

Ponza **Die Insel der**

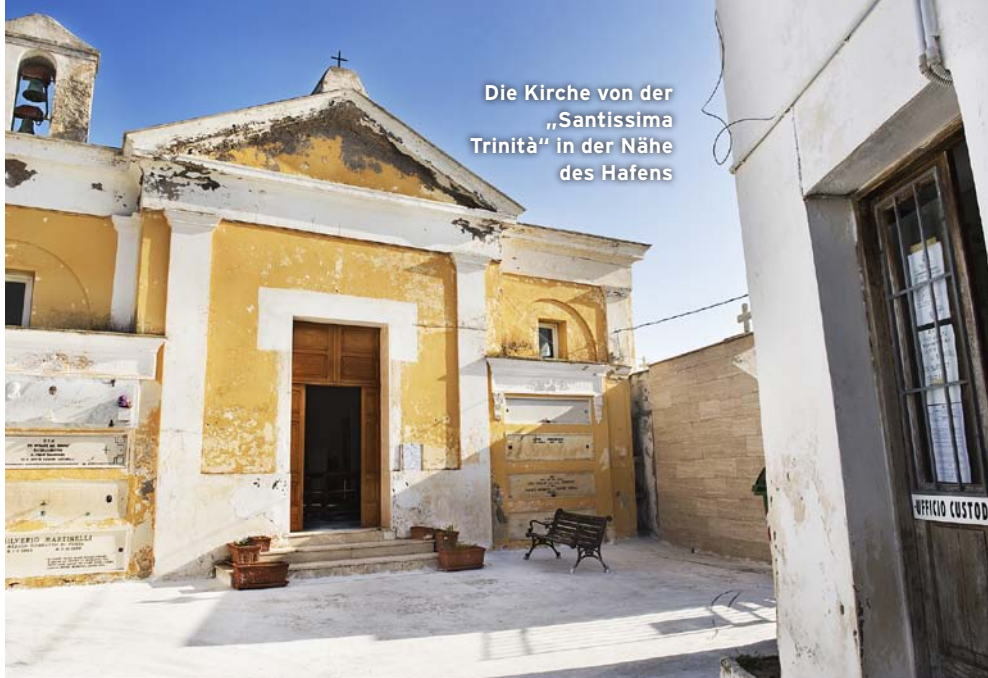


Farben

Die kleine Insel Ponza liegt etwa 22 Seemeilen vor der Küste von Latium und gehört zusammen mit Palmarola, Zannone, Gavi, Ventotene und Santo Stefano zum Archipel der Isole Ponziane.

Im Winter ist es auf der gerade einmal gut sieben Quadratkilometer kleinen Insel Ponza kalt, windig und feucht. Ist der Wellengang zu stark, können Schiffe, die u. a. das lebensnotwendige Trinkwasser liefern, an dem kleinen Hafen zeitweise nicht anlegen, und so ist sie mitunter von der Außenwelt abgeschnitten. Kein Wunder also, dass die Bevölkerung im Winter aus kaum mehr als 3.000 Einwohnern besteht, die sich nahezu alle untereinander kennen. Aber von März bis September geschieht ein Wunder. Wie ein Tier, das sich nach dem langen Winterschlaf voller Energie zufrieden streckt, erwacht auch die kleine Insel: Ladenbesitzer ziehen die Jalousien ihrer Geschäfte hoch, Fischer fahren ihre Kutter mit wieder entdecktem Tatendrang auf das Meer hinaus, und langsam wird der schöne kleine Hafen munter und strahlt in den Farben, die der Winter versteckt hatte. Nach dem etwas gemütlichen Erwachen erreicht Ponza von Juni bis September den Saisonhöhepunkt: Die Einwohnerzahl steigt auf bis zu 30.000, und die kleine Insel ist gefüllt mit Touristen und Reiseveranstaltern, die den Hafen immer lebendiger machen.

