

Sterrenstralen in de Dolomieten

Geen regio in Italië met zoveel sterrenrestaurants als Zuid-Tirol (Alto Adige): zeventien, met op de teller in totaal twintig Michelinsterren. Op culinaire ontdekkingsreis in 'het mooiste bouwwerk ter wereld'.



Alle prestigieuze restaurantgidsen zijn het erover eens. Zowel de *Michelingids*, de *Gault Millau* als de *Gambero Rosso* oordelen dat de keuken van Zuid-Tirol (Alto Adige in het Italiaans) tot de top behoort, gezien de waarderingen in hun gidsen. Op slechts 500.000 inwoners zijn er maar liefst vijftien restaurants bekroond met Michelinsterren, waarvan drie met twee sterren. Het moge duidelijk zijn: de bewoners van de Dolomieten houden van lekker eten. Zuid-Tirol is een beetje een *Fremdkörper* in Italië. Vijfhonderd jaar lang behoorde dit gebied tot de Oostenrijks-Hongaarse Dubbelmonarchie, maar na WOII kwam

het in 1919 als oorlogsbuit bij Italië. Voor de meerderheid van de inwoners is Duits nog steeds de eerste taal, maar overal kun je ook met Italiaans terecht. En soms met Ladinisch, een Reto-Romaanse taal die in twee dalen wordt gesproken, in Val Gardena en Alta Badia. Zuid-Tirol heeft een verregaande autonomie verworven. Deze noordelijkste provincie van Italië kan over veel zaken die normaal door de staat worden bepaald, zelf beslissen. Dit heeft de Zuid-Tirolers geen windeieren gelegd. De welvaart is hoog en alles lijkt on-Italiaans goed georganiseerd en schoon.

Klederdracht

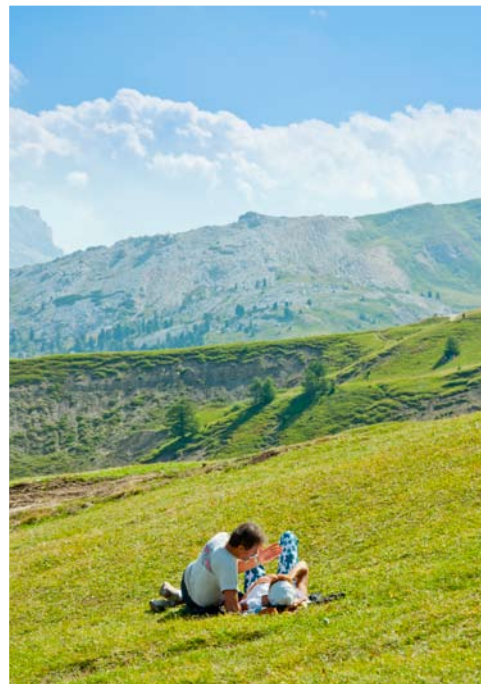
Ons reisdoel is Alta Badia, in het oostelijke deel van Zuid-Tirol. Onderweg hebben we al onbegrijpelijke

Linkerpagina: uitzicht op het Alta Badia-dal. Boven: het terras van berghut Bioch waar gerechten van sterrenkok Norbert Niederkofler op de kaart staan.

teksten op borden en huizen zien staan en de dames bij de receptie van Hotel Posta Zirm spreken onder elkaar ook al iets wat zeker geen Duits of Italiaans is. Ladinisch dus. Maar wij worden keurig in het Italiaans aangesproken. De dame is in klederdracht gestoken. We zullen spoedig merken dat dat hier in de betere horecagelegenheden de standaard is. De volgende ochtend staat een bergwandeling op het programma. Maar dan wel één met extra's. We gaan enkele van de berghutten bezoeken die meedoen aan het programma 'In vetta con gusto', Toppunt van genot. Negen

berghutten in Alta Badia serveren creaties van Italiaanse chefs. Het is de zomerse tegenhanger van het vorig jaar winter gestarte 'Skiën met smaak', waarmee dit dal nog maar eens zijn culinaire exclusiviteit wil benadrukken. Vanuit onze standplaats Corvara nemen we de cabinelift omhoog naar de Col Alt op 1980 meter hoogte. De Dolomieten steken strak af tegen de kobaltblauwe lucht en het is ideaal weer voor een wandeling. Architect Le Corbusier noemde de Dolomieten ooit 'het mooiste bouwwerk ter wereld'. Als je hier om je heen kijkt, kun je je er wat bij voorstellen. De bleke bergen zijn volstrekt anders 'gebouwd' dan wat ik van de Alpen ken en hebben dramatische silhouetten.

