



ISOLA DI PONZA

äkta vara

Pastellfärgade hus, doftande citronträd, traditionella fiskerbåtar och klarblått vatten. Och ett av Italiens bästa kök! Vi är på Isola di Ponza, en oexploaterad ö nordväst om Capri.

Text: Samantha Santambrogio-Öberg **Foto:** Ulrika Kjellman

Lika vackert som på ett vykort är Il Porto di Ponza, Ponzas hamn där rosa, gula och turkosa hus klättrar uppför berget några meter över havet. Ön Ponza ligger utanför Laziokusten och är en klippig ö med branta bergväggar som störtar ner i det klarblå vattnet. Men här och var finns det mysiga badvikar eller klippor att bada från. Vattnet är inbjudande, miljön genuin och turism och tradition lever i perfekt harmoni. Här finns det även gott om utsökta fiskrestauranger som gör ön till det perfekta resmålet för dig som vill njuta av god mat och gott vin. Ponza har aldrig varit en destination för budgetresenären men på senare tid har det dykt upp fler och fler Bed & Breakfast vilket gjort ön mer tillgänglig.

Till Ponza kommer du som vill ladda batterierna eller tillbringa några dagar med dem du älskar, för ön är som gjord för romantik och avkoppling. Är du däremot ute efter shopping, nattliv eller casinon så är detta definitivt fel ställe för dig. Men tack vare att Ponza

ligger relativt nära Rom går det alldeles utmärkt att kombinera några dagar på ön med en weekend i Italiens huvudstad. Ponza påminner till utseendet om Amalfikusten eller Capri och talar du tillräckligt bra italienska för att höra de dialektala skillnaderna märker du tydligt att de pratar samma dialekt.

Ön är relativt lugn, om man bortser från augusti månad då italienarna själva har semester. De flesta turisterna som kommer hit semestrar i huvudbyn som ligger i hamnen Ponza Porto. Här väljer du att bo om du vill ha nära till restauranger och uteserveringar och om du vill ha det lite mer livligt på kvällen, även om det är i måttlig skala. Är du däremot ute efter en mer lantlig känsla är det byn Le Forna, på andra sida ön, det som passar dig bäst.

Det finns några enstaka hotell på ön, men det bästa sättet av att njuta av öns atmosfär är att hyra ett av de 3000 husen eller villorna som finns för uthyrning. Alla gamla byggnader är omsorgsfullt renoverade, och även de nybyggda husen respekterar Ponzas traditionella arkitektur. Glöm höghus i modern stil, här

“Ponza är förtrollande och för de flesta uppstår kärlek vid första ögonkastet.”

Isola di Ponza

Befolkning: 3307

Area: 9,87 km²

Högsta punkt: 283m





smälter allt in i den pittoreska miljön.

Ett lätt sätt att hitta semesterboendet som passar er är att vända sig till någon av turistbyråerna på ön och berätta vad ni är ute efter och be dem hitta ett hus. Några föredrar bekvämligheten att ha nära till havet och byn, medan andra tycker att ju högre desto bättre; finare utsikt, närmare till naturen och lugnet. Det finns boenden för alla plånböcker, men reser du hit rekommenderar vi att du lägger lite extra pengar på ditt boende för att hitta ett hus eller hotell med utsikt.

Den här gången väljer vi att gå de 100 trappstegen från huvudgatan i hamnen till det fantastiska La Limonaia a mare. Huset ägs av modedesignern Anna Fendi, är smakfullt renoverat och inrett och har en av Ponzas bästa utsikter över hamnen. Efter en heldag vid havet sitter vi i trädgården och avnjuter ett iskallt glas vitt vin i skuggan av citronträden.

På morgonen kommer fru Lucia och serverar frukost i trädgården. Hon lagar mat med lokala råvaror och hennes specialitet är crostata alla marmellata di limoni, en sorts paj fylld med hemmagjord citronmarmelad, något du inte får



”Om du vill ha en enkel lunch – glöm det!”



missa. Du bör vara beredd på att det är en italiensk frukost, italienarna föredrar en söt start på dagen med croissanter, bröd med marmelad och cappuccino.

Vill du komma ännu högre upp i bergen, långt från civilisationen och med en panoramavy över havet ska du ta in på Villa Il Gabbiano. Lättaste sättet att ta sig dit är att hyra bil eller ta taxi. Huset har flera terrasser och är inrett i klassisk medelhavsstil. Det går lika bra att hyra hela huset eller att bara boka ett rum som B&B.

