

LIFE

THE

STYLE JOURNAL

**VIVERE
CON LA NATURA**

Ottobre 2016, euro 4.00

**VACANZE
D'AUTUNNO**

19 rifugi puliti

CIBO SANO

Le zuppe-energy
per restare giovani

AMSTERDAM

Città felice

GREEN PEOPLE

Raoul Bova

«UN ANNO
DI FUGA»

THE LIFE Style Journal, numero 33, anno VII, Ottobre 2016



DOSSIER

«**Nuove energie**»

COME USARLE SUBITO

Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL

Date: October, 2016

Circulation: 25,000

Clean Energy | Fughe per ricaricarsi

Case vergini

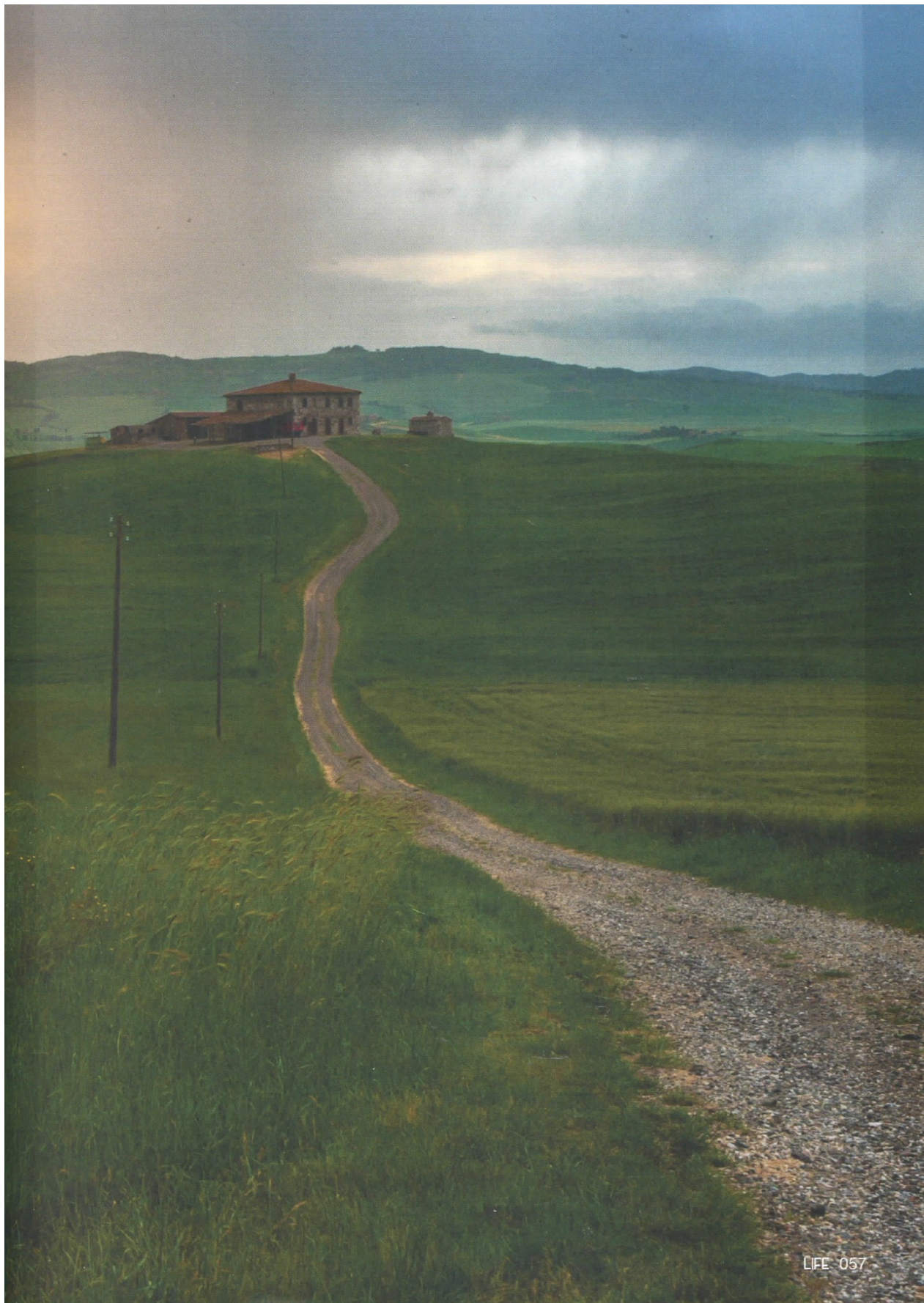
RIFUGI SPERDUTI, PROTETTI DA OGNI INQUINAMENTO.
ISOLATI NEL SILENZIO, CON CIELI ANTICHI SENZA LUCI
PER GUARDAR LE STELLE. E CIBO E LETTI SPECIALI.
ECCO I 20 LUOGHI SEGRETI SCOVATI E PROVATI DA *THE LIFE*.
A PREZZI PICCOLI E A ENERGIA GRANDE,
PER RITORNARE IN CITTÀ TRASFORMATI

