

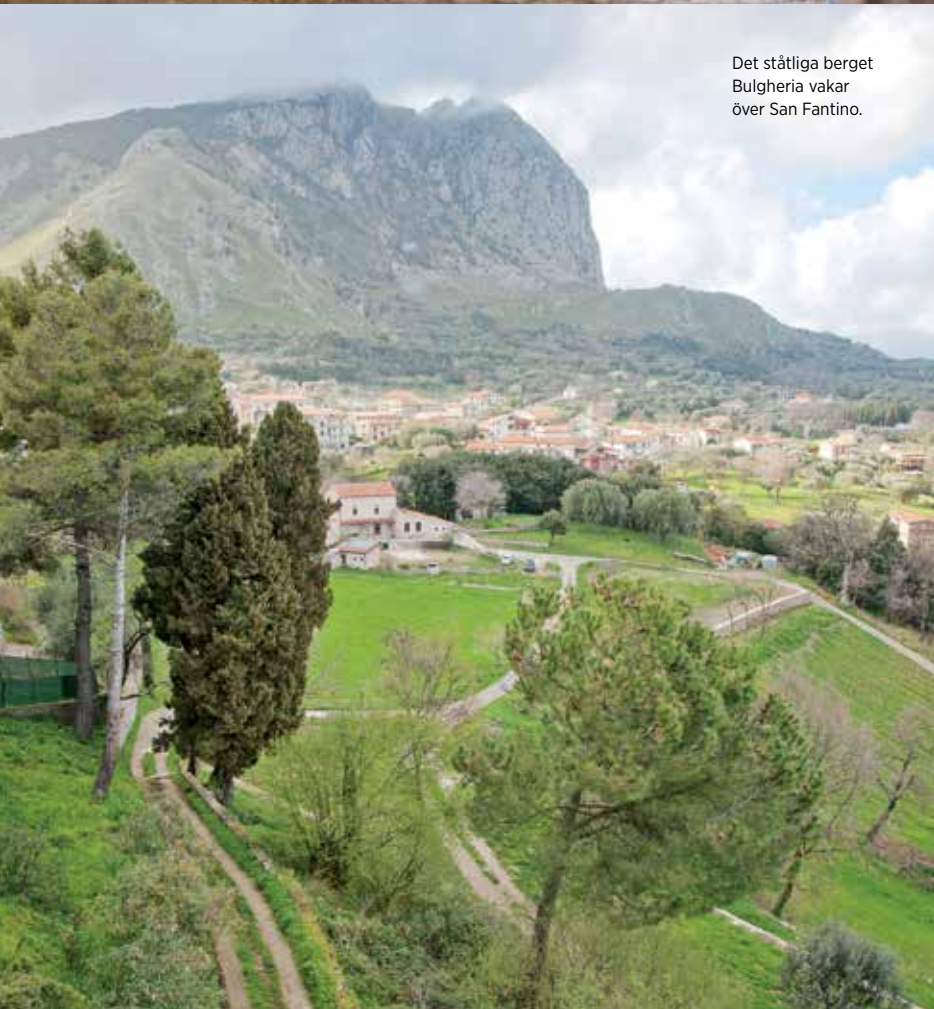
RESA  
Italien



Hemgjord yoghurt med sylt och en rykande varm kopp kaffe. Frukosten på Locanda San Fantino är enkel men god.



Det ståtliga berget  
Bulgheria vakar  
över San Fantino.



# SLOW LIVING

Granne med glittrande Amalfi ligger lågmälda Cilento – en av Italiens bäst bevarade hemligheter. Vi övernattar på regionens charmigaste *locanda* och lever livet i maklig takt.

Text **Elin af Klintberg** Foto **Buster Duro**

**A**tt säga att Sebastiano Petrelli har gröna fingrar skulle vara en underdrift. Snarare smälter han samman och blir ett med sin vildvuxna trädgård. Han smyger omkring barfota med lysande ögon i det som för mig bara ser ut som ogräs. Den trogna följeslagaren, hunden Baikal, följer varje steg han tar. Plötsligt dyker Sebastiano ner i en tuva och visar sedan stolt upp sitt byte som liknar ledsna maskrosblad.

»Detta, min vän, är senapsväxt som är en viktig ingrediens i min *Miraculous Soup*«, säger Sebastiano på oklanderlig engelska, som avslöjar hans bakgrund som entreprenör i London under 20 år. En vistelse som fick ett tvärt slut. En dag för fem år sedan fick Sebastiano nog. Han hängde av sig kavajen på sin påkostade kontorsstol och återvände till sitt barndoms Italien och den medeltida byn San Fantino i Cilento där hans familj bott i generationer.