Vill du bo närmare stranden men ändå inte helt isolerat är Casa Silvia ett bra alternativ. Det ligger i mysiga Le Forna nära stranden Cala Feola. Luta dig tillbaks med en bra bok i skuggan av blåregnet eller laga en fräsch sallad på solmogna tomater i det välutrustade uteköket.

Om du vill se mer av hela ön är det bästa sättet en utflykt med båt. Längst ner i hamnen finns båtar som erbjuder olika turer för turister. Under högsäsongen bör du tänka på att boka en dag i förväg eftersom utflykterna snabbt blir fullbokade. Kapten Luca från Cooperativa barcaioli Ponza ordnar en femtimmars tur med några stopp runt ön för

ett svalkande dopp i det kristallklara vattnet. Luca vet allt om ön och delar gärna med sig till turisterna.

Ett par timmar och några dopp senare kommer man fram till den lilla ön Palmarola som är ett naturreservat. Här kan man slappna av på den vackra stenstranden innan Luca kommer och samlar ihop passagerarna. Det är dags för lunch på båten och självklart är det hemlagad mat som gäller. I det lilla pentryt har Luca kokat pasta som serveras med tomatsås, vin, vatten och kaffe espresso (bli inte förvånad om de redan har sockrat kaffet). När du kommer tillbaka till hamnen igen passar det bra att avsluta dagen med en italiensk glass, gelato, på Bar Maga Circe där Gennaro Sandolo gör den bästa glassen på ön. Och före middagen kan du göra som italienarna och ta en aperitivo, till exempel en Aperol Spritz, på en av uteserveringarna i hamnen. Då ingår tilltugg som oliver, små bruschette och annat smått och gott.

Vill du utforska ön från landet kan du hyra moped eller bil. Det märks att italienarna inte har brist på fantasi, här finns allt från gamla Fiat-bilar omgjorda till cabrioletter till knallrosa minijeeper.

Att tänka på

En sak du bör tänka på innan du bokar resan är att det finns många trappor på Ponza, vilket gör det till ett olämpligt resmål för barnfamiljer med barnvagn eller personer med nedsatt rörlighet. Ett tips är att läsa på hotellets hemsida innan du bokar, de flesta skriver tydligt i beskrivningen hur många trappsteg det är.



BÄSTA PERIOD:
FÖRSOMMAR ELLER
TIDIG HÖST



Tänk bara på att italienare kör livligt och att vägarna på ön är kurviga och smala. Om du inte känner för att köra själv kan du hyra en bil med förare (kom överens om priset i förväg) eller ta taxi eller buss.

Från Ponza Porto tar det cirka 10 minuter med bil till byn Le Forna. Här finns öns enda sandstrand med långgrunt vatten, Cala Feola. Det går bra att parkera bilen en bit bort och därefter fortsätta ner till fots via en enklare stig och några trappor. Här ligger många små båtar och guppar och stämningen är gemytlig.

Da Igino är sen det perfekta stoppet på vägen tillbaka, en traditionell familjerestaurang där frun står i köket och Igino och hans son tar hand om gästerna. Fråga efter deras hemgjorda liqueur di finocchietto marino (fänkålslikör) samt små bruschetta med tonfisk och finocchietto marino, en speciell ört som växer på de branta klipporna runt om ön. Iginos fru kokar örten och smaksätter med citron, olja och havssalt, himmelskt!

Den som gillar goda viner bör inte missa ett besök på vingården Antiche cantine Migliaccio i Pizzicatoområdet. Allt odlas för hand eftersom marken är väldigt svåråtkomlig. Vinrankorna växer på terrasser längs bergssluttningarna och för att komma hit krävs en vandring längs smala stigar. Marken började odlas redan i slutet av 1700-talet av Pietro Migliaccio från grannön Ischia och druvorna är typiska för hans hemort som Aglianico, Falanghina, Piediro-sso, Guarnaccia rossa och Biancolella. Tillsammans med en vinexpert har nu en ättling till Migliaccio gett vingården liv igen. De tillverkar bara 8000 flaskor om året och de finns i stort sett bara att köpa på Ponza, en perfekt souvenir att ta med hem eller att ge bort till vänner.

