



Presenta:

- Ischia -



La cucina

La Campania, culla della dieta mediterranea, ha sempre dato grandi soddisfazioni ai cultori della buona cucina, con prodotti di alta qualità che solo questo terreno è in grado di produrre. La tradizione gastronomica della regione ha trovato una precisa identità nell'isola d'Ischia. Impossibile non menzionare le specialità tipiche costituite dalla pasta e dalla [pizza](#) (oramai divenuti patrimonio nazionale). Molti piatti di Ischia possono essere considerati autentiche specialità: sull'isola si prepara il [coniglio](#) in varie maniere e vi è una cucina marinara di buon livello, alimentata dalla antica tradizione peschereccia. Ma soprattutto la cucina Ischitana si distingue, anche nelle elaborazioni dei piatti classici regionali, per la particolare delicatezza del sapore degli ortaggi coltivati nella zona.

I prodotti alla base della gastronomia locale sono i legumi (fave, piselli, fagioli), i frutti ([limoni](#), arance, pesche, albicocche, ciliegie, uva, fichi, noci, fichi d'India). Il [limone](#) ricopre un parte fondamentale nella tradizione locale isolana. E' usato per fare qualsiasi cosa, dalla pasta, ai biscotti, alla cioccolata, alle marmellate fino ad arrivare al famoso [Limoncello](#).

Anche ortaggi (pomodori e pomodorini, carciofi, insalate, melanzane, peperoni, patate, zucchini), erbe aromatiche (basilico, origano, prezzemolo, salvia, rosmarino, peperoncino forte), frutti del bosco (castagne, funghi, asparagi, fragoline, mirto, mirtillo, sorle pelose), sono prodotti tipici dell'isola che vanno ad incorniciare e a profumare le tante pietanze isolane.

L'isola di Ischia offre anche ottimi prodotti del mare (pesce azzurro, totano, alici, polipo, fravagli, scorfano), che si accompagnano al "vino" tenuto nelle botti di castagno conservato nelle cantine scavate nel tufo verde. Molto importante è la produzione vinicola dell'isola, che si avvale della terra resa fertile dal vulcanismo e del clima mite, per produrre vini (quasi esclusivamente bianchi) d'ottima qualità.

Buon appetito !!!



La storia

Ischia, ovviamente, non è solo turismo. Dagli studi e dalle ricerche archeologiche effettuate dal grande prof. **Giorgio Buchner** (1914 – 2005) e da **don Pietro Monti**, rettore del Santuario di S. Restituta in Lacco Ameno, sono emerse ipotesi abbastanza attendibili circa l'epoca in cui si sono avuti i primi insediamenti dell'uomo sull'isola. Dalle ossa di natura umana rinvenute sulla collina di S. Michele e a Campagnano (Ischia), è stata appurata la presenza dell'uomo già nel 3500 a.C. (età neolitica).

Negli anni '50 del secolo scorso, il prof. Giorgio Buchner porta alla luce un gruppo di tombe ai piedi della collina di Monte Vico, che certamente “... *facevano parte di una necropoli contenente almeno un migliaio di sepolture dell'epoca tra VIII e il VII secolo*“.

A Monte Vico, inoltre, sono stati individuati i resti di antiche fornaci e moltissimi frammenti di oggetti di creta, sembra prodotti in fabbriche costruite in loco dai Calcidesi, maestri in questo tipo di manifattura. Considerato, poi, che in greco *pitthoi* significa appunto vasi di creta, molti studiosi hanno desunto da quest'etimo il perché l'isola d'Ischia era anticamente conosciuta con il toponimo di *Pithecusa* o anche *Pithekussai* (al plurale). Altri invece sostengono che il nome Pithecusa sia di origine fenicia e non greca, e deriverebbe da “*pithecas-e sandes ignem*“, cioè terra cosparsa di fuoco, come effettivamente la violenza e la ricorrenza delle sue diverse eruzioni vulcaniche stavano lì a testimoniare.