»Längtan efter ett annat liv blev för stark. Jag orkade inte springa i det där hamsterhjulet där en spikrak karriär och ett fett bankkonto är

mättet på framgång. Jag ville jobba med kroppen igen.«

Han återvände till en del av södra Italien som såg nästan likadan ut som då han lämnade den. Bara en timmes bilresa bort ligger det glittrande, men hårt exploaterade, Amalfi med sina vykortsvackra vyer som lockat jetset, turister och nyfikna ända sedan femtioalet. Av den glamouren finns inget att hämta i det rustika Cilento. Är man ute efter stjärnbeströdda restauranger, boutique-hotell och påkostade yachter bör man stanna hos grannen i norr. Men letar man efter något annat, något mer orört och udda är Cilento platsen man ska göra det på. Samtidigt måste man veta vart man ska titta. Efter att ha skumpat runt i Sebastianos fyrhjulsdrivna Fiat i regionen Kampanien mälas ett varierande landskap upp. Å ena sidan med charmiga hamnstäder, fantastiska stränder, genuina locandor och historiska bergsbyar. Å andra sidan med övergivna byggarbetsplatser, slarvigt byggda lägenhetskomplex och plaststolar i drivor.

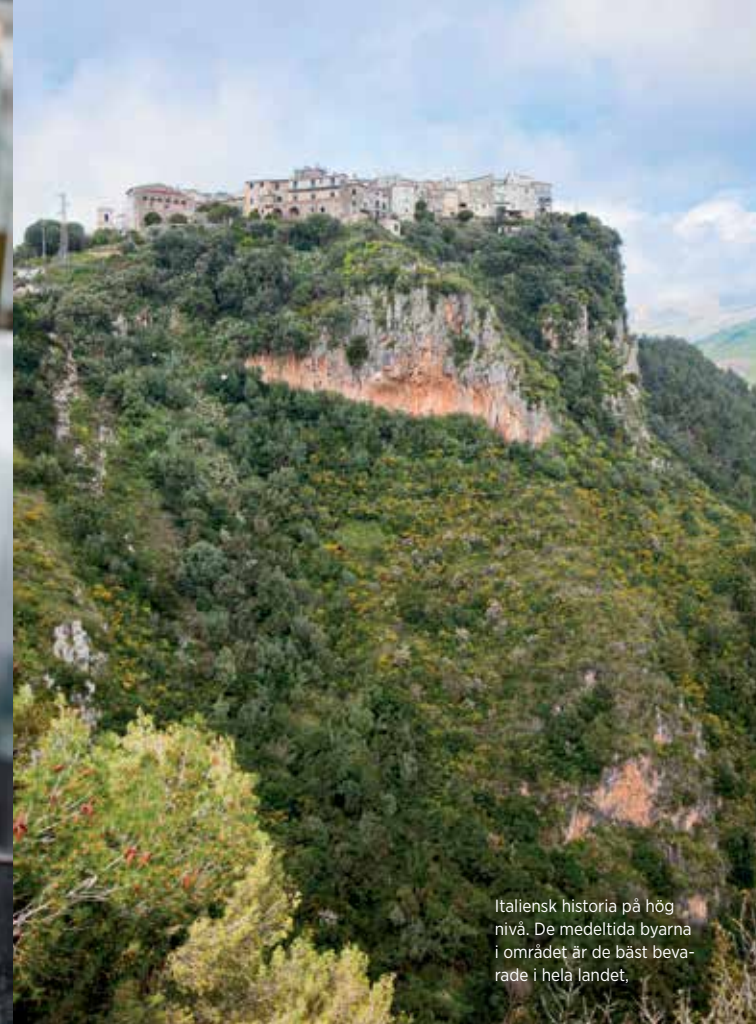
»Cilento är slow. Maten, musiken och livsstilen. Allt går långsamt«, berättar Sebastiano, samtidigt som han trycker



Sju rum, alla olika varandra, ryms i locandan. Konceptet är enkelt: rustik inredning och ljuvligt sköna sängar.



Lär dig kokkonst från Cilento med Sebastiano som håller kurser hela sommaren.



Italiensk historia på hög nivå. De medeltida byarna i området är de bäst bevarade i hela landet.



