

# NATURAL

*style*

N. 263 MENSILE  
MAGGIO 2025  
3 EURO

**SERENA  
ROSSI**

LA MIA RICETTA:  
APRIRE IL CUORE

**JULIANNE  
MOORE**

I MIEI LIBRI  
PROIBITI

**FITNESS**

PANCIA PIATTA  
IN 10 MOSSE

**MODA**

SPECIALE  
SPORT

**TRUCCO**

RITORNA  
L'AZZURRO

## LA DIETA YIN & YANG

**SALUTE**

LA FARMACIA  
DELLE API

**VIAGGI**

SICILIA DA  
RISCOPIRE

**CUCINA**

TENERI  
GERMOGLI

  
CAIRO EDITORE

Principato di Monaco Euro 5,50 - Germania Euro 7,00 - Portogallo (Cont.) Euro 4,99 - Spagna Euro 4,90 - Svizzera Canton Ticino CHF 6,95 - P.I. 03-05-2025





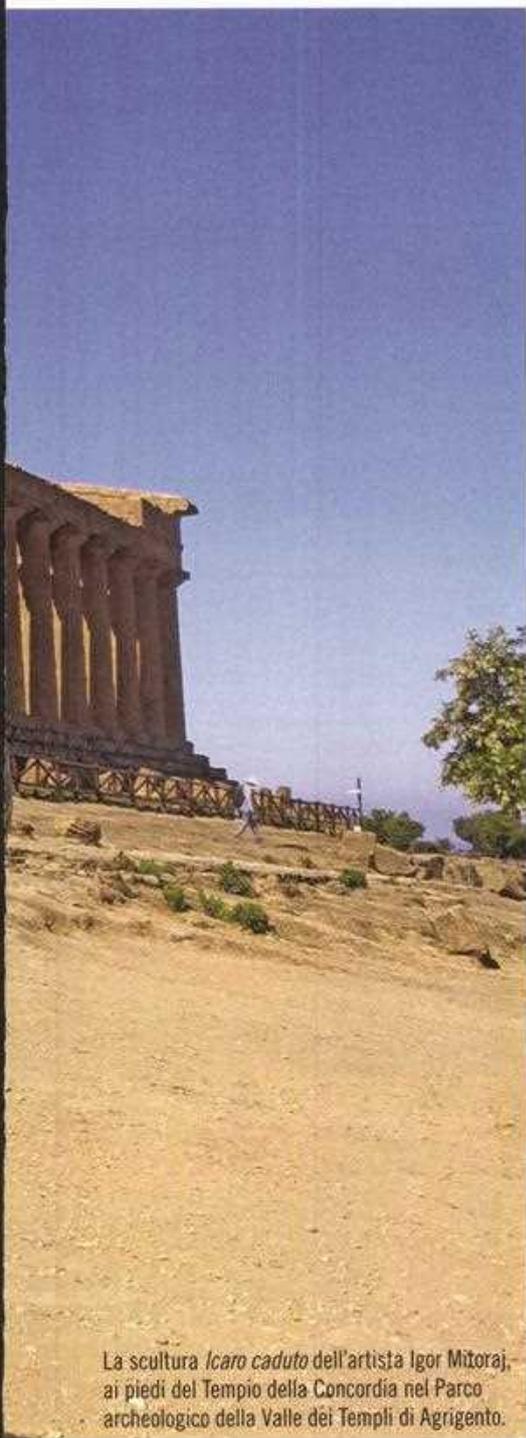
# Passione Sicilia

*Dai fondali turchesi di Lampedusa alla forza ancestrale del vulcano Etna, tra i templi di Agrigento, le saline di Marsala e la magia senza tempo di Cefalù. Un grand tour che incanta i sensi e i resort di eco-charme dove fermarsi*

