pueblo y en el corazón del cultivo del limón, se llega a Ferriera y a Paterno Sant'Elia. A continuación, la ruta conduce a Paterno Sant'Arcangelo, donde se encuentra la Iglesia de la Ascensión, uno de los lugares sagrados más



ESENCIA MEDITERRÁNEA. Viñedos y olivares: cultivos milenarios. (Foto Salvatore Guadagno).

antiguos de la zona, fundado en el siglo X. Desde este punto, se puede tomar un desvío que divide todo el camino en dos circuitos más cortos, uno de los cuales lleva directamente a Gete: el pueblo famoso por el cultivo de la uva Tintore, un ejemplar autóctono del que se produce el vino del mismo nombre, la excelencia de la zona. Las copas de Tintore son de color violeta, con un sabor penetrante y una fuerte elegancia. Con la cosecha de 2010, el Tintore pasó a formar parte de la denominación Costa d'Amalfi, subzona Tramonti. Varias bodegas ofrecen degustaciones, como Azienda Agricola Andrea Reale, Azienda Agricola Giuseppe Apicella, Tenuta San Francesco, Azienda Agricola Tagliafierro Raffaele, Azienda Agricola Monte di Grazia y Cantine Ida Giordano.

ESCALADA EN AGEROLA Y CENA EN UN ENTORNO HISTÓRICO

La posición de Agerola es una de las mejores para disfrutar de lleno de las infinitas rique-

zas de la Costa Amalfitana. Encajada entre los Montes Lattari e inmersa en el Sendero de los Dioses, ofrece una amplia vista de la costa. En los acantilados rocosos que se elevan hacia el cielo hay rutas verticales para escalar. Desde hace unos cinco años, el municipio de Agerola, en colaboración con Direzione Verticale (direzionverticale.it), una asociación especializada en la escalada, está llevando a cabo un proyecto para convertir esta disciplina en la nueva forma de explorar activamente el territorio. Aquí nació la primera y única instalación cubierta de Lead Climbing de la región, Palasport de Agerola, para practicar durante todo el año. Hay muchas oportunidades para practicar la escalada en Agerola. Hay dos macroáreas con más de cien rutas deportivas, el inmenso cañón de Orrido di Pino con casi 100 rutas, ocho sectores con diferentes exposiciones y tres Multipitch, y el maravilloso Sendero de los Dioses con sus riscos homónimos, 70 rutas en cinco sectores y un Multipitch de 250 metros. Los encantadores lugares, los productos locales y la cultura hacen de Agerola una joya que hay que descubrir en cada ocasión.

En la localidad de Bomerano se encuentra 'La Corte degli Dei', el restaurante del Palacio Acampora, una fascinante residencia histórica que data de la segunda mitad del siglo XVIII. Escenario de una intrigante saga familiar, las vicisitudes de la casa Acampora influyeron en la historia de la parte alta de la costa durante todo el siglo XIX y las tres primeras décadas del XX. La cocina está totalmente basada en la excelencia culinaria de Campania y de Agerola, reinterpretada por la chef ejecutiva Petronilla Naclerio, que dirige el restaurante desde 2016. Entre los platos que hay que



POSITANO. Una de las localidades más conocidas de la Costa Amalfitana, a Positano se le conoce como el pueblo de las escaleras porque es imposible visitarlo sin subir y bajar por sus innumerables escaleras.

probar están la pasta malfatti con calabaza, mantequilla, salvia y avellanas Giffoni IGP, la carbonara agerolese con alcachofas, panceta local y queso provolone del Monaco y el pain perdu con peras de Agerola.

INMERSIONES EN EL ARTE Y LECCIONES DE COCINA

En la calle principal de la ciudad de Maiori se levanta uno de los edificios más significativos de toda la zona, el Palazzo Mezzacapo: un espléndido ejemplo de arquitectura y decoración del siglo XVIII. Actualmente sede de la biblioteca municipal, del taller cultural y de algunas oficinas municipales, conser-

va frescos originales y jardines únicos. Uno de los primeros testimonios sobre el palacio y los jardines lo ofreció un ilustre escritor y viajero británico del siglo XVIII, lord Henry Swinburne. Al entrar en el patio interior, se conservan muchos lienzos de *costaiole* en el piso superior, pero la verdadera atracción es la sala del consejo, bellamente pintada al fresco con un ciclo pictórico creado probablemente en 1784 tras la boda entre las familias Mezzacapo y Pepoli. Los frescos, pintados (tal vez) por el pintor Luciano Rachele, representan una alegoría nupcial beneficiosa para el matrimonio entre las dos familias.

El cuadro representa a una mujer joven, rubia, vestida con ropas sencillas iluminadas por un sol radiante, que sostiene abierto un libro que simboliza la gratitud que rige la esfera del mundo. Apolo da una señal precisa a Aurora: ha llegado el momento de que el sol salga para traer buenos augurios para la boda. Debajo de ellos, los novios se unen en matrimonio mediante una cuerda, símbolo de la unión.

A pocos kilómetros del palacio, se llega a Minori. Aquí, en Sotto i Limoni, la residencia de Nicola Ruocco y su esposa Andreina, se pueden recibir clases de cocina. El objetivo de la pareja es dar a conocer la cultura y las tradiciones de la Costa de Amalfi a través de la comida. En una terraza con vistas a las dos hectáreas de terreno que incluyen limoneros, el jardín y el huerto, Nicola y Andreina enseñan a sus huéspedes a preparar recetas típicas de Amalfi. Se ofrecen dos platos: la preparación de Ndunderi, la versión de Minori del gnocco, y la pizza. Después de tanto esfuerzo, al final de cada lección se sientan y se relajan para degustar los platos preparados acompañados de buen vino. 🍷



ESCALADA EN AGEROLA. Una de las zonas de escalada deportiva más espectaculares de Campania, que ofrece unas vistas impresionantes de Positano. (Foto: Francesco Galasso/Direzione Verticale).

📍 www.italia.it
www.authenticamalficoast.it