Zoals te verwachten van de Zuid-Tirolers staat alles goed aangegeven en de paden zijn uitstekend. Na het overdadige ontbijt in ons hotel is het maar goed dat we eerst een eind moeten wandelen om de eetlust weer op te wekken. Over alpenweiden met fantastische uitzichten stijgen we langzaam naar 2157 meter, waar berghut Pralongià zich bevindt. We worden hartelijk ontvangen door Dieter, die weet te vertellen dat hier zowel in de zomer als 's winters ook overnacht kan worden. De keuze voor onze vroege lunch is gemakkelijk: als antipasto het sterrengerecht dat nog uit het winterprogramma stamt: zachte schapenkaas in *speck* (een licht gerookte rauwe ham) met berghoning. Daarna de creatie van Andrea Berton van >



Na twee lunches is het niet gemakkelijk weer op gang te komen, maar uiteindelijk vinden we de moed om verder te gaan. Een derde adres dat we als suggestie hadden gekregen, slaan we toch maar even over en na nog een ontspannen wandeling komen we weer bij de skilift die ons terug naar Corvara brengt. De ligging van Corvara, tussen de bergen, is prachtig. Het is een stijlvol (wintersport)dorp en wie graag winkelt, kan hier zijn hart ophalen.

Enkele uren later staat het volgende culinaire uitje op het programma. In het nabijgelegen exclusieve hotel La Perla zullen we een rondleiding krijgen door de Mahatma-wijnkelder. Onze begeleider gaat ons voor door de wijnkelder die ‘gewijd is aan het leven’ en 27.000 flessen telt, verdeeld over zo’n 1700 wijnen. Lichteffecten en allerlei muziekjes, tot en met Jimi Hendrix aan toe, maken onderdeel uit van de wat esoterische rondleiding, waarbij elke ruimte aan een wijnsort is gewijd, met als hoogtepunt de Sassicaia-tempel, helemaal gevuld met en opgedragen aan deze beroemde Super Tuscan-wijn uit Bolgheri.

Bloemencreaties

In hetzelfde hotel bevindt zich ook La Stüa de Michil, waar we zullen dineren. Chef Arturo Spicocchi heeft hier een Michelinster bij elkaar weten te koken. Natuurlijk willen we een kijkje in de keuken nemen en de chef op de foto zetten. Hij blijkt wat verlegen en onze tijd is kort, want het spitsuur dreigt aan te breken en de witte brigade heeft wel wat beters te doen dan voor foto’s te poseren. Prachtige bloemencreaties sieren de twaalf tafels die La Stüa telt. De inrichting van de ruimtes is traditioneel Zuid-Tirols, wat betekent dat alles om ons heen van hout is, inclusief de plafonds. Het is alsof je ergens op een verlaten berg in een chalet aan het dineren bent.

Om het onszelf gemakkelijk te maken kiezen we voor het *menü dles saùs*, het verwenmenu met het bijpassend wijnarrangement. Zo hoeven we geen keuze te maken uit de 64 pagina’s met wijnen, voor het grootste deel van Italiaanse afkomst. Prijzen: van een kleine €25 per fles tot de nodige duizenden euro’s. Na een amuse met een glas champagne volgen vijf verrukkelijke gangen met dito wijnen. De bediening is uiterst



vriendelijk en behulpzaam. Op verzoek wordt alles uitgelegd en ook bij elke wijn krijgen we een uitgebreide toelichting. Mede door de muziek van Charlie Parker heerst er een ongedwongen sfeer, opgeprikt is het allemaal niet. Geheel voldaan verlaten we enkele uren later Spicocchi’s restaurant. Als we om de spijsvertering te bevorderen nog een wandelingetje door Corvara maken, blijkt de grote straat in het dorp afgezet voor een jazzfestival. Een brassband loopt langzaam op en neer met een hele schare dansende toehoorders om zich heen. Het is een vrolijke boel en jong en oud is op straat.

