

Monterosso, il borgo amato dai poeti

È la più occidentale delle **Cinque Terre** e paesaggi che hanno ispirato poeti come **Eugenio Montale**, che qui trascorreva molto tempo nella villa di famiglia in stile liberty, ma ci sono passati anche Shelley e Byron, a cui è dedicata una grotta poco distante. **Monterosso al Mare**, territorialmente in provincia di La Spezia, è un gioiello incastonato in una conca, tra alte scogliere, un mare cristallino e un entroterra fatto di rilievi e terrazze dove crescono olivi, vitigni e limoni. Al punto che il borgo fa parte sia della **Comunità Montana della Riviera Spezzina** che del **Parco Nazionale delle Cinque Terre**.

Nel cuore di Monterosso

Cominciamo la nostra passeggiata nel centro storico con una visita alla **Chiesa di San Giovanni Battista**, costruita tra il 1244 e il 1307. Spicca per la facciata di marmo bianco e serpentino verde con un rosone gotico traforato in marmo, opera di **Pietro e Matteo da Campiglio**. L'interno, invece è a tre navate. La pianta, invece, si restringe verso l'uscita in modo da amplificare sia la prospettiva che il suono.



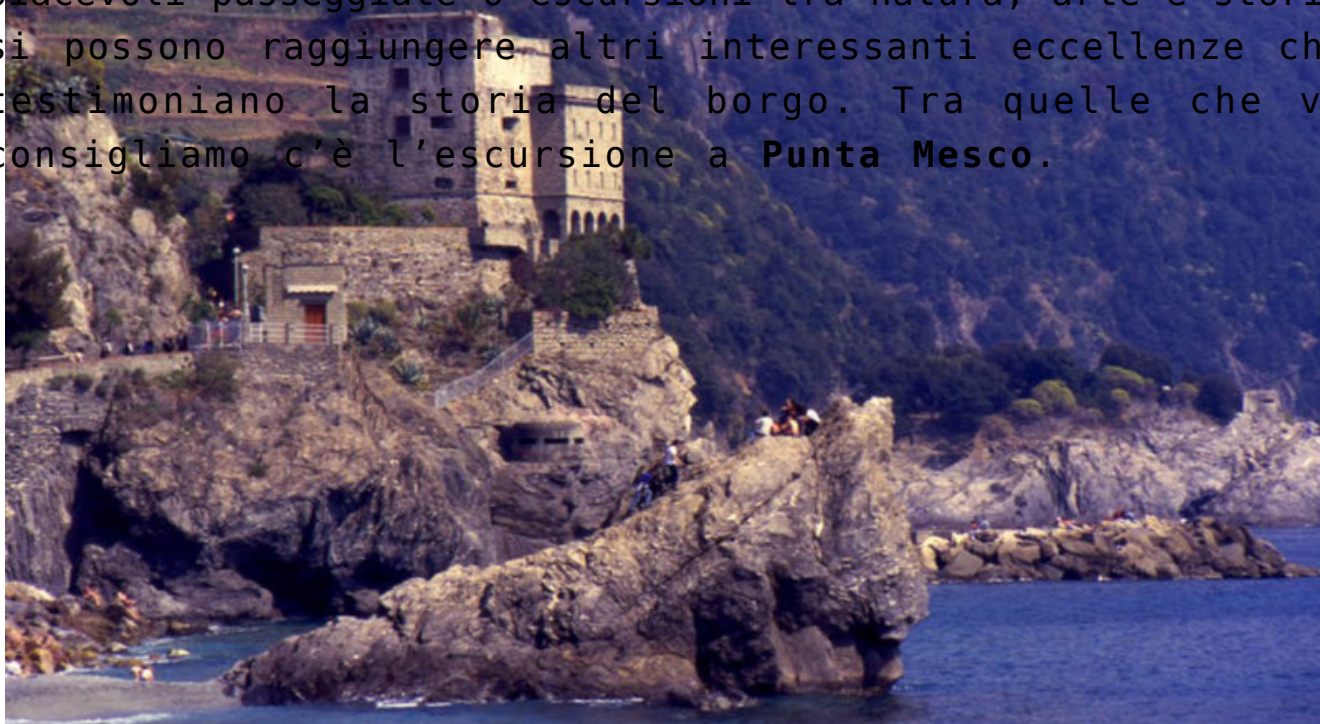
Dietro la chiesa si trova l'**Oratorio della Confraternita dei Neri**, in stile barocco. Al suo interno è custodita una statua di Sant'Antonio Abate, unico retaggio del convento che verso l'anno Mille sorgeva sul promontorio di Punta Mesco. L'oratorio, invece, risale al XVI secolo, quando, durante la Controriforma, nacquero confraternite laiche dedite alle opere di bene. Poco distante si trova anche l'**Oratorio della Confraternita dei Bianchi**, che deve il suo nome al colore dell'abito utilizzato durante le cerimonie dagli adepti.