a cura di **DIANA DE MARSANICH**  
testi di **ELENA BARASSI**

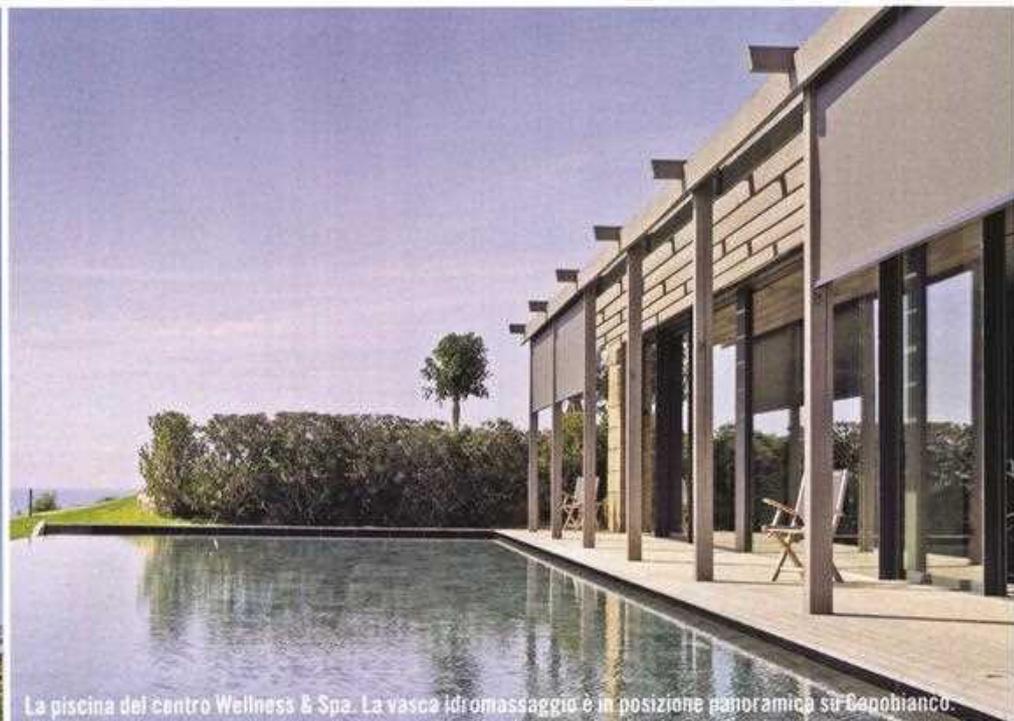
## **Agrigento. La porta della Valle dei Templi**

La Capitale Italiana della Cultura 2025 è un crocevia di civiltà millenarie. Greci, romani, arabi e normanni hanno lasciato un'impronta indelebile nel tessuto urbano e culturale di Agrigento, fondata nel 581 a.C. Tra mandorli in fiore e distese di ulivi, sorge il Parco archeologico della Valle dei Templi, sito UNESCO che testimonia la grandezza dell'antica Akragas con i resti di 12 templi. Tra questi, i meglio conservati sono il Tempio della Concordia e il Tempio di Giunone, mentre il più antico è quello di Eracle. Terra di letterati, l'Agrigentino ha dato i natali a Pirandello, la cui ultima dimora oggi è una Casa Museo, e ad Andrea Camilleri, di cui si celebrano i 100 anni dalla nascita. E a Realmonte, la Scala dei Turchi, spettacolare falesia bianca che offriva rifugio ai pirati saraceni, ha fatto da sfondo al film *Malèna* di Tornatore. Il centro storico con la Cattedrale di San Gerlando, racconta secoli di storia attraverso le viuzze di matrice araba e l'architettura normanna. Lungo la via Atenea si acquistano Teste di Moro da Vetus, mentre da Antichi Sapori si trova la tradizione siciliana. Da assaggiare i cavatelli all'agrigentina, con melanzane e ricotta, il macco di fave, dalla consistenza di una crema, e il tagano di Aragona, un timballo di pasta. ▶



La scultura *Icaro caduto* dell'artista Igor Mitoraj, ai piedi del Tempio della Concordia nel Parco archeologico della Valle dei Templi di Agrigento.

Pieter Golden, Alex Filiz.



La piscina del centro Wellness & Spa. La vasca idromassaggio è in posizione panoramica su Capobianco.

