

**SAN BENEDETTO**  
*Acqua Minerale Naturale*  
 OLIGOMINERALE

*Linea Prestige*  
 1 litro, 75cl e 25cl.

L'ELEGANZA NELLA RISTORAZIONE  
 HA UNA NUOVA PROTAGONISTA.



chim.brandindustry

www.sanbenedetto.it



**OP PAD  
 MET  
 LOCALS**  
 Drie bloggers delen hun  
 ultieme tips



# BOLOGNA



Sarah Dowling (26) groeide op in Atlanta, Georgia in de Verenigde Staten. Op haar 23<sup>e</sup> besloot ze haar grenzen te verleggen en vertrok ze naar Italië, waar ze aan de slag ging als lerares Engels in Bologna. Op haar blog *Italy Project 365* doet ze verslag van haar belevenissen in de culinaire stad. Speciaal voor De Smaak zette ze haar beste tips van Bologna op papier. 'Ik voel me constant uitgedaagd door de Italiaanse taal en cultuur'.

## Favoriete buurt: Quadrilatero

'Quadrilatero (een buurt die wordt omgrensd door Via Farini, Via Castiglione, Via Rizzoli en Via dell'Archiginnasio) is mijn favoriete en de meest fascinerende buurt van Bologna. Overal zijn markten die je nergens anders in Italië tegenkomt. Het is één grote zintuiglijke ervaring. Aan het einde van de ochtend kun je er van alles ruiken: vers fruit, groenten, verse vis, kaas en vleeswaren. Zoveel levendige kleuren die de smalle straatjes vullen. De oude dames die er hun boodschappen doen en druk discussiëren met de kooplieden: je hoeft er alleen maar doorheen te wandelen en je vermaakt je.'

## Eten in Bologna

'Voor een traditionele maaltijd schuif ik graag aan bij La Traviata (Via Urbana 5), een familierestaurant dat tegelijkertijd rustiek en elegant is. Hier wordt de mortadella recht voor je neus gesneden en serveren ze de beste pastamaaltijden die ik ooit heb geproefd (tortelloni met pompoen is een van hun specialiteiten). Neem als toetje zeker *torta tenerina*

een chocoladetaart met mascarpone: daar eet je je vingers bij op. Een andere favoriet is Trattoria Anna Maria (Via Belle Arti 17A). Dit restaurant wordt gerund door een echte Bolognese *nonna*. Zij maakt de allerbeste *ragù alla bolognese*. Haar *tortellini in brodo* en *lasagne bolognese* zijn ook niet te versmaden. Voor vegetariërs is Osteria Rovescio (Via Pietralata 75) een goede optie.'

## Osteria del Sole

'Voor een lunch in Bologna raad ik aan om de oudste "pub" van Bologna te bezoeken: Osteria del Sole (Via Ranocchi 1D). Sinds 1465 komen hier veel *locals* om hun lunch te nuttigen. Het gekke is: ze serveren hier geen eten, alleen wijn, bier en likeurtjes. Het eten neem je zelf mee. Ik haal zelf vaak wat gesneden mortadella, prosciutto en kaas bij Simoni Salumeria (Via Drapperie 5/2a) - *squacquerone* en Parmigiano Reggiano zijn mijn favoriet - en brood bij Paolo Atti & Figli (Via Drapperie 6), vlak bij de *osteria*. Geloof me, je lunch wordt zo een hele belevenis.'

## Voor in de koffer

'Wie een lekkere wijn uit Emilia Romagna mee naar huis wil nemen moet even langs bij Enoteca Italiana (Via Marsala 2). Ze hebben een groot assortiment wijnen uit de omgeving (zoals pignoletto, sangiovese of lambrusco), maar ook uit de rest van Italië. Daarnaast verkopen ze er pasta, specerijen en Italiaanse chocolade. Voor delicatessen uit Bologna wandel ik vaak even binnen bij Tamburini (Piazza della Mercanzia). Hier verkopen ze de lekkerste tortellini, mortadella, *crescentine* (gefrituurd brood) en balamico-azijn uit Modena. Vraag aan het vriendelijke personeel of ze de producten vacuüm verpakken en je neemt ze zo mee in het vliegtuig.'