DI GIULIANA GANDINI

Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL

Date: October, 2016

Circulation: 25,000



Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL

Date: October, 2016

Circulation: 25,000

L'INQUINAMENTO ACUSTICO METTE A RISCHIO
IL CUORE. E IN QUESTO CAMPO L'ITALIA
È MAGLIA NERA: SIAMO SECONDI SOLO AGLI
USA PER LA RUMOROSITÀ DELLE CITTÀ



E

sistono ancora luoghi della perfetta integrità? Case dove si vive come nel miglior medioevo, senza rumore, senza luci che invadono il cielo, con un senso del tempo e del cibo che non conosce stress, conservanti, chimica? Alcuni sperimentatori dell'accoglienza fuori dal comune hanno realizzato rifugi dove provare a vivere come gli antenati. Ma immersi nella natura, comodi, facendo una esperienza singolare del buon vivere. *The LIFE*, di queste case disperse nel bello, tutte in Italia, ne ha scovate e provate 20. Qui si può prenotare per un week end o per una vacanza autunnale. Abbiamo cercato le case del silenzio, quelle dove gli unici rumori vengono dalla natura; le case (sempre più difficile) immerse in boschi e spazi lontani dalle luci, dove si può ritrovare il cielo antico e nitido delle costellazioni. E infine il cibo a chilometro zero.

IL SUONO DEL SILENZIO

Gli unici rumori sono il fruscio del vento e il canto degli uccelli all'agriturismo **Sant'Egle**, nella Maremma grossetana, ricavato in una dogana seicentesca, primo produttore di alga spirulina, premiato dal Wwf come miglior agriturismo soste-

© Zoonay/Konstantin Ka, Marka, Maurizio Brera, Alfio Garozzo

Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL

Date: October, 2016

Circulation: 25,000



INDIRIZZI SEGRETI

Sopra, La Piantata, creata dall'ex ad di Cacharel Renzo Stocchi. Sotto, la tenuta Monaci delle Terre Nere, ai piedi dell'Etna. Nella pagina a fianco, generazioni a confronto ai Tre Poggi. In apertura, la Val d'Orcia, in Toscana.



Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL

Date: October, 2016

Circulation: 25,000



nibile d'Italia. Ecocompatibile, con energia che proviene da fonti rinnovabili, orto biodinamico, animali allevati nella fattoria accanto. Tutti i prodotti sono certificati biologici, vegani, senza glutine, cruelty free. Nelle camere, tavolini e sedie ricavati da vecchie botti, poltroncine che erano carriole. Sempre in Toscana, a Sasseta, vicino a Livorno, una strada sterrata attraversa il Parco Forestale di Poggio Neri. Si nasconde qui il podere biodinamico **La Cerreta**, quattro casali in pietra in 70 ettari di prati e boschi a perdita d'occhio. Dove passeggiare in solitudine, andare in bicicletta o a cavallo, scoprire le erbe locali nel corso di erboristeria. E regalarsi un massaggio olistico o un bagno nelle acque sulfuree delle Terme di Sasseta, a pochi minuti.