## Talassoterapia e massaggi dall'energia primordiale

A Siculiana, vicino alla Riserva Naturale Orientata Torre Salsa, un'area protetta di 760 ettari su cui si innalza un'antica torre di avvistamento, l'ADLER Spa Resort Sicilia è un cinque stelle eco-sostenibile in posizione panoramica su una collina, immerso tra aranceti e macchia mediterranea, piccole aree coltivate con vigneti, uliveti e orti di erbe aromatiche, sabbia dorata e il mare dalle sfumature turchesi. L'architettura mimetizzata nel paesaggio è composta da diversi corpi con tetti ipogei ricoperti di vegetazione che ospitano 90 camere, tra Junior suite e Family suite, disegnate da materiali naturali come il legno e la terra cruda. Nel centro Wellness & Spa di circa 3.200 metri quadrati si possono scegliere trattamenti come la talassoterapia e applicazioni vulcaniche. Suite da 3.098 euro per tre notti, colazioni e cene incluse. **INFO ADLER Spa Resort Sicilia, Siculiana, Agrigento. Tel. 0922.1788700; [www.adler-sicilia.com](http://www.adler-sicilia.com)**

Da sinistra, una suite dell'ADLER Spa Resort Sicilia. La piscina esterna con acqua salata.



Sotto, da sinistra, la scogliera di Capobianco, tra le più belle della Sicilia meridionale. Il giardino attrezzato del resort, disposto ad anfiteatro verso il mare.





Lo spettacolo delle pendici dell'Etna. Sotto, da sinistra, una veduta di Zash, rivisitazione contemporanea di un palmento siciliano. Il lounge bar. La piscina.



## Etna. Escursioni sul colosso di lava

È il vulcano più alto d'Europa e tra i più attivi al mondo. L'Etna, "A Muntagna" come la chiamano qui, è un gigante di fuoco che domina la Sicilia e offre un ventaglio di esperienze straordinarie. Le escursioni sul versante meridionale, partendo dal Rifugio Sapienza, conducono fino ai crateri sommitali, da cui spesso si levano fumarole e gas sulfurei, attraverso sentieri che si snodano tra colate laviche, grotte vulcaniche e panorami mozzafiato, mentre il versante settentrionale, più selvaggio, regala scenari boscosi, ideali per trekking immersivi tra pini, larici e ginestre. Imperdibile l'escursione che parte da Monte Nero, un cono vulcanico nato dall'eruzione del 1646, e arriva alla Grotta dei Lamponi, un tunnel di scorrimento lavico caratterizzato da forme sinuose modellate dal magma. Forti pendenze, terrazze che s'inerpicano sulle pendici, maturazioni lente e tardive sono il parterre della viticoltura eroica dell'Etna che dà vita a vini bianchi, rossi, rosati e spumanti straordinari che sfidano le asperità del territorio. È qui che viene coltivato "l'oro verde" della Sicilia, il pistacchio di Bronte, il più rinomato del mondo. Nella zona di Sant'Alfio e Linguaglossa, si gustano le nocciole dei Nebrodi, mentre Dai Pennisi, rinomata macelleria con cucina da cinquant'anni, si gusta la salsiccia al ceppo, nelle varianti fresca e cotta.

## Tra mare e vulcano

Alle pendici dell'Etna, Zash è ricavato in un'antica casa padronale e in un antico palmento, uno spazio immerso tra gli agrumeti che ospitava tutte le operazioni legate alla vinificazione e all'affinamento dei vini. Basole di pietra lavica e volte a crociera sono il regno dello chef Giuseppe Raciti, 1 Stella Michelin, mentre nelle Pool Villas fanno capolino pezzi di design di Philippe Starck e Achille Castiglioni. Camere da 300 euro a notte in b&b. **INFO** Zash Country Boutique Hotel & Spa, Giarre, Catania. Tel. 095.7828932; [www.zash.it](http://www.zash.it)



Sopra, le saline di Marsala al tramonto. Sotto, da sinistra, la suite Torre Storica di Baglio Oneto. Il cortile. Una panoramica del Baglio con vista sulle isole Egadi.