## Slapen in een toren

'Wie op zoek is naar een betaalbaar hotel op een goede locatie, moet beslist een kamer boeken bij Hotel Touring: een familiehôtel op slechts een paar meter van het Piazza Maggiore in de rustige wijk San Domenico. Wat ik het leukst vind aan dit hotel is hun dakterras, waar je van een cappuccino of aperitief kunt nippen met uitzicht over de stad. Voor wie iets meer te besteden heeft, is Torre Prendiparte een

aanrader. Als je een kamer boekt in dit monument, krijg je maar liefst twaalf verdiepingen tot je beschikking. Elke verdieping heeft een ander doel: de een dient als keuken, de ander als woonkamer enzovoorts. Eigenaar Matteo leidt je vol passie rond in zijn hotel, waar hij als kind opgroeide.'

## Archiginnasio

'Het hoofdgebouw van de voormalige universiteit van Bologna, de Archiginnasio-bibliotheek, is een verborgen schat. Bezoekers kunnen hier de middeleeuwen herbeleven door middel van de 35.000 manuscripten die er worden bewaard. Duizenden wapens sieren de muren en plafonds van de galerijen. Hier binnenstappen is een koninklijke ervaring.'

## 360 graden uitzicht

'Voor een compleet beeld van Bologna kun je de Asinellitoren (de grootste van de twee torens waar Bologna bekend om staat) beklimmen, vanwaar je een prachtig 360 graden uitzicht hebt over de stad. Niet alleen het uitzicht is fascinerend: de klim naar boven is ook een stap terug in de tijd. Je moet goed ter been zijn om de treden te bewandelen, er is namelijk geen lift aanwezig.'

## Bologna Hills

'Net buiten de stad, in de heuvels van Bologna, staat de San Luca-kerk. Een monument dat vrijwel iedere inwoner van Bologna kent. Hier ga ik regelmatig heen om te genieten van de frisse lucht en van het prachtige panorama over de heuvels en de stad.'

## Magisch plein

'Mijn meest bijzondere momenten in Bologna spelen zich af op het Piazza Maggiore. Ieder moment van de dag hangt hier een andere sfeer. In de ochtend geniet ik van de eenzaamheid als de bars rustig opstarten en de markt wordt opgebouwd. In de middag bruist het er juist: studenten die overal zitten, groepen mensen die zich verzamelen rondom straatartiesten en kinderen die duiven achterna rennen. Iedereen is er, dus je krijgt een sterk gemeenschapsgevoel. 's Avonds is het er haast magisch als de maan de kerk verlicht.'



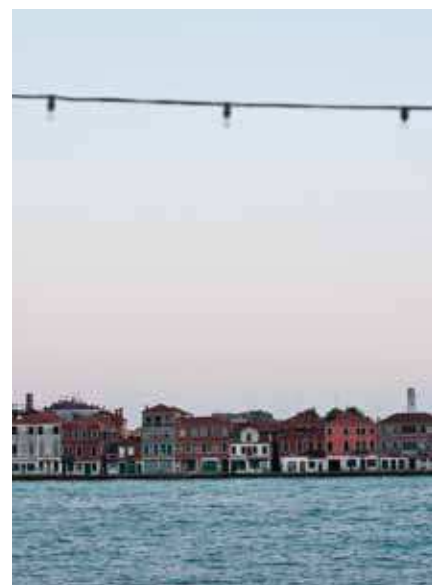
'Bij Osteria del Sole wordt je lunch een hele belevenis'

Wil je meer weten over Sarah of over Bologna? Neem dan een kijkje op Sarah's blog [italyproject365.com](http://italyproject365.com). Hier vind je niet alleen de leukste tips voor Bologna, maar ook handige informatie over verhuizen naar Italië en hoe je Engelse les kunt gaan geven in de Laars.



# VENETIË

'Mijn tip:  
probeer te  
verdwalen in  
de kleine  
steegjes'



'Venetië heeft de reputatie van een dure stad waar je niet met een klein budget kan slapen. Uiteraard kun je overnachten à la Amal en George Clooney, maar ook voor de kleinere portemonnee zijn er genoeg opties.'



