



Molise är Italiens näst minsta region och är perfekt för naturälskaren.

## Regionen Molise i Italien

Text och foto // Sanna Rosell

**"Michelino! Michelino, vivi?" ropar plötsligt en kraftfull, klingande röst på italienska som bryter lugnet och tystnaden i trädgården. I grannhuset har de just blivit väckta av Michelina som varje morgon ställer samma fråga till den nästan 100-åriga Michelino, "lever du?"**

Jag hör inget svar från Michelino, men gissar att han bekräftar sin existens med ett sif, samtidigt som han tar en sipp på kaffet och väntar på det färska brödet som Michelina kommer med till frukosten. Kanske är det brödet från grannbyn Morrone idag, de som bakar med durummjöl och gör det extra luftigt? Eller så har brödbudet skickat med en nybakt grissini, för att göra Michelino extra glad?

Så här sitter jag och fantiserar om morgonbestyren på granngården. Jag funderar

om vad som kanske händer på andra sidan om de blommande rosorna, de silverskimrande olivträden och de doftande rosmarinbuskarna. Det är sånt här det finns tid till, i Art & Breakfasts trädgård i Ripabottoni i den italienska regionen Molise - tid till att lyssna, tänka, känna och titta.

**Pittoreska byn "Ripa" med känslan från förr**

Ripabottoni är en liten, mysig by i regionen Molise i Italien. Här känns livet "som förr" och i byn finns bland annat en trattoria, frisör, bar, skola, slaktare, skönhetsalong, affär och ett litet, hemtrevligt pensionat i hjärtat av byn. Ripabottoni har cirka 500 invånare, av vilka de allra flesta är bönder och odlar grödor på åkrarna som ligger vackert bland bergen, med utsikt

över böljande dalar och grönskande åkrar. Denna gömda pärla på Italiens östkust når man bäst genom att flyga till Rom. Sedan bör man hyra bil, resan tar ca 3,5 timmar från Roms flygplats Fiumicino till Ripabottoni. Vägarna är fina och skyltarna till byn är lätta att följa. Alternativt kan man åka tåg, från Rom till regionens huvudstad Campobasso, och slutligen buss till Ripabottoni.

Våra dagar i Ripabottoni börjar alltid i den här trädgården. Här dricker vi dagens första kopp kaffe, äter frukost och planerar vad vi ska göra just den här dagen. Vi får goda tips av svenska Karin, som bor i byn och driver det bed & breakfast vi bor på.

**Sköna dagar i tidlöst tempo**

Vi spenderar dagarna med att åka bil

mellan byar i Molise, vandra längs de antika stigarna tratturo, äta lokala ostar på piazzan och leta tryfflar i de svala skogarna. Det är en fördel att ha bil - men också en fördel att vara van bilförare, vi lär oss snabbt.

Vi snirklar oss fram till Morrone del Sannio, som vi redan från Ripabottoni hade skymtat högst uppe på sin bergstopp. Det är en liten sömnig by, byggd i robust sten som vid första anblicken kan se hård ut, men mjukas upp av de blommande växterna som snirklar sig runt dörrar och balkonger. På piazzan, byns torg, sitter fem pensionärer och samtalar. När de ser min kamera blir de ivriga och gestikulerar att de vill förevisas på bild. De ser ut som en lycklig, rynkig kvintett i en pastareklam.



I Molises byar råder det lugna livet, med tid för att umgås.



En perfekt pasta pomodoro med lokala tomater.

**Skogens svarta guld och andra delikatesser**

Upptäcktsfärden fortsätter till Casacalenda, ytterligare en by som ligger mjukt inbäddad i skogen. Här finns mejeriet La Fonte Nuova som tillverkar ostar av lokala, ekologiska råvaror. Vi får smaka varsin "mozzarellaboli" och äter den rakt av som ett äpple. Den färska osten smakar mjölkigt sött och sammetslent, men har även några stänk av syra och salta. Den vänliga tjejen i ostbutikens försöker förklara hur tillverkningen går till, men ursäktar sig ständigt för sin engelska. Vi, som tyvärr kan lika lite italienska som hon kan engelska, förstår trots allt att hon är mycket stolt över hantverket kring ostarna och kulturen som har gått i arv i många generationer.