GIOCHI DA GRANDI

A La Piantata si può dormire nella più grande casa sull'albero d'Europa, costruita su una quercia alta 25 metri. Nella pagina a fianco, il parco che circonda La Piantata e, in basso, La Casa del Poeta, divisa in una Casa per leggere e una Casa per scrivere.

Il silenzio è totale anche ai **Tre Poggi**, nelle Langhe, e alla **Paracca**, grande cascina settecentesca sulle colline astigiane, circondata da un parco di 25 ettari. Al mattino si fa colazione sotto il pergolato circondato da iris. Per garantire notti di riposo assoluto, tisane, candele e creme per conciliare i sogni.

Sulle colline di Gavi, dove si incontrano Liguria, Piemonte e Lombardia, una casa padronale, una stalla e un fienile del 1800 abbandonati ai rovi sono diventati **Marengo Superiore**, minimal country, angolo arcadico lontano da frastuono che si apre sui vigneti del Gavi e dell'autoctono Nibio, salvato dall'estinzione dai proprietari.

Nella campagna viterbese, un casale di fine Settecento circondato da un uliveto di 1.800

Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL

Date: October, 2016

Circulation: 25,000



01. #ecoPLUS

L'agriturismo Sant'Egle, nella Maremma toscana, vicino a Grosseto, è stato premiato dal Wwf come miglior agriturismo sostenibile d'Italia. È anche il primo produttore di alga spirulina ed è alimentato con energia che proviene da fonti rinnovabili.

piante è il sogno realizzato di Renzo Stocchi, ex pasticcere ed ex a.d. di Cacharel, proprietario della **Piantata**, un'oasi ristrutturata in materiali naturali dove si può soggiornare anche nella più grande casa sull'albero d'Europa, gustando un'eccellente colazione biologica. Una full immersion nei suoni della natura. Una passerella tra gli ulivi collega le casette di legno vista mare che ospitano l'hammam, la sauna, la tisaneria. Sotto, una distesa a perdita d'occhio di lavanda. Tra i campi di grano attorno a Enna, sulle sponde del lago Pergusa, il silenzio è assoluto nell'originale **Casa del Poeta**, divisa in Casa per leggere, ricolma di libri, e in Casa per scrivere, dove lasciare una frase sulla parete a lavagna. Alle pendici dell'Etna, è un'oasi lontana da tutto la tenuta biologica **Monaci delle Terre Nere**,

LIFE 061

Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL

Date: October, 2016

Circulation: 25,000

PIÙ DELLA METÀ DEL TERRITORIO ITALIANO
È VITTIMA DELL'INQUINAMENTO LUMINOSO,
E IL 90 PER CENTO DEGLI INGLES
NON RIESCE A VEDERE LA VIA LATTEA



16 ettari di uliveti, agrumeti e vigneti, dove è incastonata la dimora patrizia settecentesca abitata in passato dai monaci di Sant'Anna. Oggi è greatest hotel per *Tatler* e *Travel + Leisure*, camere senza tv e telefono e piscina a sfioro.

E QUINDI USCIMMO A RIVEDER LE STELLE

Nel racconto di Italo Calvino *Luna e Gnac*, Marcovaldo cercava d'insegnare ai figli la posizione dei corpi celesti nel cielo confuso con le insegne pubblicitarie. Su più di metà del territorio italiano ormai non scende più una vera notte, migliaia di bambini non hanno mai visto la via Lattea, un privilegio concesso a meno del dieci per cento degli inglesi, dicono alla British Astronomical Society che da anni si batte per liberare il cielo dalle luci.