Maurizio Musella, Tourismusbeauftragter der Insel, empfängt mich und holt mich vom Hafen ab. Er wird „König der Insel“ genannt. Maurizio wurde hier geboren, und Ponza, so sagt er, ist die größte Liebe seines Lebens. Seine Begeisterung für die Insel zeigt sich in jedem Wort, das er ausspricht: „Ponza ist einfach fantastisch! Im Winter wie im Sommer, ich würde nie von hier wegziehen ... Ab dem Frühling mache ich gegen Mittag meine Steuerkanzlei zu, hole mein Boot und entspanne mich. Ich fische,



Die Kirche von der „Santissima Trinità“ in der Nähe des Hafens



Ein Angler am kleinen Hafen von Ponza. Bei dieser Aussicht fällt es nicht schwer, geduldig zu warten, bis ein Fisch anbeißt



fange ein paar Tintenfische oder Muscheln, und gegen fünf Uhr gehe ich zurück ins Büro und habe schon das Abendessen für die Familie besorgt.“ Ich muss zugeben, ich bin ein bisschen neidisch. In der Mittagspause mal eben ans Meer gehen oder mit dem Boot herausfahren? Klingt verlockend! Zumindest in den Genuss einer Bootstour werde ich auch bald noch kommen. An Bord eines kleinen schmalen Wagens kutschiert mich Maurizio durch die sehr engen und steilen Gassen der Insel zu meiner Unterkunft. Der Weg führt uns immer höher, in Richtung Le Forna, einem Teil der Insel. Der Blick von dort ist atemberaubend!

„So, da sind wir schon!“ Ich steige aus, Maurizio begleitet mich durch ein kleines Tor und führt mich eine kleine Treppe mitten durch die schönste Natur hindurch weiter nach oben. Der Duft von Ginster umhüllt uns, einige große Hornissen summen ungestört um uns herum. Und als wir das Ende der Treppe erreichen, kann ich den Anblick kaum fassen: Ein niedliches, wunderschönes Haus in Blau und Weiß wartet auf mich.

Maurizio sieht die Begeisterung in meinen Augen und sagt: „Die Anlage heißt ‚Il Gabbiano‘, die Möwe.“ Und genau wie eine weiße Möwe, die sich auf einem Felsen niederlässt, liegt das Bed & Breakfast auf der Spitze eines Hügels. „Sie haben von hier aus zwei beeindruckende Panoramaperspektiven: die eine auf Ponza und den bunten Hafen, die andere auf Palmarola, die kleinere Nachbarinsel. Und genau von hier aus sollten Sie



Die Lebensmittelgeschäfte bieten stolz ihre frische Ware feil



Die Boote sind genauso farbenfroh wie die Häuser der Insel





Der Hafen von Ponza mit seinen vielen Farben und der ungewöhnlichen Form zählt zu den schönsten Häfen am Mittelmeer



Die wunderschöne Terrasse des Bed & Breakfast „Il Gabbiano“ mit Blick auf den Hafen Ponzas auf der einen, und Richtung Palmarola auf der anderen Seite



„Arco naturale“: einer der zahlreichen beeindruckenden Felsen, die an der Küste aus dem Meer ragen



Bei einer Bootstour mit Cocò ist Spaß garantiert ... und das frische Essen ebenso

um Punkt 19 Uhr den schönsten Sonnenuntergang der Welt genießen.“ „Das klingt gut“, denke ich mir. Maurizio verlässt mich, ich setze mich, müde von der langen Reise, auf die Veranda und warte auf den Sonnenuntergang. So schön heißt mich Ponza also willkommen. Und wenn alles so schön wird, wie es angefangen hat, erwartet mich eine tolle Zeit, denke ich voller Vorfreude.

Außer mir verweilen noch drei weitere Bewohner im Il Gabbiano: die Verwalterin Santa, eine sehr offene und warmherzige Frau, und ein freundliches Paar österreichische Touristen, Beate und Thomas. Wir kommen ins Gespräch, und als sie erfahren, dass ich Journalistin bin, bitten sie mich inständig darum, nicht zu gut über Ponza zu berichten, da sonst zu viele Touristen kommen und die Natur und die Ruhe stören. „Das verstehe ich natürlich“, erwidere ich lächelnd, „jedoch kann ich Ihnen das leider nicht versprechen.“ Aber bereits bei einem gemeinsamen Glas Rotwein, während die rot glühende Sonne im Meer versinkt, verzeihen sie mir.

Die Nacht beginnt, aber ich kann nicht schlafen. Immer wieder muss ich kurz auf die Veranda treten, um den wunderbaren Blick auf die vielen Lichter des Hafens zu genießen. Die Aussicht ist ein echtes idyllisches Postkartenpanorama – und ich bin mittendrin. Auf der anderen Seite, auf der Palmarola liegt, ist es ganz dunkel, die Insel ist gerade einmal zu erahnen. Die Ruhe wird nur gestört von den gegenseitigen Rufen zweier Esel und dem Miauen einiger Katzen.