Den lokala specialiteten caciocavallo är gjort på komjölk och formad som en Barbamamma, med mjuka kurvor och smal midja. Den ovanliga formen kommer från

sättet den lagras på - hängandes, med ett snöre om mitten. Smaken däremot, är mer vanlig. Lite sötstark och sträv, som visar sig vara en smaksuccé tillsammans med päron- och valnötsmarmelad som vi äter till frukost på vårt pensionat.

En annan typ av delikatess och tradition blir vi bekanta med i byn Busso. Här står en livlig och lockig hund vid namn Chicco redo när vi kommer hem till hans hussets gård. Dagen till ära ska vi vara med på tryffeljakt och äta en italiensk lunch med inslag av de dyrbara knölnarna. Chicco springer lyckligt omkring och markerar vid de träd han har luktat sig till tryffeln. Han visar sig ha rätt varje gång. Vi gräver upp tryffel efter tryffel och till slut har jag inte plats för fler i famnen.

Samtliga svampar (för tryffel räknas faktiskt som en underjordiskt växande svamp) är svarta, vilket är det vanligaste. Det finns även vita tryfflar som är de mest exklusiva eftersom de växer djupt ner i

### Vi tycker som du. Helgen är bäst!

Vi har utdelning på helgen när observationen är som högst och folk har mer tid att läsa. Läs mer på [www.sdr.se](http://www.sdr.se). Välkommen att kontakta Martin Sätretun.

  
**Svensk Direktreklam**  
OSMUNDGATAN 2, 703 63 ÖREBRO  
TEL 019-10 49 40, MOBIL 0703-09 25 58  
E-MAIL [adr512@sdr.se](mailto:adr512@sdr.se)



**Vi har det breda sortimentet  
Välkommen in!**

**HANS & SKOR%**

Återgatan 47, Örebro TEL 019-12 41 08



Vid kusten ligger staden Termoli, där sandstranden är lång och havet är klarblått.

jorden och är svåra att leta rätt på. Följande lunch är ett ljuvligt maraton av olika rätter – färskostar, grönsaker, bruschetta, polenta och kroketter – allihop smaksatta med tryffel. När huvudmåltiden, secondi, kom in visste jag att det inte fanns plats i magen för mer mat men smaklökarna suktade efter mer av den rostade, umami-starka tryffelsmaken. Känslan av att ständigt vilja ha lite mer av det härliga livet, är den röda tråden i vår italienska resa. När våra dagar i Molise är slut, har vi redan bestämt oss för att komma tillbaka – för en sådan här resa ger nämligen mersmak.

Tips på utflyktsmål i Molise:

- Ripabottoni: Förutom att "Ripa" är ett bra val att ha som utgångspunkt för att upptäcka Molise, är det även en mysig by att strosa omkring i.
- Providenti: Regionens bästa pizza äter

du här, hos Oasi!

- Casacalenda: Besök La Fonte Nuova och köp lokala delikatesser
- Termoli: I den lite större staden vid kusten finns fina stränder och en vacker, gammal stadskärna

Fler tips i Molise

Gillar du att vandra? Ta sikte på de antika "tratturos", de pre-romanska stigarna som herdarna vandrade mellan bergen och kusten när de vallade sina får. Vandringslederna går över ängar, genom skogar, i berg och längs stigar. Naturen är skiftande och ger ögat ständigt nya vyer att titta på. Gillar du att dricka gott vin? Regionen har tre DOC (ursprungsmärkning): Biferno, Pentro d'Isernia och Molise del molise. Den lokala druvan heter Tintilia och får enligt lag endast odlas i Molise på höjder över 200 meter över havet.



I Molise växer "det svarta guld", tryffeln, vilt.