De Venetiaanse Valeria Necchia schrijft en fotografeert over haar twee grote liefdes: gastronomie en reizen. Ze groeide op in Venetië en het omliggende platteland waar zij en haar familie uit eigen moestuin aten. Daar is haar liefde voor eten ontstaan. Haar passie voor foodfotografie ontstond tijdens haar studie en sindsdien heeft ze er haar werk van gemaakt. Op haar blog *Life Love Food* deelt ze prachtige reis- en foodverhalen. Aan ons laat Valeria laten zien waar je moet zijn om Venetië buiten de gebaande paden te bezichtigen én hoe je de stad met een klein budget kunt bezoeken.

spritz, maar bij veel *bacàri* kun je ook heerlijke lokale wijn drinken of *prosecco còlfondo* (zeer droge, troebele prosecco) – een drankje dat zelden buiten Venetië te vinden is, dus een absolute *must try*. Voor de meeste *bacàri* hoef je niet uren rond te lopen, je vindt ze net om de hoek bij de toeristische attracties. Dit zijn mijn aanraders:

- All'Arco, San Polo 436
- Cantina Do Spade, San Polo 859
- Al Mercà, San Polo 213
- Cantina Do Mori, San Polo 429
- Osteria Bancogiro, Campo San Giacometto 122, Rialto

**Tip:** Een goede *bacàro* hoeft niet duur te zijn. Betaal nooit meer dan € 1,50 voor een *polpetta* (gehaktballetje) en nooit meer dan € 2,50 voor een *spritz* of een glas *prosecco*.'

## Tijd

'Dit geldt eigenlijk voor heel Italië, maar eten doe je op gezette tijden en niet de hele dag door. Tuurlijk, je kunt genoeg eten vinden, maar Venetianen zelf eten hun lunch tussen twaalf en drie en hun avondeten pas na zeven uur. Op deze tijdstippen komt er dan ook het beste, verse eten uit de keukens. Ook is het *not done* om te eten terwijl je loopt; je neemt er de tijd voor en gaat even rustig zitten. De enige uitzondering hierop is ijs, dit kun je prima eten terwijl je door de straten slentert.'

## Pasta met zeevruchten

'Wie genoeg heeft van de kleine hapjes, kan uiteraard ook gewoon volledige maaltijden nuttigen in Venetië. Steeds meer tentjes serveren grotere porties zoals pasta met zeevruchten. Mijn aanraders voor deze restaurants zijn: Dal-la Maris (Canareggio 652), Al Covo (Castello 3968) en Antico Calice (San Marco 5228).'

## B&B

'Venetië heeft de reputatie van een dure stad waar je niet met een klein budget kan slapen. Uiteraard kun je overnachten à la Amal en George Clooney, maar ook voor de kleinere portemonnee zijn er genoeg leuke plekken te vinden. Mijn aanrader is B&B Sandra in een residentiële buurt net buiten het toeristische Cannaregio. Het ligt op steenworpafstand van het joodse getto en is vlak bij het treinstation. Vraag eigenaresse Alessandra (Venetiaanse in

hart en nieren) ook even naar haar tips voor de stad.'

## Ultieme tip

'Een van de beste tips die ik je kan geven voor Venetië: neem de tijd om lekker rond te lopen. Raak verdwaald in alle kleine steegjes en laat de stad je leiden. Op deze manier kom je de mooiste plekjes tegen.'

## Piazza San Marco

'Ik kan je natuurlijk vertellen dat je het Piazza San Marco moet bezoeken, maar alle bekende bezienswaardigheden staan waarschijnlijk toch al op de planning. Daarom geef ik je graag wat tips voor wie meer wil zien van Venetië. Vlak bij het Arsenale in het Castello-district vind je de Biennale. Hier worden twejaarlijkse exposities georganiseerd van zowel hedendaagse kunst als architectuur. Ook het Peggy Guggenheim-museum is de moeite van een bezoek meer dan waard. Hier vind je de privécollectie van Peggy Guggenheim inclusief werk van belangrijke kunstenaars als Picasso, Mondriaan en Miro. In hetzelfde gedeelte van de stad bevindt zich het Palazzo Grassi waar tijdelijke kunstexposities te vinden zijn. In het Ca' Rezzonico, een prachtig palazzo aan het Canal Grande, vind je permanente kunstcollecties van de beste Venetiaanse kunstenaars uit de achttiende eeuw.'