Rund um die Insel

Für den folgenden Vormittag bin ich wieder mit Maurizio verabredet. Er hat mir aufgetragen, einen Badeanzug mitzunehmen. In dem kleinen Hafen, der aus der Zeit der Bourbonen (Mitte des 18. Jahrhunderts) stammt und oft als „der schönste Hafen des Mittelmeers“ bezeichnet wird, wechseln sich bezaubernde kleine Souvenirläden, traditionelle Lebensmittelgeschäfte und Bootsverleihe ab. Maurizio fährt mit seinem Mofa vor und teilt mir mit, dass er bereits eine private Bootsfahrt für mich organisiert hat. Als „Kapitän“ begleitet mich der berühmte Cocò, einer der Helden der Insel. Er ist nicht nur Bootsfahrer im Sommer und Maurer im Winter, sondern auch Schauspieler und Musiker. Cocò strahlt eine unglaubliche Sympathie aus und hilft mir, die ich mit einer Kamera und meinem Notizblock bewaffnet bin, galant auf das Boot – und los geht's!

Es ist später Vormittag, die Sonne brennt. Aber die Bewegungen des Bootes erzeugen leichte Luftbewegungen und sorgen so für eine angenehme Temperatur. Vom Hafen aus fahren wir gen Norden, und fast fühle ich mich, als wären wir in der Karibik: Das Wasser ist kristallklar, der durchschimmernde Meeresboden zeigt ein wundervolles Farbenspiel zwischen verschiedensten Grün-, Türkis- und Blautönen. Zackenbarsche, Brassen, Muränen, Zahnbrassen und Bernsteinmakrelen schwimmen zu unseren Füßen durch ihre Welt, vom Boot aus kann ich sie fast berühren. Cocò hat bereits seine Angel ausgeworfen, aber die Fische scheinen den Köder gepflegt zu ignorieren. Ich bin wirklich froh, denn es wäre zu schade, diese wilde und unbeschreibliche Natur zu stören. Mit Cocò beginnt eine Reise, die mich in die Vergangenheit führt, in eine Zeit, in der sich Legenden mit der Realität vermischen. Er führt mich zu all den schönen, versteckten Buchten und Grotten und erzählt mir dazu die spannendsten Geschichten. „Sehen Sie dort, dieser dunkle Fleck auf dem weißen Felsen?“ „Das sieht ja aus wie ein Herz“, antworte ich. „Das ist ein Herz!“, sagt Cocò mit gespielter Empörung.

Wir sind in der „Core“-Bucht. In der Zeit, als Ponza noch von Riesen, Meeresgöttern und Königen bewohnt war, schwamm oft die wunderschöne Tochter des Königs in eben jener Bucht. Einer der Meeresgötter verliebte sich in sie und heiratete sie.

„Die Frau war aber viel zu selbstverliebt und betrog den Gott des Meeres. Als er das erfuhr, tötete er sie und hing ihr blutendes Herz auf den Felsen.“ „Naja, das ist aber schon etwas übertrieben“, sage ich ironisch. Aber Cocò lässt sich nicht gerne unterbrechen, wirft mir einen kurzen bösen Blick zu und erzählt weiter: „In stürmischen Nächten, wenn der Wind pfeift und die Wellen gegen die riesigen Felsen schlagen, kann man noch heute das Geschrei des unglücklichen Gottes hören ...“

Nach dieser unheimlichen Geschichte konzentriere ich mich lieber wieder auf das, was



Das glasklare Wasser in der Bucht „Cala Feola“



Silverio Mazzella in seinem Geschäft. Er arbeitet nicht nur als Schriftsteller, sondern auch als Kunstkartograf



Fischer bringen den reichen Fang an Land und direkt zum Markt, zu den Händlern und Restaurants

ich sehe. Eine Bucht folgt auf die nächste, die Felsen erheben sich in den unterschiedlichsten Formen, und jeder einzelne von ihnen hat seine Geschichte: Il Faraglione del Prete (Felsen des Priesters) oder die Cala Inferno (Höllenbucht). In Cala Felce halten wir. Die Felsen dort leuchten gelblich, da sie schwefelhaltig sind. Auf den Felsen wachsen viele Pflanzen, vor allem Farn, der der Bucht auch ihren Namen „Felce“ gegeben hat. Das Meer und die Aussicht sind zauberhaft, die Möwen kreisen über unserem Boot. „Und jetzt sind Sie dran“, sagt Cocò, „geben Sie mir Ihre Utensilien und tragen Sie das.“ Er reicht mir eine Tauchermaske mit Schnorchel und zwei sehr lange Flossen. Das lasse ich mir nicht zweimal sagen und tauche ein in das smaragdgrüne Paradies. Das Wasser kühlt und erfrischt meinen von der Sonne aufgeheizten Körper, beim Schnorcheln werde ich von unendlich vielen Fischen begleitet.