## »Frukt och grönt smakar mer eftersom de fått mogna långsamt i solen... Här är slow food inte bara ett modeord utan en livsstil.«

gasen i botten upp för den lilla grusväg som leder till eftermiddagsskuggan under ekarna på Locanda San Fantino.

Utsikten härifrån är häpnadsväckande. Vid klart väder kan man se den 25 meter höga Kristusstatyn i Maracea på andra sidan bukten. Böljande kullar sluttar ner i det klargröna, salta havet som vi samma morgon badat i. För en knapp hundring kan man från hamnen i Scario hoppa på en enkel utombordare och be om att bli körd till någon av de många små stränder som bara går att nå med båt. Då packar Sebastiano en mustig matsäck och en flaska vin, och så får man sin alldeles privata

strand en hel dag. Vattnet här är det renaste i landet tack vare de många marina reservat som satts upp längs med den vilda kustremsan som smyckas av grottor.

Vid den vackra, nyinrättade polen utanför hotellet ligger några av gästerna och läser. Ett ungt italienskt par från Milano är i Cilento för matens skull.

»Regionens buffelmozzarella och ricotta är bäst i landet«, säger Paola som tillsammans med sin skäggige pojkvän besöker regionen minst en gång per år.

»Vi brukar beta av bondgårdar och rustika krogar. Här är *slow food* inte bara

ett modeuttryck utan en faktisk livsstil. Vi köper alltid med oss vita limestora fikon och små röda kronärtskockor hem. Det är som om frukt och grönt härifrån smakar mer eftersom de fått mogna i solen i fred«, berättar Paola.

Ett äldre par håller sig lite i skymundan. De visar sig att de driver Londons hetaste societetsklubb, Loulou. Nu har de åkt till Italien för att vila upp sig några dagar. Robin Birley, en av Englands mest förmögna män och han fru Lucy som tidigare var gift med Brian Ferry, berättar att de letar efter ett hus i området.

»Engelsmän och italienare förstår varandra, till skillnad från fransmännen, de står jag inte ut med«, säger Robin.

Turistboomen i Cilento har låtit vänta på sig. Enligt Sebastiano handlar det dels om att två stora vägbyggen i regionen dragit ut på tiden och gjort området svårframkomligt, dels om att

det inte funnits några bra ställen att övernatta på.

Sebastiano och några andra efterföljare har löst det problemet. Den sandfärgade stora villan har sju rymliga och vackra sovrum: vitborstade väggar och terracottafärgade golv samsas med strävt sänglinne och spännande fynd som Sebastiano och hans hustru gjort vid den närbelägna floden. I det stora, eklektiskt inredda vardagsrummet med öppen spis, hemsnickrade möbler, piano och långbord skvallrar fotoböcker, drivor av National Geographic, utrivna recept och den stora skivsamlingen med jazz och opera om vem husets ägare är. För så är det, att checka in på San Fantino handlar om att överlämna sig i Sebastianos händer, och acceptera att man aldrig kommer få se röken av någon meny eller vinlista. Till frukost bjuds det på hemmagjord yoghurt, nybakat bröd och plommonmar-

melad, men frågar du efter en croissant fnyser Sebastiano bara. Middag intas vid långbordet tillsammans med de andra gästerna, och under högtidliga former bär Sebastiano, som den fantastiska värd han är, ut fyrrättersmåltiden som han lagat under flera dagar. Knubbig pasta, »cavatielli«, lamm i rosmarin och vitlöksmarinerade grönsaker pryder snart bordet.

»Allt jag serverar kommer från mina egna ägor, förutom vodka«, berättar Sebastiano och fyller på våra glas med *San Fantino Rosso* från 2010.

Men allt börjar med *Miraculous Soup*. Den knallgröna soppan som tillagats enligt hemligt recept. Nu ryker den från våra ockraröda djupa tallrikar. En tystnad lägger sig vid bordet samtidigt som den lena, välsmakande soppan ringlar ner i gommen. Någon suckar av välbehag. Sebastiano tittar ut över sina gäster och ser genuint lycklig ut. ●

## TIPS TOPP 3

**Här du bor du:** Locanda San Fantino ([sanfantino.com](http://sanfantino.com)) som kostar cirka 1 500 kronor per natt.

**Bonus:** Missa inte ett dopp i den närbelägna floden Bussento, kristallklart grönt vatten med små vattenfall.

**Bästa maten:** Seafood som smälter i munnen hittar man på krogen U Zifaro (Via Lungomare 43) nere i hamnen i Scario.

