




Panoramaweg Via Mortola nach San Rocco



Zweimal Omas Küche


 **NONNA NINA – San Rocco.** Das Dorf San Rocco liegt panoramisch auf der Höhe über Camogli und ist ein beliebtes Ziel von Ausflüglern, die ein paar Schritte auf der aussichtsreichen Via Mortola gehen und dann nicht mehr so recht wissen, was sie hier oben anfangen sollen. Die Notlösung ist dann die Bar *Dai Müagett* am Wege, mit einer mehrstöckigen Felsterrasse und weitem Meerblick, aber Focaccia aus der Tiefkühltruhe.

Die bessere Möglichkeit ist die Einkehr bei *Nonna Nina* oben im Ort. Bei Nonna Nina fühlt man sich wie in einem Privathaus: Die beiden kleinen Gasträume sind im Wohnzimmerstil eingerichtet, schmucklos bis auf ein wenig Keramik an den Wänden, draußen kann man auf der winzigen Terrasse sitzen, mit dem Blick auf eine große Schirmpinie. Der Empfang ist persönlich, die Speisekarte – konsequent im Dialekt gehalten – stellt allerdings auch italienische Gäste vor Verständnisprobleme. Die freundliche Bedienung erklärt zum Glück auch komplexere Angebote wie Kürbisravioli in

Piniencreme oder Stockfisch-Risotto auf hoch-italienisch und englisch. Die Küche ist klassisch und solide, die Gerichte sorgfältig zubereitet, Brot, Pasta und Dolci hausgemacht, die Karte saisonal geprägt. Bei den *secondi* dominieren eindeutig die Fischgerichte, einzige Fleischspeise ist das (sehr gute) Kaninchen mit Oliven und Pinien.

→ *Nonna Nina*, San Rocco, Via Molfino 126, Tel. 0185 773 835, Mi geschl. **Preise:** moderat.

Busse ab Camogli werktags 11.30, 12.50, 18.45, 19.30, 20.10, sonntags 11.55, 18.30 Uhr. Zurück (nur werktags) 14.20, 15.50 Uhr, abends keine Verbindung. Der Abstieg zu Fuß nach Camogli dauert eine knappe halbe Stunde.

 **TRATTORIA CORNUA – Cornua.** Die Anfahrt ist mühselig: kurvenreiche, immer schmaler werdende Bergstraßen führen von *Recco* oder *Sori* ins einsame Hinterland. *Cornua*: eine Häusergruppe 620 m über dem Meer, eine Bar – und im Hinterraum die Trattoria aus dem Italienfilm der fünfziger Jahre. Ein leicht chaotischer und entschieden

schlichter Wandschmuck aus Amateurgemälden, Sportpokalen, Wanduhr und Grünpflanzen rahmt jeden Mittag (außer montags) Dutzende von glücklich speisenden Einheimischen. Man fragt sich, wo in dieser verlassenem Gegend an gewöhnlichen Wochentagen so viele Leute herkommen – vom Andrang an den Wochenenden ganz zu schweigen. Das rege Stimmengewirr zeugt von verbreiteter guter Laune, und die ist angesichts der schmackhaften Hausmacherküche und der milden Preise leicht erklärlich.

Seit Jahrzehnten hat sich hier kaum etwas verändert – am allerwenigsten die Rezepte, die im wörtlichen Sinn aus »Omas Küche« stammen (nämlich von der »nonna« des jetzigen Chefs): die Pesto-Lasagne, die Pansotti in Nußsauce, das Kaninchen mit Oliven, die hausgemachten Dolci. Hauspezialität ist der ungewöhnlich cremige, mit Stracchinokäse zubereitete Pesto – eine originelle Variante des ligurischen Klassikers.

→ *Trattoria Cornua*, Strada del Monte Fasce, Tel. 0185 94 049. Nur mittags geöffnet, Montag RT. **Preise:** günstig.

Anfahrt: Cornua ist auf den Straßenkarten nicht eingezeichnet; auf der Straßenkarte des TCI (KÜMMERLY & FREY) finden Sie es am »O« des Monte Becco (nördl. Sori). Von *Recco* bis *Uscio*, dann Richtung Lumarzo, gleich hinter *Calcinara* (Fraz. Uscio) links auf die »Strada Panoramica d. M. Fasce«. Kurz vor der Osteria eine kleine Kapelle (»Cappelletta degli Alpi Monte Cornua«) – mit Traumblick auf Bergdörfchen und Küste. Ab *Recco* sind es 15 km. Oder von *Sori* auf schmaler Bergstraße nach *Sussisa* und weiter bis zur Strada del Monte Fasce.



Abgeschieden, aber vielbesucht: die Bucht von San Fruttuoso

San Fruttuoso

San Fruttuoso wäre ein magischer Ort – wenn sich seine Magie nicht mittlerweile herumgesprochen hätte.

Ein paar Häuser, ein alter Wachturm, ein Kloster in einer einsamen Bucht, die nur vom Meer her oder auf Fußpfaden zugänglich ist. Steile macchiabewachsene Hänge über hellen Steingebäuden, Wasser von unglaublichen Farben. Kleine Strände, einige Ölbäume...

So richtig ein Ort, den jeder für sich allein haben möchte. Weshalb man dort nie allein ist. Im Sommer wird 's eng, auch an warmen Frühjahrs- und Herbstwochenenden: Da wälzt, streckt und bräunt sich Einiges an den Gestaden, eigentlich ja kein ungewöhnlicher Anblick, aber vor der San-Fruttuoso-Abgeschiedenheits-Kulisse wirkt es eben obszöner als anderswo. Trotzdem lohnt der Ausflug unbedingt.