

LIVSSTIL



TY PISK: Byene i Umbria er små brosten og små biler så langt øyet kan se. Tilstor finnes ikke.

ALL RIGHTS RESERVED

# TOSCANAS GODE NABO

40 minutter med hurtigtog nord for Roma ligger Italias ukjente middelalder-perle. Tilnærmet turistfri sone og vakrere enn Toscana. Mat i verdensklasse, men engelsk? Nei, dét kan de ikke.

## HILDE ORELD

UMBRIA, ITALIA

– VI HAR ALLTID VERT i skuggen av Toscana. Ikke bokstøffig, men når det gjelder turisme. Men der Toscana er brunt, er Umbria mye mer grønt og frodig. Tidligere kalte vi Umbria for Italia's grønne hjerte. Nå er vi mer opptatt av at Umbria er det autonome – The Art of Living. Innbyggere lever slik de alltid har gjort, uten vanlig påvirkning fra turisme, sier Alessandro Mancinica i det lokale reisbyrået Unwind.

**HER STÅR BESTEMODRE** i firkler som lager pasta for hånd. De små innngangene i de gamle steinhusene har aldri vært fullt. De smale brosteinagatene forklarer hvorfor gamle Fiat 500-modeller fortvilt er et eget fremkomsrensidd. På hvert gatsepjørner ligger det en kaffe. Bakkens kapper om å luge trafikk, skikkelser, vin, olje og landsverk som keramikk, søkkler og deilige kreasjoner. Bakkens skurme er vakkert sett, men kan ikke ord engsk. Spill karnapen er like skrakke på de små middelalderbyens restauranter. Men man kommer langt med et par ord italiensk, gestikulering og smil. Hvis det, med formodning, skulle være mobilisering i restauranten, er Google translate et godt tips.

– **UMBRIA BLIR ALDRIG** en stor destinasjon for familier med barn. Her er det ikke noe Disneyland og ingen strender. Og et hus eller hotell med et lite svømmebasseng

## Umbria

- En region midt i Italia som grenar til Toscana i vest, Marche i øst og Lazio i sør.
- Her finnes en av Italias bestkjente vinregioner.
- Den eneste av Italias regioner som hverken har grensar mot et naboland eller en kyststrip.
- Landslaget er strukturert i fjell og skier. Italia's første skistasjon i Lago Trasimeno ligger også her.
- Området er en halv grønne fjern med store spær, vakkert skog, skott, steiner og løvtrær.
- Fly til Milano, og ta hurtigtog 40 minutter eller bussen en drøy time med billett. Leiligheten er å anbefale, for offentlig kommunikasjon er ikke veldig utbygget.
- Et stort hotellkompleks for engelske reisende er lang unntatt part.

holder ikke. Store svømmebassenger og kjøpesentre har vi ikke i det beste tilfelle. Til gjengjeld har vi mat og drikke i verdensklasse, vakker natur og et utvalgt for de som vil på aktivitetsturer, sier Mancinica.

Han skifter til aktiviteter som terrengsykling, klättring, rafting, grottevandring, ridning og fotturer i variert landskap med alt fra å gå lange elveleier og fotturer til stier i skogen. Og når det gjelder mat og drikke i verdensklasse, er det vanskelig å si seg ut.

– **DET ITALIENSKE KJØKKEN** handler om én eneste ting: råvare. Men enkelt er veldig vanskelig, og råvare er å være de aller, aller beste, sier Livia Colantonio.



Der Toscana er brunt, er Umbria grønt og frodig

ALESSANDRO MANCINICA

## LIVSSTIL



HOTELL OG RESTAURANT: Podere dei Huzzesi i Narni bleik og drevet av familien Colantonio.



CASTELLE DELLE REGINE: Produsere av halv million flasker vin i året. Vinene få kjøpt på Vinrommet.

For rundt 20 år siden kjøpte han, sammen med ektemannen, Castello delle Regine i Umbria. De er advokater begge to, og ønsket seg et sted på landet hvor de kunne trekke seg tilbake fra det hektiske livet i Milano. Men så ble det ikke. Nå er det Milano de trekker seg tilbake til når de skal slappe av.

Her er så økologisk. Vi har en stor vingård, dyrker grønnsaker, har egenprodusert strøen og lager all maten selv. Vi har også villsvin, skog med truffer og Chianina-kvæg på løsen. Chianina er Italiens svar på Kobe-kjøtt, sier Livia, som også er blitt hotellier. De leier ut 60 rom, har to svømmebasseng og det er mulig å lepe en hal maraton inne på parets eiendom. 42 kilometer med vei snirkler seg

gjennom landskapet. Colantonio er tidligere kjent til en av Italiens mest kjente forretningskvinner, og som ung var han også modell for Karl Lagerfeld.

Det skal være enkelt. Kjøkkenet fra Umbria er egentlig fattigmannskost, sier kokken Domenico Beckoni, fyrr opp en stekpanne, heller opp rasert med en rimelig olivenolje og legger noen hele fedt med hvitløk i pannen.