Det finns många restauranger på ön som serverar högklassig mat, och åtminstone en gång bör du äta på Acqua Pazza, den enda Michelin-kroen i hela provinsen. Den ligger precis vid hamnpromenaden och lockar med sin eleganta dukning och högklassiga service. Gino Pesce och

hans fru Patrizia är stolta ägare och Patrizias efterrätter har blivit uppmärksammade världen över. Vi förstår varför, hennes Cremoso di gianduia, en chokladbaserad efterrätt, är så god att vi blir mållösa. All fisk kommer från lokala fiskare och är dagsfärsk. Därför, förklarar Gino, måste jag snabbt ändra menyn efter dagens fångst. Prova deras specialitet La Tartare di ricciola, en sallad på rå ricciolafisk med en pepprig olivolja, eller deras röda räkor som serveras med en majonnäs lätt smaksatt med apelsin. Missa inte heller den utsökta pastan med rökt mozzarella och svärdfisk.

Är du istället ute efter äkta italiensk husmanskost ska du besöka restaurangen Casa di Assunta. Restaurangen ligger i en privat bostad där ägarinnan heter Assunta, fem minuter med bil från hamnen. Från hennes terrass har du utsikt bort mot Ponza Porto. I den mörka kvällen lyser byn upp ön på ett stämningsfullt sätt. Jag kan inte låta bli att kommentera högt - Jag undrar hur fin byn är på julen med alla juldekorationer...”Signora, byn är redan

så fin året om, det är svårt att göra den finare!”, får jag till svar.

Som på de flesta restaurangerna på Ponza är många råvaror märkta KM ZERO, det vill säga lokalproducerade. Assuntas linssoppa är en delikatess som måste smakas, men det går bara att beställa så länge linserna finns. De speciella små linserna växer nämligen bara på ön, och Assunta berättar stolt att när de tar slut så ändrar hon menyn.

En annan av Assuntas specialiteter är hennes inlagda tonfisk. Tonfisken fiskas förstas kring ön, hon kokar den och lägger den i olivolja och till den serveras det lokala vinet Fieno di Ponza Bianco IGT Lazio, gjort på druvsorten Biancolella di Ponza och Falanghina. Du får räkna med minst tre timmar vid bordet för att hinna smaka av allt. Be Assunta om hjälp att boka en taxi tillbaks.

Om du vill upptäcka mer av stränderna och badlivet så går det en färja från hamnen som tar dig till öns största strand, il Frontone. Färjan avgår från morgon till kväll och tar fem minuter.

Hur kommer du hit

Till Ponza kommer du med 2 timmars båtferd från Formia. Bästa sättet att komma hit från Sverige är att flyga till Rom och därefter åka tåg och båt.

Flyg

Ryanair flyger till Roma Ciampino medan Norwegian och SAS flyger till Roma Fiumicino. Direktbussar går från flygplatserna till Ter-

mini tågstation i Rom.

Tåg

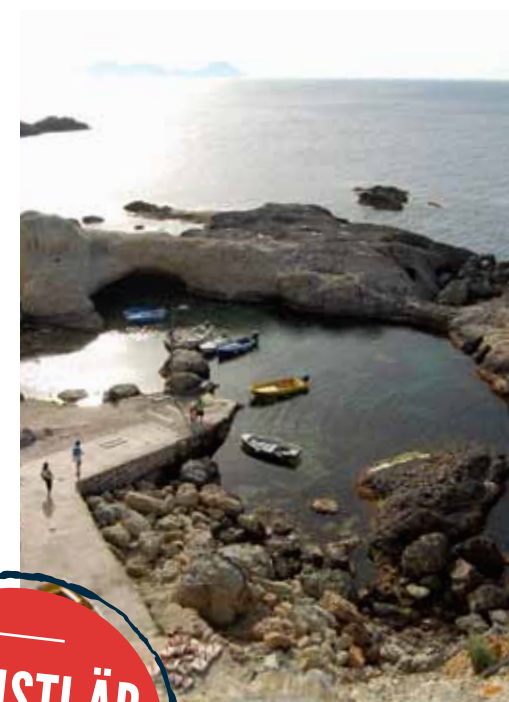
Trenitalia kör tåg mellan Roma Termini och Formia. Det går att boka och betala direkt på nätet.

www.trenitalia.it

Båt

Laziomar kör mellan Formia och Ponza Porto. Biljetter kostar 15 € enkel resa och köps direkt i hamnen.

www.laziomar.it



"Bli inte förvånad om de redan har sockrat kaffet."