## Religieus

'Naast de vele vormen van kunst die je in Venetië vindt, is ook de religieuze architectuur belangrijk voor de stad. Behalve San Marco kun je ook de kerken Santa Maria dei Frari, San Rocco en Santa Maria della Salute bezoeken.'

## Burano

'Wie wat langer de tijd heeft in Venetië moet ook even de boot pakken naar Burano, een eilandje in de lagune. De prachtige gekleurde huisjes zijn ontzettend fotogeniek en leuk om een keer gezien te hebben.'

Neem absoluut even een kijkje op de website van Valeria: [mylifelovefood.com](http://mylifelovefood.com). Je vindt er niet alleen prachtige tips en fotografie van Venetië maar ook van andere Italiaanse steden en gebieden. Ze deelt er tevens heerlijke Italiaanse recepten.

# ROME



De Amerikaanse Katie Parla woont sinds 2003 in Rome, waar ze werkt als culinair expert, journalist en gids. Parla weet waar ze over praat; nadat ze haar studie kunstgeschiedenis had afgerond in New Haven, vertrok ze naar Italië om de culinaire kant te gaan bestuderen. Inmiddels heeft ze meer dan twintig boeken op haar naam staan en schrijft ze voor *The New York Times*, *The Guardian* en haar eigen succesvolle blog *parlafood.com*. Ze organiseert food tours door Rome en neemt deze keer de Smaakredactie mee.

## Geluksmomentje

'Rome is natuurlijk echt een stad, maar naast de drukke wijken vind je oases van rust. Doorde-weeks loop ik graag hard in Monteverde. In het park Villa Pamphilj, het voormalige zeventiende-eeuwse landgoed van de Familie Pamphilj. Het landgoed strekt zich uit over 184 hectaren en bestaat uit klassieke tuinen, pijnboomgaarden en renbanen. Hier hardlopen bezorgt mij iedere keer weer een geluksmomentje.'

## Favoriete wijk

'De straten rondom de Via Trionfale in Prati vormen verreweg mijn favoriete buurt. Hier vind je 's werelds beste *pizza al taglio* (vierkant gesneden pizza), de lekkerste delicatessen (La Tradizione, Via Cipro 8) en een geweldige markt die zich nog echt concentreert op de lokale bevolking. De Mercato Trionfale bevindt zich in

een modern gebouw, dicht bij het Vaticaan. Achter ruim tweehonderd kraampjes worden hier lokale, excellente etenswaren verkocht, gebaseerd op het seizoen. Er hangt een geweldige sfeer en energie.'

## Niet reserveren

'Als ik reizigers één advies mag geven voordat ze de Eeuwige Stad bezoeken, dan zou ik zeggen: boek je accommodatie ruim van tevoren, maar doe dat niet met restaurants. Voor de meeste eettentjes is dit namelijk helemaal niet nodig. Het is dus beter je ter plekke te laten adviseren waar je moet eten.'

## Musea

### • Palazzo Massimo alle Terme

'Dit museum, een van de minder bekende parels in Rome, herbergt een collectie kunstwerken uit de oudheid. Spectaculaire fresco's uit de eerste eeuw voor Christus en bronzen en marmeren beelden die bij opgravingen in de omgeving aan de oppervlakte zijn gekomen.'

Entree € 7, Largo di Villa Peretti

### • Villa Farnesina

'Terwijl 30.000 toeristen dagelijks door de overvolle gangen van de Vaticaanse Musea dwalen, zijn er slechts enkelen die deze imposante villa bezoeken. Op de begane grond word je omringd door Rafaels kleurrijke fresco's waarin onder andere de verhalen van Amor en Psyche en de nimf Galatea worden verteld. In de slaapkamer boven zijn scènes geschilderd uit het leven van Alexander de Grote door *Il Sodoma* (Giovanni Antonio Bazzi).'

Entree € 6, [villafarnesina.it](http://villafarnesina.it)

## Shoppen

### • Costantini

'Deze historische slijterij, vlak bij het Castel Sant'Angelo, herbergt een grote kelder vol met Italiaanse en Franse wijnen. Sla vooral de collectie Romeinse sterke dranken niet over. In het assortiment vind je onder meer ambachtelijke bitters en likeuren van gentiaan en grappa.'

