

la Repubblica
LE GUIDE
AI SAPORI E AI PIACERI

CALABRIA

2019

LE ECCELLENZE

281 RISTORANTI E PIZZERIE DI CATANZARO, COSENZA
CROTONE, REGGIO CALABRIA, VIBO VALENTIA
E DI TUTTE LE PROVINCE

186 BOTTEGHE DEL GUSTO - 78 DIMORE DI CHARME
46 PRODUTTORI DI OLIO - I VITIGNI

ITINERARI D'AUTORE - CALABRIA DA NON PERDERE
DISTRETTI ARTIGIANI - FESTE E FESTIVAL

ITINERARI DEL GUSTO
PISTE CICLABILI - PIATTI DELLA MEMORIA
LE RICETTE DEGLI CHEF

I BORGHI Fiumefreddo Bruzio



Ecco la perla del Tirreno

Una piccola perla del basso tirreno cosentino, il cui nome ha origine da *flumen frigidum*, per le sue fresche acque che zampillano dalla roccia sottostante il mare. Bruzio designa il territorio ed è stato aggiunto nel 1860. I primi dominatori furono i Saraceni che distrussero la precedente colonia romana (così come testimoniano le tracce archeologiche sulla collina detta Cutura). Poi fu la volta dei Longobardi che si insediaron piano piano su tutto il tratto costiero. Il nucleo abitato fu riedificato intorno all'anno Mille. Roberto Guiscardo, condottiero normanno, occupò il paese e qui costruì una torre di difesa che nel 1201, Simone de Mamistra, governatore della Calabria e barone in epoca sveva, trasformò in un cenobio basiliano di Valle Cent'Acque a Gioacchino da Fiore, monaco ed esegeta, fondatore dell'Ordine detto fiorentino. In seguito il feudo passò di barone in barone, divenendo di dominio prima degli angioini e poi degli Aragonesi. L'imperatore Carlo V nel 1500, assegnò la baronia al capitano Pietro Gonzales de Mendoza, per le vittorie riportate in Calabria contro l'esercito francese. Sposando l'unica figlia di Fernando de Alarcon, uno dei più celebri generali spagnoli nelle guerre d'Italia. Sono opera sua la ricostruzione del castello e il consolidamento delle mura di cinta. Durante il 1800, il presidio borbonico, si arrese alle truppe di Napoleone. L'anno dopo l'ultima erede degli Alarcon y de Mendoza, Beatrice, mise in vendita i beni di Fiumefreddo, compreso il castello diroccato dall'artiglieria francese. Oltre a passeggiare tra le piazzette panoramiche, magari al pomeriggio quando il mare diventa una tavolozza di colori, e ad ammirare una vista mozzafiato dagli affascinanti ruderi del castello (quando il cielo è limpido si vede anche Stromboli), si può praticare trekking e avventurarsi in escursioni sul Monte Cocuzzo (1540 metri). Tra le bellezze naturalistiche si possono visitare la Grotta dell'Eremita, lo sperone della Timpa Badia, dove trovarono ri-

fugio gli asceti in epoca bizantina, e il più evocativo la **Bocca d'Inferno**. La bellezza storica si fonde con quella del paesaggio al Fiume di Mare che scorre tra i monti in piccole cascate, in una stretta e profonda gola, nei pressi dell'abbazia di Fonte Laurato.

DOVE MANGIARE

LA TORRETTA Posto molto caratteristico, un tempo erano le cantine di un monastero del 600. I Tavoli sono con vista mare, pare di trovarsi su una nave. I piatti sono semplici e genuini, il menu è prevalentemente a base di pesce. La gestione è familiare. Prezzo medio 35/40 euro. Largo Torretta 3

DOVE DORMIRE

RESIDENZA D'EPOCA VICOGRAGNATELLO Le camere sono situate all'interno di un palazzo gentilizio risalente al XVII sec. Inoltre è possibile soggiornare anche in due case non distanti dalla Residenza d'epoca. Prezzo medio 50 euro. Vico Granatello 1

DOVE COMPRARE

CALABRIA GOURMET Elegante food store aperto nel 2013 da Michele Ruperto, giovane sommelier professionista ritornato in Calabria dopo varie esperienze professionali all'estero, e ora uno store online, punto di riferimento dell'enologia calabrese (e non solo) e delle eccellenze enogastronomiche di nicchia della filiera agroalimentare del territorio. www.calabriagourmet.com