På stranden finns det några restauranger och barer samt uthyrning av parasoll. I slutet av stranden finns en liten stig bland stenar och buskar som leder till restaurangen Da Gerardo. Gerardos svägerska Vincenza lagar mat tillsammans med Maria Assunta i det enkla köket med ovärderlig havsutsikt. Vincenzas man är fiskare och grönsakerna odlar Gerardo själv på en liten plätt bakom restaurangen.

Om du vill ha en enkel lunch – glöm det – för italienare har en annan uppfattning om enkla luncher än vad vi har i Sverige. Här existerar inte en meny utan bästa sättet att välja mat är att be om att bli serverad det Gerardo rekommenderar. Rätt efter rätt kommer till bordet och med ett glas iskall Biancolella rosé direkt från bonden blir det en perfekt sommarlunch.

Vincenza lagar en ljummen cicerchiesoppa med hemgjorda krutonger

(cicerchie är en slags små bondböner som växer i södra Italien), grönsaker på olika sätt, en torta rustica – paj fylld med zucchini och ärtor, parmigiana di melanzane – auberginegratäng med tomatås och mozzarella och polipo – bläckfisk. Lunchen avslutas med en liten Mirto, en egenproducerad likör gjord på myrten, en växt som på ön har en alldeles speciell karaktär. Vi frågar Vincenza om recepten och hon ler. Hon skulle gärna dela med sig men säger att det blir svårt. Hon lagar nämligen mat på känsla och allt är så naturligt för henne att hon inte tänker på hur mycket hon tar av det ena eller det andra. Det lättaste blir om hon får visa när hon lagar mat.

Har du väl besökt Ponza en gång kan du räkna med att det kommer att bli fler besök på ön, för Ponza är förtrollande och för de flesta uppstår kärlek vid första ögonkastet. ¶



AUGUSTI ÄR
HÖGSÄSONG

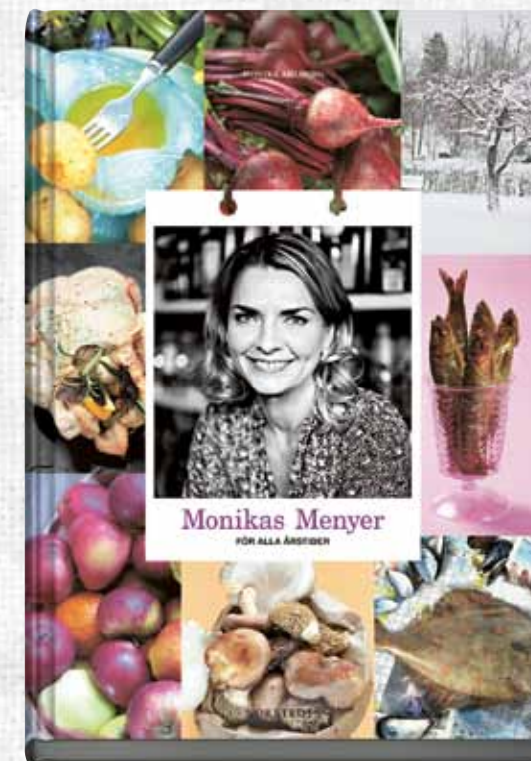


Foto: Ann Lindberg



Ombärlig receptskatt full av inspiration

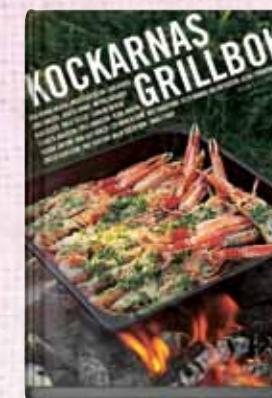
Monika Ahlbergs bästa menyer för våren, sommaren, hösten och vintern i en ombärlig volym med över 60 menyföreslag och mer än 200 recept. Här får du en närmast ouslinig källa till idéer för luncher och middagar samt små och större fester, allt baserat på säsongernas bästa råvaror. På köpet får du mängder av tips för köket, till exempel hur du kan variera tillagningen av våra vanligaste ingredienser.