Nessun inquinamento luminoso invece alla **Torre di Moravola**, vicino a Gubbio, una fortezza

LA VOLTA CELESTE

Il cielo stellato, sempre più difficile da vedere a causa delle troppe luci artificiali. Nella pagina a fianco, Torre di Moravola, vicino a Gubbio, fortezza del XII secolo riconvertita in hotel di charme.

di guardia del XII secolo con vista a 360 gradi su boschi e colline da cui si vede il firmamento. È il risultato del lavoro di marito e moglie, architetti e designer che hanno alleggerito la struttura medievale con arredi minimalisti creando sette suite di grande charme. Di forte impatto la piscina a sfioro, sospesa fra il cielo e il verde profondo dei boschi. Luci spente anche alla **Tenuta di Canonica** vicino a Todi, tra uliveti, frutteti e boschi. Con un incantevole giardino rischiarato da lampade da terra soffuse intorno alla piscina, per lasciare che siano le stelle a illuminare la serata. Se ne possono vedere a occhio nudo circa quattro mila. Basta saper cercare. Con una semplice carta celeste (si trovano anche su internet) si individua la Stella Polare e la si usa come centro di tutta la volta. Poi si passa alle costellazioni, come riferimenti fissi per orientarsi in cielo. In autunno è facile vedere la Galassia di Andromeda (M31) a circa 2,5 milioni di anni luce.



Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL
Date: October, 2016
Circulation: 25,000



Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL
Date: October, 2016
Circulation: 25,000

LE STELLE SI POSSONO AMMIRARE ANCHE
A OCCHIO NUDO, SENZA TELESCOPIO.
MAGARI USANDO UNA DELLE TANTE APP
ONLINE CHE PERMETTONO DI ORIENTARSI
FRA LE COSTELLAZIONI



LA FILIERA DEL VINO

Sopra, Gianluigi Vimercati, patron di Al Rocol. Nella pagina a fianco, sopra, i piatti de La Cerreta. Sotto, la cantina di Al Rocol, circondato da una tenuta di 34 ettari coltivata a vigne.

Il cielo è nitidissimo anche alla **Quercia Rossa**, in Maremma, vicino a Saturnia. Sette chilometri di sterrata e si è in un piccolo paradiso. Due casali ristrutturati, sei stanze arredate con mobili anni Venti, un giardino di rose e cipressi. Attorno solo colline che scendono al mare. La cena è a base di pasta fatta in casa, cinghiale, lepre, formaggi locali e ingredienti a chilometro zero, conditi con l'olio biologico extravergine dell'azienda. Al calar della notte l'appuntamento è sulla terrazza naturale affacciata su campi, boschi e macchia mediterranea, con vista sul Giglio e l'Argentario. Il buio è totale, in ottobre la volta celeste è ancora più nitida, dice il proprietario. Basta abituare l'occhio all'oscurità e far correre lo sguardo, anche senza telescopio. Nella campagna marchigiana, alle spalle di Senigallia, il relais **Il grano e le stelle**, una casa colonica settecentesca, prende il nome dai campi attorno e dalla volta celeste illuminata dalle stelle. Talmente visibili che gli ospiti si sdraiano a guardare il cielo sulle coperte nell'uliveto. In Puglia, in mezzo alla Val d'Itria, spicca la **Maseria Le Carrube**, con il frantoio che ha conservato la macina in pietra e il ristorante vegano a base di ingredienti dell'orto. Nessuna fonte luminosa, ma concerti di grilli e cascate di stelle.

LA NATURA NEL PIATTO

Dalla terrazza scenografica lo sguardo spazia su campi di girasoli, colline e borghi medioevali. All'interno del **Colombaio**, ospitato in una dimora settecentesca in Val d'Elsa, volte a vela, caminetti, pareti in pietra. Ma il meglio è in tavola. Il ristorante vanta una stella Michelin grazie a piatti come Il piccione con caffè, lavanda e liquirizia, abbinati a vini rossi e bianchi bio della zona. Mentre a **La Sosta**, il secondo ristorante, si è in dubbio tra ribollite e pappa al pomodoro accompagnate da ottime etichette toscane. Una stella Michelin premia anche la bucolica **Locanda del Notaio** in val d'Intelvi, immersa in un grande giardino fiorito.