Als ich wieder auf das Boot steige, hat Cocò ein Brötchen mit Mozzarella di Bufala für mich vorbereitet. „Passen Sie aber auf, dass es nicht von einer Möwe geklaut wird“, sagt er und springt nun selbst ins Wasser. Nach einigen Minuten taucht er wieder auf und zeigt mir ein Netz mit Seeigeln und einer Muschelart, die „cozze patelle“ genannt wird. Er holt eine kleine Flasche Öl und eine Zitrone, schmeckt damit die

Beute ab und bietet mir das rohe Essen an. Dies sind genau die Momente, in denen sich Engeln und Teufeln in mir streiten: „Natürlich probierst du!“, sagt der Teufel. „Bist du verrückt, das ist total gefährlich“, erwidert der Engel. „Und außerdem gibt es hier kein Krankenhaus!“, fügt er noch hinzu. Nach einigen Momenten des Abwägens entscheide ich mich – wie immer, wenn es ums Essen geht – für den Teufel und denke: „Gut, wenn ich sterben sollte, dann sterbe ich wenigstens glücklich!“ Ich probiere den sehr frischen zweiten Gang. Und ja, es schmeckt! Ein bisschen gewöhnungsbedürftig, aber sehr lecker. Und überlebt habe ich es sogar auch!

Wir setzen unsere Tour fort, sehen Cala Feola, wo das Meer durch Erosion natürliche Schwimmbäder in die weißen Felsen gewaschen hat, und Capo Bianco mit dem weißen Kliff und, und, und ... Über den weißen Strand Chiaia di Luna führt uns unser Ausflug zu unserem letzten Halt vor der Rückkehr: die beeindruckende „Grotte di Pilato“ aus der Zeit der Römer.

Nach dem Tag auf dem Wasser heißt uns der Hafen wieder willkommen. Trotz Sonnencreme habe ich einen kleinen Sonnenbrand mitgebracht. Ich bedanke mich herzlich bei Cocò und verschwinde schnell in Richtung des Gabbiano, um all die überwältigenden Eindrücke niederzuschreiben.

Dolce Vita auf Ponza

Für Restaurantbesuche bietet Ponza eine große Auswahl. Von der Inselküche erzählt uns der Experte Silverio Mazzella, Besitzer der Buchhandlung „Il Brigantino“, der in seinem letzten Buch „Ponza, cucina tradizionale e nuove tendenze. Cibo e cultura“ darüber geschrieben hat. Die am häufigsten verwendeten Zutaten sind Nudeln, Produkte aus der Landwirtschaft, wie Gemüse, Hülsenfrüchte (z. B. Linsen oder Kichererbsen) oder Getreidesorten, und Fleisch, oft Kaninchen oder Geflügel. Und natürlich sind auch Fischliebhaber auf Ponza bestens aufgehoben. Ob Thunfisch, Schwertfisch, Zackenbarsch, Drachenkopf, Zahnbrasse oder Dorsch: All diese Sorten sind ebenso zu finden wie gewöhnlichere Fischarten wie Makrelen oder Sardellen. Fischspezialität Nummer eins auf der Insel ist die Ricciola (Bernsteinmakrele), die oft in Pastagerichten serviert wird. „Die Rezepte wurden über Generationen weitergegeben und mit Gewürzen wie Oregano, Basilikum oder Wildfenchel, mit Kapern und Oliven noch geschmacksintensiver gemacht“, erzählt Silverio und erklärt weiter: „Ponzas Küche ist ein Zusammenspiel von Aromen, Düften und Farben mit Mittelmeeratmosphäre. Es gibt viele Einflüsse: aus Griechenland, aus dem Osten, aus Ischia und eigentlich sogar aus der ganzen Welt, da pontinische