## Marsala. Dove il vento accarezza la storia

Racchiusa tra i bastioni del XVI secolo, Marsala, nel punto più occidentale della Sicilia, è un'enclave di palazzi rinascimentali e barocchi come il Monastero di San Pietro che ospita il Museo risorgimentale garibaldino, dedicato all'impresa dei Mille. Poco più avanti, piazza della Repubblica, con la Torre dell'Orologio e la Cattedrale barocca, è il salotto della città, mentre sul lungomare il Museo archeologico Baglio Anselmi, ospitato in un'ex cantina vinicola, custodisce il relitto di una nave punica. Tra i luoghi più suggestivi, l'antico Mercato Ittico: il posto giusto per assaporare il pesce dello Stagnone e del Canale di Sicilia e piatti locali come il cous cous, la pasta con le sarde (che qui chiamano pasta c'anciova), le busiate al sugo di tonno e soprattutto il celebre vino liquoroso. Un buon indirizzo per acquistare oggetti di artigianato doc, come le tipiche Teste di Moro, è Ceramica Artistica Marsalese in via Mazara. A nord della città, le Saline di Marsala Ettore e Laguna Infersa sono uno spettacolo soprattutto al tramonto quando le sagome dei mulini a vento circondati da cumuli di sale bianco si stagliano all'orizzonte. Poco più in là, il mare dell'Isola Lunga, all'interno della Riserva Naturale Laguna dello Stagnone, è un universo color rosa. Un luogo che va scoperto lentamente. ▶

## Tra le vigne dorate

Nella campagna di Marsala, tra vigneti e uliveti, ricavato in un palazzo feudale del XVIII secolo, Baglio Oneto è un Luxury Wine Resort affacciato sul mare e sulle isole Egadi. Premiato come Best Green Accomodation Italia dal GIST Green Travel Award 2025, offre 47 camere e Junior suite con terrazza o balcone ispirate alle antiche abitazioni siciliane, di cui la suite Torre Storica, con panorama a 360°, è la più esclusiva. Da 385 euro a notte in b&b. **INFO** Baglio Oneto dei Principi di San Lorenzo, Marsala, Trapani. Tel. 0923.746222; [www.bagliooneto.it](http://www.bagliooneto.it)



Sopra, Cala Pulcino a Lampedusa. Sotto, da sinistra, la piscina de El Mosaico del Sol. Un'escursione sulla barca Danzar. I dammusi nella macchia mediterranea.



## Lampedusa. Un'isola che cattura l'anima

Aspra, ruvida, lambita da acque trasparenti, Lampedusa, nell'arcipelago delle Pelagie, è una scheggia di terra più vicina all'Africa che all'Italia, in cui i venti Maestrale e Scirocco sono una presenza costante. Superstar è la Spiaggia dei Conigli dove ogni anno le tartarughe Caretta caretta depongono le uova. L'affaccio sorprendente è sull'Isola dei Conigli, regno assoluto del gabbiano reale. Una passeggiata nel Vallone della Forbice, tra pini marittimi e macchia mediterranea, conduce a Cala Pulcino, dalla forma stretta e profonda e con la sabbia color borotalco, mentre La Tabaccara si raggiunge solo via mare. Come del resto le spiagge più scenografiche dell'isola che riservano fondali unici. A bordo di una Mehari, che qui è talmente iconica da essere chiamata "spiaggina", si raggiungono Cala Francese, Cala Madonna e Cala Creta. A nord, il paesaggio regala alte falesie a strapiombo sul mare che creano un effetto ad alta suggestione. All'ora del tramonto si raggiunge via Roma, che, con le viuzze laterali, è il salotto dell'isola. Da Sale Sole Sapore si trovano ceramiche dipinte a mano, da Un mare d'arte le creazioni in legno di Francesco Tuccio, mentre da Terra Mia si fa incetta di prodotti made in Lampedusa, in primis specialità ittiche come la buzzonaglia, una conserva di tonno.