De volgende ochtend worden we begroet door grote grijze wolken en een stevige wind. Vanuit het dorp Badia nemen we de lift naar de Santa Croce, een berg met aan de voet de gelijknamige kerk en een berghut. Het kerkje uit 1650 ligt er prachtig en steekt scherp af tegen de hoge rotsen die direct erachter oprijzen. Af en toe breekt gelukkig de zon door, want door de harde wind is het behoorlijk fris als we op het terras genieten van het schitterende uitzicht op de grillige Dolomieten. De naastgelegen berghut serveert stevige bergkost, zoals omeletten en polenta. Hier geen frivole gerechten van sterrenkoks, maar energierijke voeding voor de >

Boven: het MMM Ripa in Brunico. Rechterpagina links: Arturo Spicocchi, chef van La Stüa de Michil; rechts: de zoon des huizes kookt in Maso Runch.

het Milanese restaurant Trussardi Alla Scala: buikspek van big met moes van Zuid-Tiroler appels, koriander en aardappel. Dieter reageert wat teleurgesteld dat we er geen wijn bij willen, maar daarvoor is het ons nog wat te vroeg. De gerechten smaken uitstekend, heel andere kost dan wat normaal op deze hoogte wordt geserveerd.

Esoterische tocht

Terwijl de zon op ons hoofd brandt, gaan we op pad naar ons tweede lunchadres, berghut Bioch. Het is maar

bergwandelaar of skiër. En hoewel wij nog nauwelijks gewandeld hebben, smaakt de lunch ons uitstekend.

Eten bij de boer

Na een middagje wellness in het hotel en een wandeling door het fraaie, chique San Cassiano, gaan we aan het begin van de avond richting Badia. Een stukje boven Badia zullen we eten 'bij de boer'. We blijken te vroeg te zijn, om



19.30 uur worden we weer terug verwacht. Na een drankje in het dorp rijden we weer de berg op. Waren de weg en de paar parkeerplaatsen bij Maso Runch eerder leeg, nu staat er een flink aantal auto's, alle van het dure soort. Het lijkt erop dat dineren in deze boerderij een soort exclusief uitstapje is.



Links, van boven naar beneden: de kerk van Santa Croce met de berghut; het kerkinterieur; diner bij Maso Runch; boven: kok aan het werk in Pralongiä.

Na de verfijnde gerechten van de dag tevoren, staat deze dag duidelijk in het teken van de boerse keuken. Vier zaaltjes met tafels zijn verdeeld over twee verdiepingen van de driehonderd jaar oude boerderij. Het stroomt snel vol en de maaltijd kan beginnen. Er is geen keuze, iedereen krijgt hetzelfde menu van maar liefst zes gangen. De hele familie werkt mee, in de keuken of in de bediening. Er hangt een gemoedelijke sfeer en er wordt veel gepraat en gelachen. Gang na gang van goed bereide, stevige, maar

smakelijke gerechten wordt geserveerd. Het contrast met de avond tevoren is groot, althans wat eten betreft. De gemoedelijke, ontspannen sfeer daarentegen lijkt overal in Alta Badia te heersen. Drie uur later verlaten we meer dan voldaan de boerderij. Onder een fonkelende sterrenhemel vinden we de weg terug naar Badia, en vervolgens naar ons hotel in Corvara. Het ontbijt de volgende ochtend is onze laatste uitgebreide maaltijd in Alta Badia. Dat is maar goed ook, want na enkele prachtige dagen met veel, heel veel heerlijk eten, wordt het weer tijd voor een strakker regime en een bezoek aan de sportschool. •

DINEREN IN DEZE BOERDERIJ BLIJKT EEN EXCLUSIEF UITSTAPJE, MET GANG NA GANG GOED BEREIDE, STEVIGE GERECHTEN

Tips & adressen

Voor meer informatie over Zuid-Tirol, restaurants en accommodaties, zie de informatieve en uitgebreide (Nederlandstalige) website www.suedtirol.info.

Eveneens in het Nederlands en specifiek over Alta Badia, ook met accommodaties: www.altabadia.org.