Seeleute überall viel Schönes gesammelt und mit hierher gebracht haben.“

Die Zeit vergeht wie im Fluge, während ich die Tage damit verbringe, in der Sonne zu liegen, die Spezialitäten zu probieren, durch die Gassen zu schlendern und viele nette Menschen zu treffen – und ich vergesse vollkommen, dass ich irgendwann diesen herrlichen Ort wieder verlassen muss. Gerade, als ich beginne, mich heimisch zu fühlen und mich viele Menschen bei Begegnungen mit einem Lächeln begrüßen, kommt schon der Tag der Abreise. Tja, so ist das Leben, die schönsten Dinge sind leider immer zu kurz ... Um 11 Uhr erwartet mich das Schiff, das mich wieder nach Formia bringen wird. Ich habe gerade noch Zeit, einen Cappuccino in der Bar Tripoli zu trinken.

Vom Schiff aus blicke ich ein letztes Mal auf den Hafen, der immer kleiner wird. Die Farben sind fast unwirklich, und die Insel scheint mich zu verabschieden und mir zuzurufen: „Passe gut auf deine neuen Freunde auf!“ Ja, ich werde bestimmt gut auf Cami und Milla aufpassen, zwei niedliche kleine Katzenwillinge, die jemand vor der Tür des Gabbiano ausgesetzt hat und die ich nun mit nach Rom nehme. Ich streichele sie, sie miauen und sagen damit sicher in ihrer Sprache „Auf Wiedersehen!“ Das tue ich auch.

Ponza – das Urlaubsparadies

Die Insel Ponza, die in den Monaten Juli und August von Touristen fast überrannt wird, dient auch vielen italienischen Prominenten als Urlaubsort. Ihre Yachten legen sie dann im Hafen an und genießen den Corso Pisacane, das Herz Ponzas, mit seinen vielen kleinen Läden und Restaurants. Aber wenn man sich nicht unbedingt auf Promijagd begeben möchte, sind Mai, Juni, September und Anfang Oktober zu empfehlen, denn dann kann man die Schönheit der Insel in aller Ruhe genießen.

Ponza ist als Urlaubsziel für Familien nur bedingt geeignet, Sandstrände sind eher rar gesät und nicht einfach zu erreichen. Für Besucher aber, die Lust auf eine Tour mit dem Kajak oder einem kleinen Boot haben und sich so auf Entdeckungsreise an der abwechslungsreichen Küste begeben oder im Landesinneren durch die beeindruckende Natur wandern möchten, hat die Insel deutlich mehr zu bieten. Natürlich ist sie ein Paradies für Taucher und Schnorchler. Sowohl die Küste als auch das Festland kann man gleichermaßen genießen. Für Wanderer und Naturliebhaber ist Ponza ein Schatz. Die Landschaft ist noch weitestgehend unberührt. Vom Zentrum kann man zu Fuß über den Corso Piasacane bis zum Faro (Leuchtturm) oder zum Monte della Guardia laufen. Im Frühling ist die Insel besonders schön, zu den leuchtenden Meeresfarben gesellen sich dann die Farben von Ingwerblüten und zahlreicher anderer Pflanzen aus der vielseitigen Fauna Ponzas.

Von Valeria Vairo



Unsere Restaurant-Tipps auf Ponza

A Casa di Assunta

Via Giancos, Tel: 0039 0771 820086

Die Wirtin Assunta Scarpati ist sehr herzlich. Sie ist die berühmteste Köchin auf Ponza und besucht jeden Tag persönlich den Hafen, um für ihre Gäste den besten Fisch und das beste Gemüse auszuwählen. Ein Besuch ist ein Muss, und das nicht nur wegen des schönen Blicks auf den Hafen, sondern auch wegen Assuntas Köstlichkeiten wie Fischfrikadellen, Suppe mit Platterbsen oder Saubohnen. Unbedingt probieren sollte man die „Frittura mista“.

Acqua Pazza

Piazza Pisacane 10, Tel: 0039 0771 80643,
www.acquapazza.com

Direkt im Zentrum findet sich das einzige Sternerestaurant Ponzas und der gesamten Provinz Latina. Die Panoramaterrassen warten mit einem wunderschönen Blick auf den Hafen auf. Die Küche ist raffiniert, die wohlausgewählten Zutaten stammen ausschließlich von der Insel. Besonders genossen habe ich die Antipasti mit warmen und kalten Fischspezialitäten wie Kabeljau-Frikadellen, einer herrlichen Tintenfisch-Julienne mit marinierten Artischocken und Schwertfisch.