Vale una visita anche il **Castello di Monterosso**, con le sue belle torri merlate. La posizione è davvero mozzafiato. Sorge infatti su uno sperone roccioso a strapiombo sul mare. Visitatelo al tramonto, è ancora più suggestivo.

L'arte a Monterosso...è una passeggiata

Dopo essersi persi tra le stradine del borgo, attraverso piacevoli passeggiate o escursioni tra natura, arte e storia si possono raggiungere altri interessanti eccellenze che testimoniano la storia del borgo. Tra quelle che vi consigliamo c'è l'escursione a **Punta Mesco**.





Il percorso panoramico passa dal vecchio **semaforo**, un vecchio faro abbandonato, dal quale si gode di uno splendido panorama. A un centinaio di metri si incontrano i resti di una piccola chiesa.



Alle pendici di Punta Mesco si trova anche la villa **“Delle Due Palme”** di proprietà di **Eugenio Montale**. Qui il Premio Nobel per la Letteratura trascorreva lunghi periodi di villeggiatura e durante i suoi soggiorni ha scritto capolavori immortali

come *Ossi di Seppia*, *Mediterraneo* e *Meriggi di Ombre*.



Un'altra bella escursione è quella che porta al Colle dei Cappuccini, dove sorgono la **Chiesa di San Francesco** e il **Convento dei Cappuccini**. La chiesa, a un'unica navata e con un altare di legno, custodisce opere di straordinario valore, come una **Crocifissione attribuita a Van Dick**, una Madonna degli Angeli di Oldoino Multedo del 1896 e un San Girolamo Penitente del Cambiaso. Accanto alla chiesa sorge un piccolo cimitero, dove un tempo si trovava uno dei numerosi castelli della potente famiglia dei Doria.



Appena sopra Monterosso, con un'altra bella escursione si arriva al **Santuario di Nostra Signora di Soviore**, il più antico santuario mariano di tutta la Liguria. Il luogo in cui sorge sarebbe lo stesso dove gli abitanti del villaggio di Albareto, oggi scomparso, trovarono rifugio dopo che il re longobardo Rotari lo aveva messo a ferro e fuoco, nel 643 d.C.



La datazione delle strutture murarie lo fanno risalire al 996, anche se la "versione" che possiamo vedere oggi è il risultato

di diversi rifacimenti nei secoli. Splendido il campanile a tre piani, coronato da una guglia. Da non perdere il panorama che si gode dal piazzale. Nelle giornate limpide, la vista può spaziare dal promontorio di **Portofino fino alle Alpi Liguri**, guardando a ponente, e da Monte Pisano all'Arcipelago Toscano, e addirittura **fino alla Corsica**, spostando gli occhi a levante.

Le spiagge di Monterosso e il Gigante

Chi arriva a Monterosso in treno, appena fuori dalla stazione si troverà sul **lungomare Fegina**, la parte nuova del borgo, separata dalla parte storica da una galleria percorribile a piedi in pochi minuti. Qui si trovano subito due piccole spiagge libere di sabbia e ciottoli. Altre piccole spiagge con stabilimenti balneari si trovano proprio di fronte al centro storico e all'attracco dei traghetti per le altre Cinque Terre e per il **Golfo dei Poeti**. Verso **Vernazza**, oltre uno scoglio imponente, si trova un'altra bella spiaggia libera.



Camminando fino alla fine del lungomare di Fegina, in

direzione di Levante, invece, si incontra un'altra spiaggetta. Alla fine di questa, dove comincia il piccolo porto, si trova l'imponente scultura del **Gigante**, un'opera di ferro e cemento armato di **Arrigo Minerbi** e dell'ingegner Levacher del 1910. La gigantesca scultura è stata commissionata da **Giovanni e Juanita Pastine**, due monterossini tornati in patria dall'Argentina dopo essersi arricchiti.



Il Gigante, che è alto 14 metri, raffigura il **dio del mare Nettuno** e in origine decorava la lussuosa villa Pastine. Durante la Seconda Guerra Mondiale, sia la villa che la statua sono state bombardate e hanno subito danni, al punto che della prima, che sorgeva sulla **Casa dei Doganieri**, rimase solo una torre. Il Gigante, invece, dopo essere stato di nuovo "offeso" da una mareggiata nel 1966, oggi si presenta mutilo, con solo un tronco, privo di una gamba, delle braccia e del suo mitico tridente.