Piazza Cavour 16, [pierocostantini.it](http://pierocostantini.it)

### • Pasticceria Regoli

'In deze pasticceria uit 1916, nabij het Piazza Vittorio, kom je voor verrukkelijke aardbeien-taarten, zoete broodjes en overheerlijke gebakjes met Chantillyroom. Dit is zo'n plek waar Romei-

nen naartoe gaan wanneer ze 's avonds gasten hebben en ze een goede indruk willen maken. Je kunt hier alleen afhalen, maar sinds een jaar heeft Regoli ook een barretje naast de bakkerij, waar je ter plekke kunt genieten van hun baksels.'

Via dello Statuto 60, [pasticceriaregoli.com](http://pasticceriaregoli.com)

### • Peroni

'Niet te verwarren met het beroemde biermerk. Peroni is een kookwinkel dicht bij het Vaticaan. De winkel staat vol met potten, pannen, glaswerk en servies. Je vindt er simpel keukengerei voor pasta, maar ook kookspullen voor ingewikkelde Franse recepten.' Piazza dell'Unità 29, [peroniscn.com](http://peroniscn.com)

## Eten

### • Pizzarium

'Gabriele Bonci's bejubelde *pizza al taglio* is een pelgrimsbestemming voor fijnproevers. Start met *suppli* (rijstkroketjes) en ga vervolgens voor een stuk overheerlijke pizza. Houd wel in je achterhoofd dat de pizzabodem hier geweldig is en hoe meer toppings je neemt, des te minder je hiervan proeft. Aanrader is de *pizza rossa*, met alleen tomatensaus en olijfolie. Via della Meloria 43

### • Salumeria Roscioli

'Deze deli-wijnbar annex restaurant trekt al jaren culinaire journalisten en chefs vanwege de exceptionele ingrediënten. Simpel opgediend, maar om je vingers bij op te eten. Denk aan burrata met semi-zongedroogde tomaatjes en mortadella met 30 maanden gerijpte Parmigiano Reggiano. Aanraders zijn tevens de *rigatoni alla gricia*, pasta met saus van varkenswang, zwarte peper en pecorino romano, en de *spaghetti alla carbonara*. Ruim van tevoren reserveren is hier echter wel aan te raden. Vraag om een tafeltje op de begane grond, vlak bij de keuken. Via dei Giubbonari 21/21, [salumeriaroscioli.com](http://salumeriaroscioli.com)

### • Cesare al Casaletto

'Als er één plek in Rome is die de moeite waard is om de stad voor te doorkruisen, dan is het wel deze *trattoria* in het Gianicolense district. Neem tram 8 vanaf Torre Argentina en stap uit bij de laatste halte. Vanaf hier is het slechts een klein stukje lopen naar de plek waar chef Leonardo Vignoli klassieke en innovatieve Romeinse gerechten bereidt. Probeer vooral de auberginekroketjes, gefrituurde courgettebloemen en *polpette di bollito*, maar ook de gerechten met pens, ossenstaart en varkenslever zijn een schot in de roos.' Via del Casaletto 45



## GRATIS OUDHEID

'Wil je goedkoop cultuur snuiven? Veel van de archeologische hotspots rondom de Via Appia, een van de belangrijkste wegen uit het oude Rome, kun je gratis bezoeken. Zoals het Museo delle Mura, aan de Via di Porta San Sebastiano. Een klein museum waarin de geschiedenis van de derde-eeuwse stadsmuren centraal staan. Het Circus van Maxentius, de uitgravingen bij Capo di Bove en het nabijgelegen Mausoleum van Romulus zijn eveneens gratis te bezoeken.'



'Reserveren is vaak niet nodig. Laat je verrassen!'

Tekst: Katie Parla | Foto Katie: Rick Poon

## WIL JE MEER TIPS VAN KATIE PARLA?

Bezoek dan Katies blog [parlafood.com](http://parlafood.com) en haar website [katieparla.com](http://katieparla.com). Bovendien heeft ze haar eigen app 'Katie Parla's Rome' die je kunt downloaden in de App Store. Haar eBook *Eating & Drinking in Rome* is verkrijgbaar via [Amazon.com](http://Amazon.com) (voor Kindle). Meer over haar tours door Rome vind je op [katieparla.com/tours](http://katieparla.com/tours). Volgend jaar verschijnt haar nieuwe kookboek *Tasting Rome*, dat nu via [amazon.com](http://amazon.com) te bestellen is.