Da Gerardo

Museo etnografico Conte Agostino, Località Frontone,
Tel: 0039 0771 80009

Ein Besuch bei Gerardo ist ein Muss, wenn Sie einen Tag am Frontone-Strand verbringen. Vom Strand aus ist das Restaurant über eine steile Treppe zu erreichen. Dort findet man den schönsten Blick, den man bei einem Mittagessen haben kann. Empfehlenswert sind die typischen kleinen Inselgerichte wie Platterbsen- oder Kichererbsensuppe und der Krabbensalat. Nach dem Essen sollte man das nahe gelegene ethnografische Museum besichtigen und sich anschließend auf einem der Liegestühle niederlassen und das Panorama genießen.



Così com'era

Via Calacaparra (Le Forna), Tel: 0039 0771 808683

„Così com'era („So wie es war“) ist nicht nur ein Restaurant, es erzählt auch die Geschichte einer Familie. Davide hat diesen Namen gewählt, weil er wollte, dass alles so bleibt, wie es bereits bei seinen Eltern war. Er erzählt gerne, wie wichtig für die Inselbewohner das Gefühl der Unendlichkeit ist, die das Meer vermittelt. Vater und Schwager von Davide sind Fischer, Davide arbeitet im Winter als Jäger. Die Küche ist hervorragend: Oktopus in Kartoffelcreme und die Linguine Calamari müssen unbedingt probiert werden. Und lassen Sie sich das Familienbuch zeigen! Es bietet eine wunderbare Gelegenheit, auf sehr sympathische und nostalgische Art etwas mehr über die Geschichte von Ponza und seinen Bewohnern zu erfahren.



Ponza

Ristorante Miramare

Via Calacaparra (Le Forna), Tel: 0039 0771 808388,
www.daciromiramare.it

Ciro und sein Sohn Luigi sind Gastwirte aus Leidenschaft. Das Miramare ist eines der größten Restaurants auf Ponza. Es ist auch für größere Veranstaltungen bestens geeignet und befindet sich im Teil der Insel mit dem Namen „Le Forna“. Die Küche ist sehr gut und traditionell. Unbedingt probieren sollte man die „Schiaffoni alla coda di rospo“ (Nudeln mit Seeteufel), Schwertfisch aus dem Ofen mit Poleiminze, Knoblauch, Oregano und Rosmarin und natürlich die gegrillten Gamberoni.

Übernachtungstipps

Appartments, B&B und Hotels kann man auf den Internetseiten (auch auf Deutsch) www.ponzaviaggi.it und www.turistcasa.it reservieren.

Villa Laetitia

Eine renovierte Villa aus den 1920er-Jahren. Besitzerin ist die Designerin Anna Fendi. Sie hat die schönen Zimmer, die alle mit Meerblick ausgestattet sind, nach Gewürzen wie Pfeffer, Kakao oder Safran benannt und farblich entsprechend eingerichtet.

La Limonaia a Mare

Die Dachterrasse des Hotels bietet ein atemberaubendes Panorama im Zentrum von Ponza. Das Haus ist vom Corso Pisacane über zwei Treppenrampen zu erreichen.

La Terrazza sul Porto

Ein Fußboden im schönsten Meeresblau, an den Wänden antike Kacheln von Fischern aus Ponza und ein herrlicher Blick aufs Meer: Das Hotel war zur Zeit der Bourbonen ein Gefängnis und liegt etwa zehn Minuten vom Zentrum entfernt.

Weitere Informationen

Anreise: Von den Häfen von Anzio, San Felice Circeo, Terracina und Formia fahren Schnellboote nach Ponza, von Formia täglich und ganzjährig.

Rund um die Insel: Die Cooperativa Barcaioli Ponzesi bietet täglich verschiedene Ausflüge, u. a. nach Palmarola, Zannone und die Rundfahrt um Ponza (mit Mittagessen an Bord) (www.barcaioliponza.it) | www.ponza.com (auch auf Deutsch)

Cocò (siehe Artikel) (www.ponzanoleggio.com)

Für private Ausflüge mit Mittagessen an Bord und/oder Tauchkurse: L'orca von Ottavio Franceschinis (www.orcacommercialdiving.it)

Ponza diving center (www.ponzadiving.com)