

## Viaggi 24 Weekend

Dev'esserci un'isola più a sud, una corda più tesa e più vibrante, un altro mare che nuota in altro blu.

JOSÉ SARAMAGO



**METE PER SAN VALENTINO**  
Dal Castello di Spessa in Friuli (nella foto) al faro di Goro sul delta del Po, cinque mete romantiche ispirate dalla letteratura  
[www.ilsole24ore.com/viaggi](http://www.ilsole24ore.com/viaggi)



**Poesia di colori.**  
La spiaggia di Anse Pataates, nella parte nord dell'isola di La Digue: si raggiunge con un percorso che costeggia una zona rocciosa, un piccolo cimitero e la bella zona di Anse Sèvere.

# Oltre l'oceano: Seychelles da esplorare con il trekking

**Passeggiate tropicali.** Attraversare le foreste fra sentieri nascosti e cascate per raggiungere baie e spiagge: una nuova formula di turismo sostenibile per conoscere storia e natura dell'arcipelago

Mariateresa Montaruli

Henry Morton Stanley non aveva alcuna intenzione di fermarsi alle Seychelles quando da Zanzibar capì in quella mandata di isole nel Tropico del Capricorno. Era il marzo 1872, e con un grande scoop in mano, il reporter del New York Herald si accingeva a rientrare, esaurito dopo quattro mesi trascorsi sul Lago Tanganica per ritrovare il grande (e dispendioso) esploratore David Livingstone. Arrivato a Mahé, la più grande delle Seychelles, con l'intenzione di imbarcarsi su una nave che faceva rotta tra la Cina e Marsiglia, scoprì che il battello era partito da dodici ore. Non gli restava che abbandonarsi a un riposo forzato, affittò dunque una casa sull'altura che dominava la piccola capitale Victoria, dove restò un mese prima di riprendere il mare.

**Nuovi hotel e resort sono in arrivo, ma nel rispetto del territorio: il 42% del Paese è sottoposto a tutela**

Molto è cambiato in quella casa sul Chemin St. Louis dove visse Stanley: Madame Kathleen Fonsle ha fatto un ristorante di cucina creola, il Marie-Antoinette, tra i più amici dell'isola, e se non fosse per i tavoli di bambù, la casa avrebbe ancora intatto il suo sapore coloniale, grazie alle torrette rosse, il tetto spiovente in lamiera e le persiane in profumato legno di takamaka. All'epoca di Stanley le Seychelles, arcipelago di 115 isole tra l'Equatore e il 10° parallelo Sud, Mahé non andava certo di moda. Le spiagge di Anse Indance e Takamaka, per esempio, erano esclusivo territorio delle tartarughe di mare e la barriera corallina respirava ancora intatta. A quei tempi i promontori, le pianure e i rilievi all'interno dell'isola avevano già preso i nomi di Sans Souci, Chemin Montagne Posée, Roche Gratte Fesse, Cap Malheureux, Monte Cachée, evocativi di quella geografia della nostalgia che segnava molte isole dell'Oceano Indiano. La vita ruotava intorno alla produzione di olio di copra, la polpa del cocco essiccato, buono per cucinare e lucidare le chiodine delle signore. La corteccia di cannella, arrivata dallo Sri Lanka intorno al 1768 con un tale "Monsieur Poivre", intendere di Lionne, veniva fatta essiccare in forni rudimentali. Poivre voleva fare acclimatare alle Seychelles, per

rompere il monopolio olandese sul commercio del pepe, le piante dall'odore pungente provenienti dal Mare di Java oltre alla cannella, anche la noce moscata, l'eugenia aromatica, il cumino, il pepe, lo ylang-ylang, una storia raccontata oggi nel Jardin du Roi, il giardino botanico sulla collina in dolce pendenza in prossimità di Anse Royale.

Il segno più armonico dell'arte di vivere delle isole, almeno in quelle più sviluppate - Mahé, Praslin e La Digue -, fu l'architettura delle dimore coloniali immerse nelle pianure di cocco, cotone e canna da zucchero, adattate al clima dei tropici. Case come Union Estate La Digue, Plaine St. André, Domaine de Val des Pres e il Kreol Institute su Anse aux Pins a Mahé erano costruite in funzione dei venti, della pioggia e della luce, e nella immancabile veranda distaccata dove per gustare la limonata, spremuta di fresco, prima di pranzo, e il rhum préparé, invecchiato con baccanti d'arancia evanigita, dopo cena, ma riservato solo ai gentiluomini. Un concept architettonico ripreso anche nei resort di prossima apertura, dal Lallau Anse Royal (del gruppo Marriott), al Canopy by Hilton su Anse la Mouche e al Waldorf Astoria sulle Plaines, 130 km a sud di Mahé, il primo 6 stelle delle Seychelles con una quarantina di ville immerse nella foresta di palme.

Alle Seychelles, grande eco-parco dell'Oceano Indiano dove il 42% del territorio è sottoposto a tutela, da qualche tempo non si va solo per le spiagge: la Seychelles Parks and Gardens Authority produce materiale informativo sui trail che si possono percorrere nelle riserve naturali (sgg.gov.sc), il National Biodiversity Centre di Mahé, su Grand Anse, propone una passeggiata alla scoperta delle piante endemiche e native dell'isola. E l'agenzia italiana Seychelles Trekking ha lanciato un itinerario format di viaggio, che abina le escursioni nelle zone di riserva come il Morne National Park a Mahé e la Vallée de Maia Praslin (l'unico lembo di foresta di palme endemiche di *coco-de-mer* delle Seychelles) alla scoperta delle baie più spettacolari, come Anse Major a Mahé, Anse Latte e Georgetown Praslin. Anse Source d'Argent a La Digue. Ecco, il *coco-de-mer*, simbolo dell'arcipelago all'epoca di Stanley non aveva alcun valore, spaccato in due favegna solo da diotria o recipienti, la sua polpa veniva essiccata e lavorata come Favorio per abbellire il pelo delle creole. Sgomato come un sinuoso bacino di donna, il frutto sostiene bene la sua fama di frutto afrodisiaco. Un altro volto dell'amore che conduce nella natura dei Tropici.