Det er tid for en enkel fattigmanns braschetta på italiensk vin. I den varme oljen steker han tynde skiver med surdeigbrød på begge sider. Noen av skivene får mozzarellaost, hele tomatskiver, basilikum, pepper og olje. Der bruker han extra virgin, og på spissrull om hvorfra, sier han at den jomfrulige oljen smaker smak når den er varm, og det derfor er perfekt for oven til stekte i den. De andre skivene smører han tilde truffer på. Truffene, i hermetikkboks, har kremet konsistens og få kjøpt i Norge i gourmetbutikker. Det smaker himmelsk. Og de fleste truffer er det mer smak i enn de sorte.

VI ER VELDIG GLAD i olivenolje her i Italia, og bruker det til absolutt alt, sier Colantonio og pirker i maten. Den tidligere fotomodellen er fortsatt sylfakt.

### I Umbria finnes det ingen turister. Vi har bare gjester

LIVA COLANTONIO



LIVIA COLANTONIO: Tidligere fotomodell for Karl Lagerfeld. Nå pedaler, fotofiske, vin bandede og nyvarene. Er blant tiden av italiens mest kjente kjennere.



SPORTELSDORADO: Fossegullf Marone har et full på 165 meter og er full av høyeste. I dette området kan man bli truffet av slags sport.

### Kjøkkenet fra Umbria er egentlig fattigmannskost

DOMENICO BECKONI

Vi bodde en svært mange olivenoljeproducenter i området, familien Sautoni. De er tredje generasjon produsenter, og er med i regnskapet som viser at det produser 250.000 tonn oliven i Italia hvert år. Dette gjør Italia til verdens nest største olivenoljeproducent, foran Hellas og bak Spania.

Denne søsengen har dermed vært et forferdelig år for de mange produsentene. På grunn av bløtete værforhold og insekter som har spist opp det meste av avlingen, er den totale produksjonen redusert med 80 prosent i år, og prisene spår å gå til himmels.

Av 100 kilo oliven får vi normalt mellom 15 og 16 liter olje, forklarer familien Sautoni svigerdatter, og tipser om at olivenolje med mye smak passer best til kjøtt og supper, mens



ITALIAS SVAR PÅ KOBE-KJØTT: Ofte er kvogset lever på går den til Colantonio. Tidligere ble de brukt som truller, nå ser man de som delikateser.



FATTIGMANNSKOST: Bruschetta.

de lettere variantene er best egnet til salat. Og olje tilhørt smak, som for eksempel sitron, ikke alle an andre steder enn på det franske markedet.

Der er det olje i Norge også. Gino Violante svegger til olivenolje fra oss, sier han og serverer braschetta stekt under åpen pestil kun med olje og et lite dryss med salt.

Det italienske kjøkken er enkelt, men rikt på smak, sier han. Vi har maten full og riker tilføllende.

COLANTONIO, SOM I TILLEGG til å være sofistikert gjesteperson og produsent av

hull million flasker vin i året (vinen få også på Vinrommet), er også en aktiv politiker, og det er ingen tvil om at han synes Umbria har høynet i skyggen av Toscana. For i gamle Umbria på kartet, har han valgt å spille på turistenes ønske om det autentiske liv og kjøkken. Men når vi snakker med henne om turisme, kommer pekefingeren, etterfulgt av et fortaut blendere valkerte smil.

I Umbria finnes det ingen turister. Vi har bare gjester.

Alle ord og bilder fra www.umbria.com

### Det italienske kjøkken handler om én eneste ting: råvarer

LIVA COLANTONIO



DET ITALIENSKE KJØKKEN: Det er ikke en av de beste råvarer. Derfor må råvarene være de aller beste.



PONTE D'AUGUSTO: Brons ble bygget 27 år før Kristus og er en av de største bronser bygget av romerne. Brons ble minner sagt i Narni Umbria.

### TripAdvisor's beste tips til Umbria

- 1 Piazza di Sant'Antonio di Nocera. Vakert landskap og parker for turister å se, spesielt når det er varmt. Det er også et godt sted å spise.
- 2 San Donato San Francesco. Her er det en av de beste stedene for å se en av de beste kunstverker i verden. Og det er også et godt sted å spise.
- 3 Museo-Laboratori di Tradizione e Cultura. Her er det en av de beste stedene for å se en av de beste kunstverker i verden. Og det er også et godt sted å spise.
- 4 Teatro della Conca. Område som verdens beste kunstverker i verden. Og det er også et godt sted å spise.
- 5 Rocca di Castel del Piano. Her er det en av de beste stedene for å se en av de beste kunstverker i verden. Og det er også et godt sted å spise.
- 6 Castello di Rocca. Her er det en av de beste stedene for å se en av de beste kunstverker i verden. Og det er også et godt sted å spise.
- 7 Museo di Rocca. Her er det en av de beste stedene for å se en av de beste kunstverker i verden. Og det er også et godt sted å spise.
- 8 San Donato. Her er det en av de beste stedene for å se en av de beste kunstverker i verden. Og det er også et godt sted å spise.
- 9 Basilica di San Francesco di Assisi. Her er det en av de beste stedene for å se en av de beste kunstverker i verden. Og det er også et godt sted å spise.
- 10 Rocca di Castel del Piano. Her er det en av de beste stedene for å se en av de beste kunstverker i verden. Og det er også et godt sted å spise.