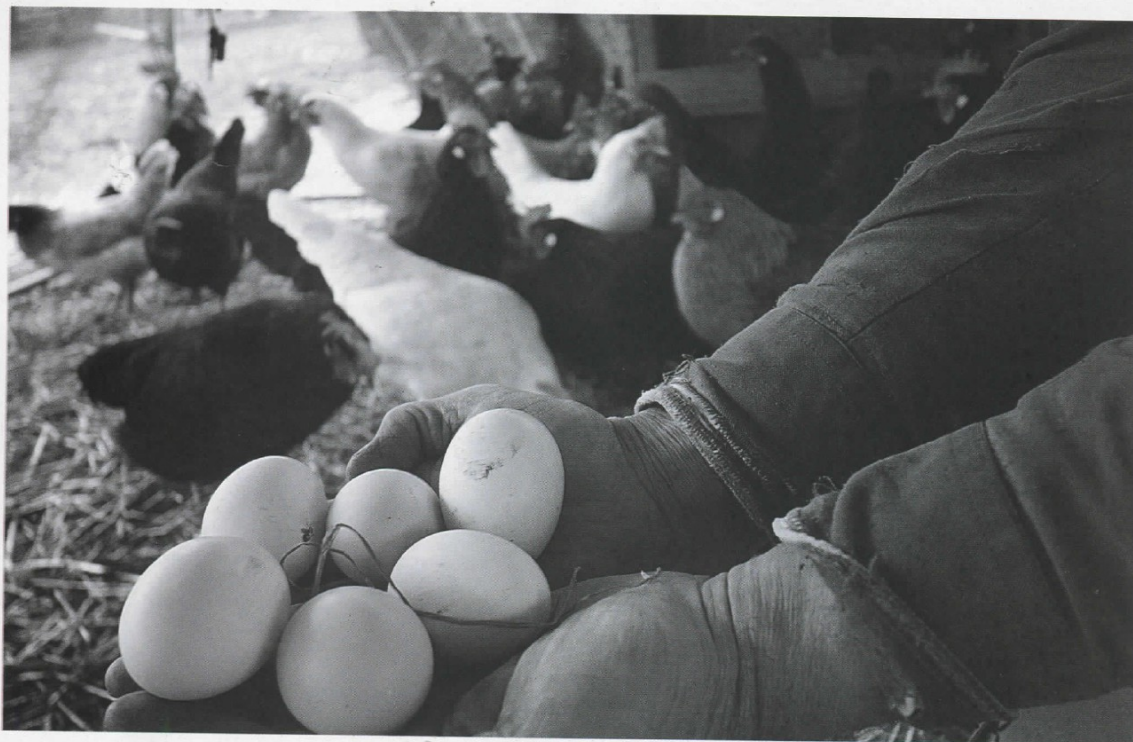
LIFE 065

Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL

Date: October, 2016

Circulation: 25,000

L'ANTICA CORTE PALLAVICINA, IN PROVINCIA
DI PARMA, È IL REGNO DEL CULATELLO
ED È AMATA ANCHE DAL SUPER
CHEF STELLATO DANESE RENÉ REDZEPI



La proprietaria, una coreografa teatrale, ha arredato le 18 scenografiche camere, una diversa dall'altra. Lo chef si esibisce in risotto ai gamberi di fiume, petto di piccione con foie gras e carpaccio di salmerino con patata confit.

In un'antica casa del Monferrato, a Rosignano, su una parete scorrono le immagini di film celebri in cui il cibo è protagonista, come *Il pranzo di Babette* da cui il locale ha preso il nome. Sembra una bastide provenzale la locanda **A Casa di Babette**, colori ocra e lavanda e un invitante menu a chilometro zero dove vanno in scena il torello marinato con zucca in carpione, i tajarin 30 tuorli con porcini freschi, zucca e pasta di salame e gli agnolotti. Perfette la tagliata di fassone con senape all'antica.