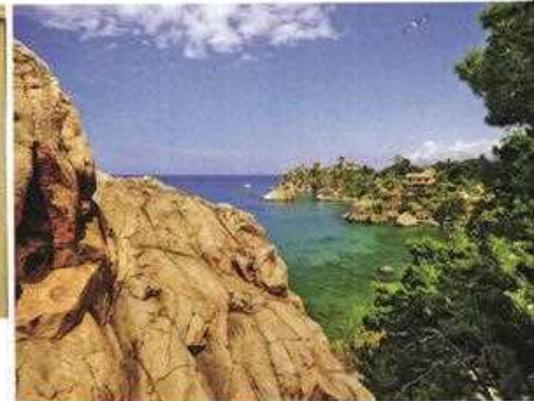
## Feng Shui tra i colori

Sulla collina di Cala Madonna, a soli 50 metri dal porto, El Mosaico del Sol è un resort dove si respira la magia del Feng Shui: un'oasi di pace pennellata di giallo, arancio e rosso e un arredo curato nei minimi dettagli.

Le suite, in cui lo stile mediterraneo si fonde con quello messicano, sono ricavate nei sei dammusi vista mare, immersi in un parco, e dotati di cucina. Per gli ospiti, piscina ed escursioni sulla barca Danzar. Suite da 273 euro a notte in b&b, incluso lo scooter. **INFO** El Mosaico del Sol, Lampedusa, Agrigento. Tel. 0922.973074; [www.elmosaicodelsol.it](http://www.elmosaicodelsol.it)



Sopra, il borgo di Cefalù con la Cattedrale normanna. Sotto, da sinistra, la colazione servita a Le Calette. La hall dell'hotel. Uno scorcio della baia della Caldura.



## Cefalù. Magia pura, dalla rocca al mare

Sulla costa settentrionale della Sicilia, adagiata ai piedi di un imponente promontorio roccioso, l'antica Kephaloïdion, oggi Cefalù, tra i borghi più belli di Italia, è un villaggio medioevale dove ci si perde tra i tortuosi vicoli e i balconi panoramici che sovrastano le scogliere rocciose e il Mar Tirreno. Sveltano su questo piccolo borgo marinaro la monumentale rupe alta 270 metri sulla quale sorge il Tempio di Diana, e la Cattedrale, patrimonio UNESCO, uno straordinario esempio di architettura normanna, circondata da un'ampia piazza adornata da alberi di palma. Merita una visita palazzo Piraino che ospita il Museo Mandralisca dov'è custodito il famoso dipinto *Ritratto d'ignoto marinaio* di Antonello da Messina, e poi un tour tra le botteghe per assaggiare la provola delle Madonie e la manna a cubetti, il "nettare degli dei". Dalle sabbie finissime alle rocce frastagliate, dagli arenili ghiaiosi alle acque cristalline, le spiagge di Cefalù sono un ventaglio di paesaggi incantevoli. Oltre al lido, a pochi passi dal centro, la spiaggia di Sant'Ambrogio è una piccola oasi nascosta. Più distanti, Pollina, Mezzaferro e Settefrati sono incantevoli. Di rigore assaggiare la pasta a taianu, con passata di pomodoro, carne, pecorino e melanzane, cucinata nel tegame di terracotta, il pane cunzatu e le arancine (che qui sono femmine!).

## Suite vista cartolina

A due chilometri dal centro, immerso in un parco botanico, il boutique hotel Le Calette fa parte delle collezioni Small Luxury Hotels of the World e Virtuoso. Le suite, camere e ville private, alcune affacciate sulla piscina, altre con vista sulla baia della Caldura, sono suddivise in due complessi: il 5 stelle "Le Calette N°5" e il 4 stelle "Le Calette Bay". Tra le novità, cooking lesson e il menu degustazione vegetariano dello chef Dario Pandolfo al ristorante Cala Luna. Da 258 euro a notte in b&b con accesso alle calette. **INFO** Le Calette, Cefalù, Palermo. Tel. 0921.424144; [lecalette.it](http://lecalette.it)