La storia della colonizzazione greca dell'isola d'Ischia ad opera di Calcidesi ed Eretriosi provenienti dall'isola di Eubea è, a tutt'oggi, non ancora interamente chiarita: se è fuor di dubbio che fu l'insediamento in prossimità della collina di Monte Vico (Lacco Ameno), quello più importante, il ritrovamento, tra il 1993 e il 1995, nella zona Sud-Ovest dell'isola, in località Punta Chiarito (Forio) di una fattoria di agricoltori, ha indotto gli studiosi quanto meno a ripensare la cronologia degli insediamenti, collocandoli una ventina d'anni prima rispetto all'ipotesi originaria.

Quel che è certo è che fu l'instabilità sismica del territorio a determinare il progressivo spopolamento dell'isola a favore di Cuma, celebrata poi, come sappiamo, erroneamente, per decenni come primo insediamento della Magna Grecia.

Nel IV secolo a.C., Ischia fu ceduta dai Cumani a **Gerone I**, tiranno di Siracusa, in cambio dell'appoggio decisivo ottenuto da questi nella guerra, vinta, contro i Tirreni (Etruschi).

Nacque così sull'Isola una colonia Siciliana e, forse, il primo nucleo di difesa sullo scoglio su cui oggi insiste il Castello Aragonese (474 a.C.).

Presto anche i siracusani, a causa delle continue eruzioni vulcaniche, che in quel periodo (sul finire del 400 a.C.) portarono alla formazione del promontorio di *Zaro* (Forio), preferirono ritornare nelle loro terre.

Dopo i Greci fu la volta dei Romani. Nello specchio d'acqua davanti l'isolotto del Castello Aragonese, sul versante orientale dell'isola in località Cartaromana (Ischia), sono stati trovati

reperiti di un'antica fabbrica di vasellame ed una fonderia di stagno e piombo, da cui pare l'altro antico nome di Ischia, **Aenaria**.

Va detto che i romani non investirono più di tanto su Ischia. Sicuramente non come fecero a Cuma, Baia, Pozzuoli, Capri.

Archiviata la dominazione romana, breve, ma nient'affatto irrilevante, la storia di Ischia coincide con l'evoluzione storico-politica del Regno di Napoli.

Particolarmente turbolento il periodo rinascimentale con Ischia più volte protagonista dei successivi conflitti tra la casa regnante Aragonese, prima, contro gli Angioini, poi, contro le truppe francesi di Carlo VIII. Nel 1464 il figlio di **Alfonso V d'Aragona** (1396 – 1458), **Ferrante**, legittimo erede del Regno di Napoli, sconfisse, al termine di una violentissima battaglia navale lungo le coste dell'isola, la flotta di **Giovanni D'Angiò**. Nel 1495 **Ferrante II**, promogenito di **Alfonso II d'Aragona**, ritiratosi alla volta del Castello d'Ischia per sfuggire all'entrata in città di Carlo VIII, organizzò dalla roccaforte ischitana il primo nucleo di resistenza contro l'invasore francese affidando al fedele **Innico d'Avalos** il comando della fortezza ischitana. La resistenza del Castello Aragonese ai francesi fu talmente stoica che, l'anno successivo, Ferrante II nel ritornare vittorioso nella città di Napoli, volle prima far nuovamente tappa sull'isola per ringraziare il popolo e la famiglia alleata dei d'Avalos per la fedeltà dimostrata alla casa regnante, proprio nel momento della massima avanzata delle truppe francesi. Anche Ludovico Ariosto volle celebrare nel suo "Orlando Furioso" l'eroica resistenza degli ischitani: *"Vedete Carlo ottavo che discende Dall'Alpe, e seco è il fior di tutta Francia, Che passa il Uri, e tutto il regno prende, Senza mai stringer spada e abbassar lancia, Fuorché lo Scoglio ch'a Tifeo si stende Su le braccia, sul petto e su la pancia; Che del buon sangue d'Avolo al contrasto La virtù trova d'Inico del Vasto"*.