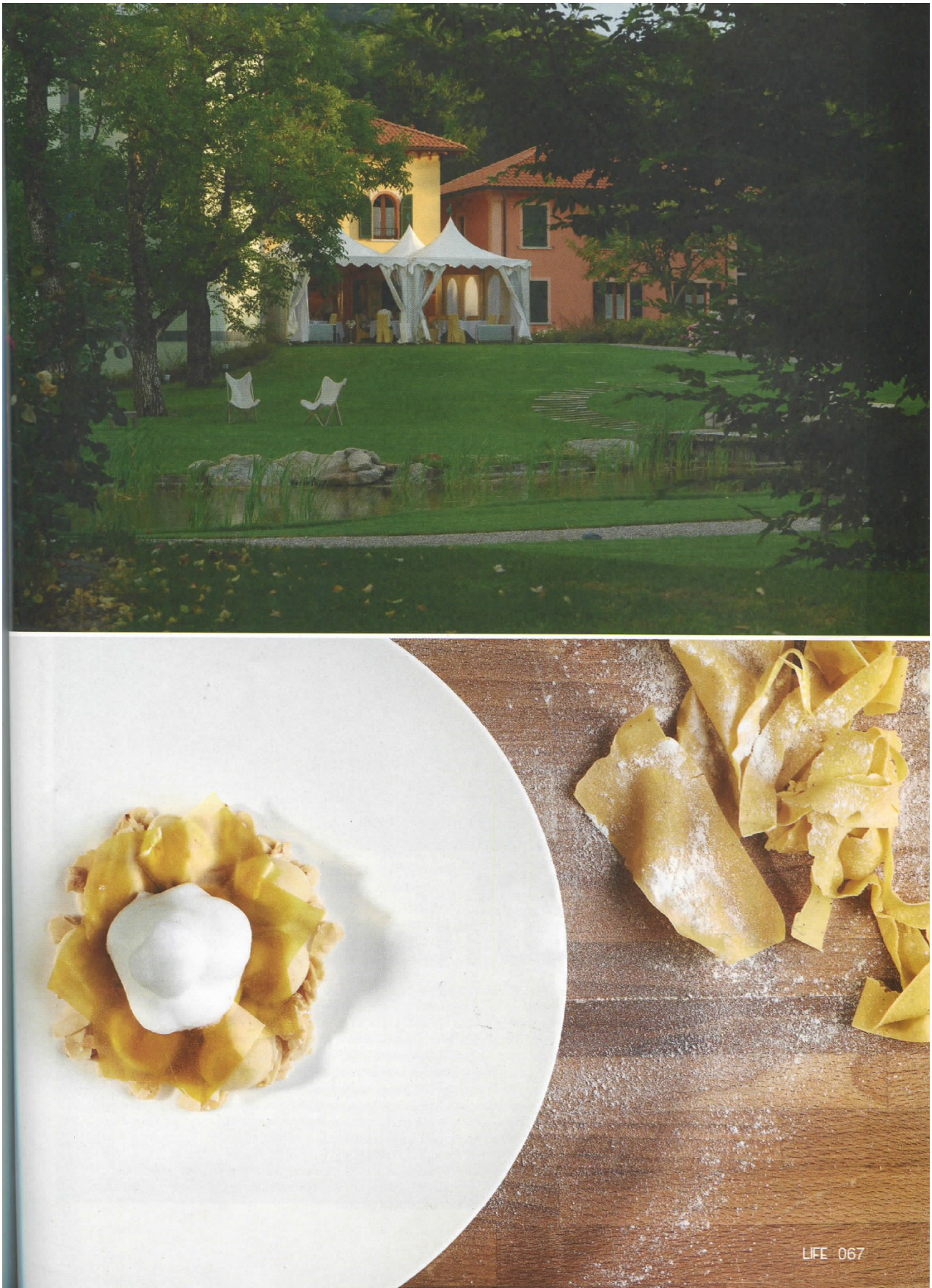
In Franciacorta, «dal produttore al consumatore» è il motto della cantina **Al Rocol**, nel cuore di una tenuta di 34 ettari coltivati a vigne. Per-

PIATTI BIOLOGICI

Sopra, l'allevamento naturale a terra delle galline a La Cerreta. Nella pagina a fianco, la Locanda del notaio, premiata con una stella Michelin, e il raviolo di foie gras, uno dei piatti più amati.

ché qui i vini si acquistano direttamente, scoprendo l'intera filiera dalla vendemmia alla tavola. Si soggiorna nella cascina ottocentesca, si passeggia lungo i sentieri fino all'antico roccolo di caccia, straordinaria architettura vegetale tra vigne e boschi di querce e castagni. Dietro ogni piatto servito al ristorante ci sono le antiche ricette di famiglia, a base di verdure dell'orto e di prodotti della fattoria. Dagli gnocchi di patate e zucca ai casonsèi (ravioli) ripieni di carne o insaporiti con il bagòss, formaggio proveniente dalle vicine montagne.