Upptäck fler läckra sommarnyheter!



En kärleksförklaring
till gröna måltider



Förnya grillkvällen
med mästarnas hjälp



Fånga drömmen
om sommaren



Känn dig friskare
& starkare på 21 dagar

Boende

La Limonaia a mare – Ponza Porto
Fem sovrum med privat badrum.
Terrass med utsikt över havet.
Ca 5 minuter från hamnen (branta
trappor).
Kan hyras som helt hus eller som
rum i B&B.
Pris: från 105 € per rum och natt
Adress: Via Dragonara
Hemsida: www.turistcasa.it
Email: turistcasa@turistcasa.it
Tfn: 0039 771 809886



Villa Il Gabbiano B&B

3 km från Ponza Porto (hyrbil rek-
ommenderas)
Trerumsvilla för 6 personer med ter-
rass och fantastisk utsikt.
Genomgående medelhavskänsla
med vit och blå inredning.
Kan hyras som helt hus eller som
rum i B&B.
Pris: från 105 € per rum och natt
Adress: Via Panoramica
Hemsida: www.ilgabbianoponza.it
Email: ilgabbiano@ponza.com

Casa Silvia – Le Forna

Trerumsvilla för 6 personer.

Havsutsikt, terrasser och medel-
havsträdgård med utekök.
800 m eller 100 trappsteg till vattnet.
Pris: från 500 € per vecka
Adress: Via Fontana
Hemsida: www.musellaviaggi.it
Email: info@musellaviaggi.it

Villa Anna – Le Forna

Lägenhet för 6 personer.
800 m eller 100 trappsteg till
vattnet.
Pris: från 600 € per vecka
Adress: Via Fontana
Hemsida: www.turistcasa.it
Email: turistcasa@turistcasa.it

Äta ute

Da Gerardo

Enkel ponzesisk husmanskost med
havsutsikt mot Frontonestranden.
Öppet: kl 13.30–17.30.
Pris: från 25 €
Adress: Via Frontone
Tfn: 0039 339 8491446
Obs! Det går inte att betala med
kreditkort

Acqua Piazza

Stjärnkrog i hamnen med elegant
atmosfär.
Reservation rekommenderas.
Öppet: kl 20.00–23.00.
Pris: från 70 €
Adress: Piazza Carlo Pisacane 10
Hemsida: www.acquapazza.com
Email: acquapazza@ponza.com

A casa di Assunta

Stor terrass med utsikt över Ponza
Porto.
3 km från hamnen, taxi rekomen-
deras.
Öppet: kl 13.00–15.00. och
20.00–23.30.
Pris: från 35 €
Adress: Via Panoramica, Contrada
Capobianco
Tfn: 0039 771 820086

Da Igino

Ovanför den mysiga viken Cala
Fonte.
En typisk familjerestaurang med
äktä cucina casereccia – äkta hus-
manskost.
Öppet: lunch och middag
Pris: från 25 €
Adress: Discesa per Cala Fonte
Tfn: 0039 771 808366

Bar Maga Circe

Ponzas bästa glassbar
Adress: Piazza Pisacane, Ponza
Porto

Användbara adresser

Hus och hotellbokningar

Turistcasa – Ponza Porto
Pratar engelska.
Adress: Via Roma 2
Hemsida: www.turistcasa.it
Email: turistcasa@turistcasa.it
Tfn: 0039 771 809886

Båtturer

Cooperativa barcaioli Ponzezi –
Ponza Porto
Erbjuder båtturer runt Ponza och till
grannöarna.
Även nattutflykter. Inklusive enklare
lunch, vatten, vin och kaffe.
Pris: från 25 €
Adress: Corso Carlo Pisacane (Tun-
nel S. Antonio)
Hemsida: www.barcaioliponza.it
Email: barcaioli@barcaioliponza.it
Tfn: 0039 771 909929



Hyrbil och moped

Giulio il Pescatore – Ponza Porto
Adress: Via Dante 1
Tfn: 0039 335 8222028

Vingård

Antiche Cantine Migliaccio – Fieno
di Ponza
Tar emot besökare men man måste
boka tid i förväg
Adress: Via Pizzicato 9
Hemsida: www.fienodiponza.com
Email: lucianasabino@libero.it
Tfn: 0039 339 2822252