**Luoghi del bel vivere.**  
Sopra, Source d'Argent a La Digue. A sinistra, la Maison de Planteur nel villaggio di Domarine de Val des Pres, nella zona di Anse Aux Pins, che risale alla fine dell'Ottocento



**Natura intatta.**  
Sopra, una tararuga e una cascata nella riserva naturale Vallée de Maia Praslin. A sinistra, trekking nel Morne Seychellois National Park, che comprende il 20% del territorio dell'isola di Mahé

## SAPORI DALLE ISOLE

### Pesce alla frutta, curry e insalate di palma per chef sempre più local

Ferran Adrià, il rivoluzionario cuoco catalano, quando era a Praslin ne è andato matto. Oggi è rarissimo trovarlo - di solito si può gustare solo a casa di amici - ma un tempo era uno dei piatti tipici delle Seychelles. Spoiler: non è una pietanza per stomaci deboli. Non tanto per il gusto, che pare squisitissimo, ma per nostre remore mentali. Si tratta del "Kari Sousouri": il suo nome creolo, tradotto dagli inglesi in Bat Fruit, in italiano suonerebbe più o meno "ipistrello della Frutta", perché i piccoli mammiferi volanti si nutrono in prevalenza dei frutti dell'albero del pane. La ricetta tradizionale prevede una cottura nel latte di cocco con cipolla, aglio, zenzero e accompagnamento con abbondante curry. In alternativa, una lunga stufatura dopo 24 ore di salamoia con vino rosso e manciate di spezie.

Tranquilli, il Kari Sousouri è l'unico piatto che potrebbe mettervi in difficoltà alle Seychelles, perché la cucina creola locale, succulenta e ricca di aromi, è al contrario molto accogliente. Una cucina povera, nata dalla confluenza delle tradizioni gastronomiche indiane con ingredienti provenienti dalla vicina Africa, non particolarmente piccante, ma di spiccato accento tropicale. Soprattutto grazie alla variegata molteplicità di frutti: solo di banane, per esempio, esistono 19 varietà.

Qui regna sovrano il cocco, che entra nella preparazione di quasi ogni piatto. Le isole sono ricchissime di pesce e i locali lo gustano in ogni modo, dai sembrati *beach* *snapper* *fish* - *fish* simile al branzino, i grandi Carangues tagliati a fette, i barracuda, il Jack fish, analogo al luccio, e il pregiato Red snapper, degustato nei mari caldi - nel latte di cocco con cipolle, curry, limone, pepe, olio, zenzero e timo. Anche la famosa e onnipresente salsa creola è a base di pesce: filetti vengono fritti nel burro e dopo messi a marinare in una massa di pomodoro e peperoncino. Se la cucina locale è piuttosto elementare, i palati più esigenti trovano risposte adeguate nei sofisticati resort dove sono ai fornelli cuochi con esperienze internazionali. Il catalano Jordi Vila guida da anni l'offerta gastronomica delle destinazioni Constance, gruppo che alle Seychelles ha due resort, a Mahé e a Praslin: «Dopo lustrini nel fine dining a Londra - racconta - mi sono ritrovato con gioia a cucinare su un atollo sperduto delle Maldive e poi a Praslin. Qui tutti i cuochi si riforniscono a Dubai (che dista cinque ore di volo, *nda*) ma io cerco il più possibile di utilizzare prodotti locali». Ad esempio la "Caprese" servita al Lemuria, lo spettacolare resort in cui lavora Vila, viene composta con pomodori coltivati nell'isola di Mahé e formaggio autoprodotta: «abbiamo quattro mucche che ci danno 35 litri di latte al giorno - spiega lo chef -, mangiano cocco e papaya e il loro latte è molto grasso e più aromato di quello a cui siamo abituati». Nei grandi alberghi si continuano a servire piatti elaborati che non siglierebbero sulle migliori tavole europee, ma la tendenza è sempre più quella di proporre ricette locali: «Se i miei ospiti chiedono caviale devo poterglielo offrire - conferma Vila -, ma trovo che sia mio compito provare a connetterli con la realtà in cui sono immersi. Bisogna essere creativi e utilizzare i prodotti locali con tecniche più raffinate. Usiamo moltissimi frutti tropicali, anche per marinare il pesce, e diamo la nostra interpretazione dei classici curry isolani, in cui non può mancare il latte di cocco».

Oltre al tonno e al polpo, che qui sono di straordinaria qualità, l'altro ingrediente principe della cucina delle Seychelles è il pollo. Ma il piatto più ambito è la cosiddetta "Insalata del Milionario", un tempo riservata ai più abbienti perché solo loro potevano permettersi di rinunciare a un albero per poterla gustare: e infatti a base del delizioso cuore di palma, che si ricava dalla parte interna del tronco e per estrarlo non c'è altro modo che abbattere la pianta. Ora però si può utilizzare solo quello di palma coltivata allo scopo, quindi si può gustare senza troppi sensi di colpa.

— Fernanda Roggero



Gusto sostenibile. Un piatto servito al Constance Ephelia