Nei dintorni di Conegliano, lungo la strada del Prosecco, si fa un viaggio nella storia della cucina veneta alla **Locanda da Lino**, un luogo carico di ricordi e di poesia, regno del mitico Lino Toffolin, oggi nelle mani del figlio Marco. Dove si soggiorna in suite dedicate a personaggi che erano di casa qui, come la Mastroianni, in stile



LIFE 067

Publication: THE LIFE STYLE JOURNAL
Date: October, 2016
Circulation: 25,000

LE MAGNIFICHE DIECI

	Dove	Tariffe	Sul podio per...
	IL COLOMBAIO località Colombaio (Si) tel. 0577 949002 www.ilcolombaio.it	Doppia da 180 euro, aperto da metà marzo a metà novembre e dal 20 dicembre al 10 gennaio.	La cucina, il ristorante è stato premiato con una stella Michelin.
	ANTICA CORTE PALLAVICINA strada Palazzo due Torri 3, Polesine Parmense (Pr) tel. 0524 936539 www.anticacortepallavicinarelais.it	Doppia da 180 euro, aperto tutto l'anno.	Il proprietario è Massimo Spigaroli, re del culatello. Nella straordinaria cantina maturano i salumi pregiati.
	SANT'EGLÉ case Sparse Sant'Egle 18, Sorano (Gr) tel. 329 4250285 www.agriturismobiologicotoscana.it	Doppia da 115 euro, aperto da metà marzo al 6 gennaio.	La posizione, nel cuore della Maremma grossetana, tra borghi medioevali, colline e uliveti.
	LE CARRUBE ss Fasano-Ostuni Km 873 tel. 0831 342595 www.masserialecarrubecostuni.it	Doppia da 140 euro, aperto da Pasqua fino al 30 settembre.	L'eccellenza del servizio. È l'ultima nata del gruppo San Domenico della celebre famiglia Melpignano.
	TENUTA CANONICA vocabolo Casalzetta 75, Todi (Pg) tel. 075 894 7545 www.tenutadicanonica.com	Doppia da 175 euro, aperto da Pasqua fino a fine ottobre.	La location spettacolare, tra uliveti e frutteti, con il lago di Corbara sullo sfondo.
	TORRE DI MORAVIOLA località Moravola, Montone (Pg) tel. 075 9460965 www.moravola.com	Doppia da 230 euro, aperto da Pasqua fino a fine ottobre.	Interni ultracontemporanei del proprietario-architetto Christopher Chong e la piscina a sfioro nera.
	MONACI DELLE TERRE NERE via Monaci, Zafferana Etnea (Ct) tel. 331 1365016 www.monacidelleterrenere.it	Doppia da 250 euro, aperto tutto l'anno.	Buen retiro alle pendici dell'Etna, perfetto per staccare la spina, in passato era abitato dai monaci.
	LA PIANTATA strada Provinciale 113, Arlena di Castro (Vt) tel. 335 604 9630 www.lapiantata.it	Doppia da 130 euro, aperto tutto l'anno.	Si può soggiornare nella più grande casa sull'albero d'Europa, all'interno di una quercia di 25 metri d'altezza.
	AL ROCOL via Provinciale 79, Ome (Bs) tel. 030 6852542 www.alrocol.com	Doppia da 60 euro, aperto tutto l'anno.	Vini prodotti nella tenuta di 34 ettari e venduti solo in loco, le antiche ricette di famiglia del ristorante.
	A CASA DI BABETTE via Isola 2, Rosignano Monferrato (Al) tel. 0142 489705 www.acasadibabette.it	Doppia da 70 euro, aperto da Pasqua fino a novembre.	La selezione di champagne low cost di piccoli produttori, la cucina tradizionale del Monferrato.