Tuttavia, pur tra invasioni e lotte intestine l'isola conobbe nel periodo rinascimentale anche un profondo miglioramento delle sue condizioni socio-culturali. Vuoi per i molti privilegi accordati in segno di riconoscenza da Ferrante II, vuoi per la presenza successiva, siamo nella prima metà del '500, della poetessa **Vittoria Colonna**, moglie di **Ferrante d'Avalos**, che tra le mura del Castello mise su un vero e proprio cenacolo artistico letterario, cui ebbe l'occasione di partecipare, tra gli altri, anche il grande Michelangelo Buonarroti.

Proprio in quegli anni però le invasioni dei **Saraceni**, o **Mauri** come venivano chiamati, con il loro corredo di devastazione e saccheggio si fecero più insistenti, tanto che gli abitanti dell'isola, soprattutto quelli più esposti del casale di Forio, nella parte occidentale, sentirono l'esigenza di costruire una serie di *"osservazioni fortificate"*, che servissero da avvistamento e difesa contro i violenti depredatori turchi. Il complesso sistema di torri e il dedalo di vicoli che si dipana attorno ad esse è ancora la cifra architettonica di questo comune che si distende da nord a sud lungo tutto il verante costiero occidentale dell'isola.

Il Torrione, simbolo di Forio, è una torre di avvistamento pirati



Dopo gli Aragonesi fu la volta dei **Borbone**, cui l'isola deve la realizzazione di molte infrastrutture decisive per lo sviluppo successivo del territorio. Su tutte, l'inaugurazione del **Porto d'Ischia** per mano di **Ferdinando II**, nel 1854.

Va detto che in quegli anni, immediatamente precedenti all'avvento dell'unità d'Italia, i Borbone trasformarono il Castello Aragonese, prima in una colonia penale, poi in un carcere politico dove

rinchiudere i sostenitori napoletani del Risorgimento. Nelle mura del Castello Aragonese transitarono, prigionieri, personaggi del calibro di **Silvio Spaventa**, **Tullio Pironti**, **Carlo Poerio** e **Luigi Settembrini**.

La storia post-unitaria dell'isola d'Ischia è la storia delle difficoltà legate ai due successivi conflitti mondiali, con un fortissimo tributo pagato sia in termini di emigrazione oltre oceano – una prima volta agli inizi del '900, poi dopo la fine della seconda guerra – sia con i tanti caduti sul campo per servire la Patria. Successivamente, a partire dagli anni '50 del secolo scorso, l'avvento del turismo ha riscattato l'isola e i suoi abitanti da un'economia di sola sussistenza, legata per lo più all'attività contadina, al piccolo commercio e in minor parte ai proventi della pesca.

Le spiagge

L'isola d'Ischia è circondata quasi senza soluzione di continuità da spiagge e aree balneabili di varia natura: l'ospite che vuole godere dei benefici del mare e del sole non ha che l'imbarazzo della scelta. Tuttavia non possiamo fare a meno di citare alcune località che hanno nel tempo acquistato fama e che si distinguono per bellezza o particolarità.

La [spiaggia dei Maronti](#), lunga ed arcuata, che guida i bagnanti alla meravigliosa [Sant'Angelo](#), che, a sua volta, ospita una caratteristica spiaggetta che con una lunga striscia di sabbia tra mare e mare unisce all'isola lo scoglio tondeggiante. Il comune di Forio si protende sul mare tra due spiagge,