SLAPEN

La Perla

De absolute top in Alta Badia. Prachtig hotel, dichtbij de grote skilift van Corvara. Naast het restaurant herbergt het hotel ook sterrestaurant La Stüa de Michil. Het losstaande chalet L'Murin is 's winters dé plek voor een *stylish* après-ski met muziek. Tevens is er een fraai wellnesscentrum met zwembad in het hotel. Tweepersoonskamer 's zomers vanaf €220 per kamer per nacht, 's winters vanaf €320 per nacht. *Strada Col Alt 105, Corvara, tel. +39 0471 831000, www.hotelaperla.it*

Posta Zirm Hotel

Uitstekend hotel in Corvara direct naast de skilift, met wellnesscentrum en zwembad. Goed restaurant met lokale specialiteiten. Tweepersoonskamer (halfpension) 's winters vanaf €149 per persoon per nacht, 's zomers vanaf €93. *Strada Col Alt 95, Corvara, tel. +39 0471 836175, www.postazirm.com*

ETEN

La Stüa de Michil

Gevestigd in Hotel La Perla in Corvara. Chef Arturo Spicocchi kookt hier traditionele, maar ook innovatieve gerechten met veelal biologische ingrediënten uit de streek. Aangename ambiance in aaneengesloten ruimtes die op traditionele wijze met hout zijn ingericht.

Klassiek menu vanaf €98 per persoon. Op zondag gesloten. Een Michelinster. *Strada Col Alt 105, Corvara, tel. +39 0471 831000, www.hotelaperla.it*

St. Hubertus

Het andere sterrestaurant in Alta Badia. Chef Norbert Niederkofler is bekroond met twee Michelinsterren voor zijn culinaire arbeid in dit restaurant, dat is gevestigd in het exclusieve Hotel Rosa Alpina. *Strada Micurà de Rü 20, San Cassiano, tel. +39 0471 849500, www.rosalpina.it*

Maso Runch

Eten bij de boer thuis, dat kan bij Maso Runch. In de boerderij uit 1712 wordt 's avonds een uitgebreid, typisch Ladinisch diner geserveerd in traditioneel ingerichte ruimtes. De hele familie helpt mee om het de gasten naar de zin te maken. Reken niet op lichte kost. Zesgangenmenu (geen keuze) €26. Wijnen €13 - €28. Er zijn ook appartementen te huur en 's zomers zijn er rondleidingen. *Runch 11, Badia, tel. +39 0471 839796, www.masorunch.it*

Lüch da Pcéi

Kaasboerderij met winkel waar naast diverse kazen ook andere zuivelproducten en delicatessen worden verkocht. *Strada Pecei 17, San Cassiano in Badia, www.altadialat.it*. Op de website staan ook andere adressen waar de producten worden verkocht.

TE DOEN

De mogelijkheden voor buitenactiviteiten in dit deel van de Dolomieten zijn eindeloos: klimmen, skiën, snowboarden, wandelen, zwemmen, mountainbiken, paardrijden.

Alta Badia maakt onderdeel uit van het gigantische skigebied Dolomiti Superski met zo'n 1200 km piste. De websites van Südtirol en Alta Badia geven uitgebreid informatie in het Nederlands: www.suedtirol.info en www.altabadia.org.

Ursus Ladinicus

In het Museumladin Ursus Ladinicus kun je alles te weten komen over de Ladinische hollenbeer en over de prehistorie in dit deel van de Dolomieten. *Strada Micurà de Rü 26, San Cassiano, www.museumladin.it*

Bergvolkeren

De beroemde bergbeklimmer Reinhold Messner heeft maar liefst vijf musea in de Alpen die gewijd zijn aan allerlei aspecten van de bergen en het bergleven. In het een halfuur rijden van Alta Badia gelegen Brunico is het MMM Ripa te vinden in het fraaie Castello di Brunico (ofte wel Schloss Bruneck). In dit museum staan de bergvolkeren van Europa, Azië, Afrika en Zuid-Amerika centraal. *Castello di Brunico, Brunico (Bruneck in het Duits), tel. +39 0474 410220, www.messner-mountain-museum.it*

GOUDEN JOIE TIP

Vives Spa

Modern wellnesscentrum in hotel Ciasa Salares, fraai gelegen tussen alpenweiden en het Fanes-park dat in 2009 tot Unesco-Werelderfgoed is uitgeroepen. Het zwembad biedt een panoramisch uitzicht over het omringende landschap. *Hotel Ciasa Salares, Strada Prè de Vi 31, Loc. Armentarola, San Cassiano, tel. +39 0471 849445, www.siriolagroup.it*