I sapori delle Cinque Terre

Chi visita Monterosso e le Cinque Terre troverà nella cucina ligure un ottimo compromesso tra piatti di mare e di terra, spesso mescolati in maniera gustosa, sapiente e creativa.

Naturalmente, c'è il **pesto**, a base di basilico, olio extravergine di oliva e formaggio grattugiato, con il quale si possono condire le tipiche **trofie**. Tra i primi di terra troviamo le tagliatelle, da gustare con i funghi.



Per uno spuntino veloce, non perdetevi **la farinata**, una focaccia bassa a base di farina di ceci, oppure gli **sgabei**, pasta di pane lievitata e tagliata a strisce, fritta nello strutto e salata in superficie. Varie e gustose le **torte salate**, soprattutto a base di erbe, tra cui borraggine, carciofi, patate, porri e bietole. A Monterosso si prepara la tipica **torta di riso** (di cui trovate sotto la **ricetta**).



Passando ai piatti di mare, provate le **acciughe ripiene e fritte**, oppure quelle salate di Monterosso. Ottime le **frittelle di bianchetti** e il fritto misto “da passeggio” a base di gamberi, totani e calamari. Questi ultimi si preparano anche bolliti oppure farciti con verdure, formaggio grattugiato, mollica e tentacoli tritati.



Non dimentichiamo poi i **vini**, tra il cui il più famoso è lo **Sciacchetrà**, un passito dal sapore e profumo fruttato che si

accompagna bene con dolci e formaggio. Ci sono poi il **Cinque Terre Doc** e il **Vermentino**.

Torta di riso di Monterosso

Ingredienti

- 400 gr di farina
- 300 gr d riso
- 3 uova
- 100 gr di grana grattugiato
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 150 gr di ricotta
- 15 gr di funghi secchi
- Sale q.b

Mettete a bagno i funghi secchi in acqua tiepida. Lessate il riso in acqua salata e scolate al dente. Lasciatelo raffreddare, poi versatelo in una terrina e unite la ricotta, le uova, i funghi tritati e un pizzico di sale. Amalgamate il tutto. Preparate l'impasto per la base con la farina, il sale e un cucchiaino di olio di oliva. Ricavatene 4 sfoglie sottili. Stendetene due in una teglia unta di olio. Ungete anche le sfoglie, poi versatevi sopra il composto e livellatelo. Ricoprite con le altre due e richiudete facendo un orlo. Ungete la superficie con una pennellata di olio e infornate a 180° per circa 45 minuti.



COME ARRIVARE

In auto: A12 Genova-Livorno, uscire a Brugnato-Borghetto Vara, poi seguire le indicazioni per le Cinque Terre – La Spezia. Dopo aver attraversato Beverino, girare a sinistra per Monterosso. **In treno:** linea Genova-Roma, fermata La Spezia, da qui partono all'incirca ogni ora i treni regionali che fermano in tutte le Cinque Terre.

DOVE MANGIARE

***Ristorante Via Venti**, via XX settembre 32, Monterosso, tel 0187/818347, www.ristoranteviaventi.com Nel cuore del borgo, offre una cucina a base di pesce fresco, tra cui spaghetti alle alici, gamberoni al forno con lardo, cozze ripiene, orata ai porcini e torta Monterossina.

***Il Bocconcino**, via Fegina, Monterosso, tel 0187/818107. Nei pressi della stazione ferroviaria, offre specialità in formato street food, tra cui cartocci di calamari e gamberi, acciughe e pollo fritto, patatine e piadine.

DOVE DORMIRE

Hotel Porto Roca***, via Corone 1, Monterosso, tel

0187/817502, www.portoroca.it Situato nella parte antica del borgo, all'inizio del Sentiero Azzurro delle Cinque Terre, a ridosso di una scogliera, offre una splendida vista sul mare, giardini e terrazza e una spiaggia privata attrezzata. A disposizione ristorante con piatti di pesce fresco e della tradizione italiana, piscina e SPA con sauna e bagno turco. Doppia da € 280.

Albergo Amici**, via Buranco 36, Monterosso, tel 0187/817544. www.hotelamici.it Nel centro storico di Monterosso e a poca distanza dalla spiaggia offre un giardino panoramico con terrazza solarium. Colazione continentale con salumi, formaggi e brioche e ristorante con specialità delle Cinque Terre. Doppia da € 168.

INFO

www.lecinqueterre.org