quella di [Citara](#), rinomata per la bellezza e per le sue virtu' terapeutiche, e quella di San Francesco. La [baia di San Montano](#), tra Forio e Lacco Ameno, ha caratteristiche particolari: raccolta e ben protetta dai venti offre un'acqua limpida e mediamente piu' calda della media, con fondali estesi e sicuri. La spiaggia di Lacco Ameno ha visto sorgere negli anni '60 le piu' moderne attrezzature che si possano desiderare per una stazione balneare, con i suoi lussuosi alberghi sulla riva del mare. Due spiagge appartate e suggestive, spesso gradite ai turisti, sono le spiagge di Cafiero (o "degli Inglesi") e del "Bagnitiello", a Casamicciola. Ischia Porto offre i suoi lidi confortevoli ed animati, la spiaggia "dei pescatori", e la bellissima [spiaggia di Cartaromana](#), che affaccia sulla baia che ospita anche il famoso [Castello Aragonese](#).

Ricordiamo anche la caratteristica [baia di Sorgeto](#), dove la bellezza del paesaggio e la fonte di acqua termale fa dimenticare i grossi ciottoli che sostituiscono la sabbia. Oltre a quelle citate ci piace menzionare anche San Pancrazio e la "Scarrupata", raggiungibili solo dal mare e per questo affollate da barche e yacht..

Le escursioni

Una vacanza sull'isola d'Ischia è senz'altro una esperienze unica. Sole, mare, montagna, le acque termali migliori al mondo. Oltre 400 strutture alberghiere di diverso standard per accogliervi al meglio, con la proverbiale ospitalità campana. Ma Ischia è soprattutto un'isola da scrutare, da scoprire, da vivere.



E quando il tempo limitato concesso dalla vacanza non permette "soste" ecco a soccorrervi i "professionisti": Agenzie ed operatori del settore offrono un ampio ventaglio di escursioni e visite organizzate "chiavi in mano"! Con loro l'escursione diventa protagonista della vacanza e non semplice corollario.

Panorami mozzafiato, gli angoli nascosti dell'entroterra, la montagna, le selve e le coste frastagliate, ma anche profumi e tradizioni contadine di una terra ricca di storia, accoglienza e cultura: Ischia ed i suoi dintorni si aprono in un panorama di proposte in cui la convenienza più assoluta si sposa con la professionalità. Basta dare una veloce occhiata alle proposte per trovare la formula migliore per la vostra vacanza.

Escursioni in macchina, in minibus, o a piedi, alla scoperta della natura incontaminata dell'Isola d'Ischia; di durata variabile da poche ore all'intera giornata, tra bellezze e panorami che solo l'isola d'Ischia sa offrire. Itinerari standard o personalizzati comprendenti visite alle mete piu' famose: il Castello Aragonese, i Giardini della Mortella, i Giardini Ravino, il parco termale dei Poseidon, le cantine delle piu' note case vinicole, gli scavi archeologici di Santa Restituta, l'Eremo di San Nicola, Sant'Angelo, l'antico Borgo di Celsa, e così via fino alle piu' "prosaiche" soste degustative di prodotti tipici o le pause trascorse a tavola, con la buona cucina tradizionale locale, piuttosto che a fare shopping tra botteghe e boutiques.

Il mare concentra tutte le sue meraviglie nel golfo di Napoli ed in particolare lungo le frastagliate coste delle isole di Ischia, Capri e Procida: tante le soluzioni che vi guideranno anche alla scoperta del mare. Una battuta di pesca, una immersione negli incredibili fondali del "Castello Aragonese", una romantica cena a lume di candela a bordo lasciandosi dondolare e coccolare dolcemente dalle onde oppure una gita diurna alla scoperta degli anfratti e delle grotte che celano segreti, saranno esperienze indimenticabili. Potrete vivere il mare su di un confortevole gozzo cabinato, oppure a vela su di una storica goletta, o con il vento nei capelli a bordo di un potente motoscafo o di uno Yacht XL.

E non dimentichiamo il resto! Escursioni in terraferma e minicrociere vi permetteranno di visitare altre mete e godere delle bellezze che fanno del Golfo di Napoli uno dei luoghi piu' belli al mondo: Pompei, Napoli, Capri, Amalfi, Positano, Sorrento, Procida.