	Location	Tavola	#Ecoplus	Nei dintorni
	Otto appartamenti con terrazza privata o gazebo. Attorno 17 ettari di boschi, ulivi e vigne.	Il piatto forte è il piccione con caffè, foie gras e rabarbaro.	Ortaggi e frutta sono coltivati con agricoltura biodinamica. Olio di produzione locale.	Il borgo medioevale di Casole con la Collegiata di Santa Maria Assunta e il museo archeologico.
	In un castello medioevale trasformato in azienda agricola, affacciato sul Po.	Ravioli di gallina su una crema di rossa d'Urzano e fiori di zuccina.	Animali allevati all'aperto con mangimi naturali e frutteto di piante antiche.	Palazzo Pallavicino a Zibello e il medioevale Vigoleno, fra i Borghi più belli d'Italia.
	In una dogana seicentesca, camere arredate con tessuti pregiati e mobili di arte povera.	Zuppe di farro naturale, fiorentina biologica di vacca allo stato brado, vino biologico.	Scelto dal Wwf come agriturismo più sostenibile d'Italia per le fonti di energia pulita.	Sorano con la Fortezza Orsini, Sovana con le necropoli etrusche e Pitigliano.
	Masseria in pietra. Camere shabby chic in stile mediterraneo.	Piatti vegani come la vellutata di cannellini all'arrabbiata e le bombette di ricotta.	Gli ingredienti dei piatti sono a km 0, a base di prodotti biologici dell'orto di proprietà.	La val d'Itria con i trulli, Cisternino e Ostuni, a soli sei chilometri.
	In una torre di avvistamento medioevale, camere con tappeti antichi e soffitti a cassettoni.	Piatti a base di ricette umbre rivisitate, olio del frantoio artigianale della proprietà.	Le farine per pane e pasta sono macinate da un mulino ad acqua ottocentesco.	Todi, la valle del Tevere, il borgo medievale di Tittignano con il castello, la corte e la chiesetta.
	Sette suite in una torre di guardia in pietra del 1.100 immersa in sei ettari di terreno.	Cucina fusion. Scenografici piatti della tradizione umbra rivisitati con tocchi orientali.	Pannelli solari, raccolta delle acque grigie e dell'acqua piovana per l'irrigazione.	Montone, Città di Castello, Gubbio, Cortona e Perugia.
	Dimora patrizia settecentesca, 19 camere raffinate, servizio eccellente.	Piatti tipici siciliani come il maialino dei Nebrodi e corsi di cucina tenuti dagli chef.	Una delle tre realtà siciliane certificate Eco-bio. Nel cuore di una tenuta biologica.	Sulla strada per Randazzo si trova il Castagno dei 100 cavalli, il più antico d'Europa.
	In un casale ottocentesco ristrutturato full immersion tra i suoni della natura.	Piatti della tradizione locale, a base di prodotti biologici dell'agriturismo.	Coltivazione di lavanda biologica, 12 ettari, 120 mila piante, la più grande d'Italia.	Il lago di Bolsena, Civita di Bagnoregio, Tarquinia e i borghi di Tuscania e Vulci.
	Nella cascina ottocentesca, nel cuore della Franciacorta, camere arredate con mobili d'epoca.	Gnocchi di patate e zucca e casonsèi (ravioli) ripieni di carne o insaporiti col bagoss.	Prodotti a km zero, vini bio di cui si scopre l'intera filiera dalla vendemmia alla tavola.	Nel borgo storico di Ome, il centro termale Aquathermae, ottimo per la remise en forme.
	Atmosfera da bastide provenzale, camere accoglienti nei colori ocra e lavanda.	Torello marinato con zucca in carpione, tajarin 30 tuorli con porcini, zucca e pasta di salame.	Ortaggi, carne e formaggi a chilometro zero, vini biologici.	Rosignano, patrimonio dell'umanità Unesco per le colline coperte di vigne.