



REISVERHAAL  
ABRUZZO

# Op avontuur in Abruzzo

*Eens per jaar komen alle herders van de Abruzzen en hun dieren samen voor hét jaarlijkse evenement op de hoogvlakten van het Gran Sasso-gebergte. Als er in één Italiaanse regio veel kaas gemaakt wordt, en dus ook ricotta, is het hier wel.*

TEKST: [RALF GROOTHUIZEN](#) FOTOS: [JEROEN BERENDS](#)



Wie in de Abruzzzen woont, moet af en toe tegen wat eenzaamheid kunnen. Echt grote steden zijn er niet. In Italië staan de Abruzzzen bekend als de wildste regio van het land. De twee grote bergmassieven La Majella en Il Gran Sasso worden door sommigen 'de longen van Europa' genoemd. Zo schoon en groen is het hier nog. Wijzelf zijn iets buiten deze nationale parken gesitueerd, tussen Miglianico en Tollo, niet ver van de aan zee gelegen stad Pescara. In de nabije omgeving wijngaarden waar de heerlijke en op de Europese wijnmarkten aan terrein winnende montepulciano d'Abruzzo gemaakt wordt. Als we rond middernacht eindelijk aankomen bij onze Agriturismo Campo Letizia, staat eigenaar Nicola – type hippie jaren 70 in een geruite bermuda en rommelig baardje – ons op te wachten met een karaf van deze rode wijn. Hij heeft er eerder de dag twee perziken in gedaan en even in de koeling gezet. Precies wat we nodig hebben; verkoeling en wat fruitsuikers. We maken kennis met Nicola's vrouw Livia in een frisse zomerjurk. Ze vertelt dat ze morgenavond op basis van ricotta zal koken, speciaal voor ons. We zitten nog even in de heerlijke tuin van Campo Letizia waar fakkels in de grond zijn gestoken. Een verkoelende wind komt van zee. Het geurt naar bramen. We nemen plaats in de hangmatten tussen de bomen alvorens onze bedden op te zoeken.

## De wolf at de schapen op

De volgende ochtend wekt Nicola ons vroeg opdat we op weg kunnen naar het verderop gelegen Tocca da Casauria om daar op tijd te arriveren voor het melken van de geiten en de schapen. Via een kronkelige weg komen we aan bij het bedrijf Cantalupo, 'De wolf die zingt'. Antonio Lagatta, zijn vrouw Elvira en de Macedonische schapenherder Abdullah wachten ons op op het erf. Een paar honden beginnen gevaarlijk te blaffen. Abdullah roept ze wat onverstaanbaars toe en ze houden hun grote monden. Nicola gaat meteen over op zakendoen met Antonio. Nicola wil een paar geiten en schapen van Antonio lenen. "Ik heb er een paar nodig om het terrein rondom de olijfbomen schoon te maken. Zet je er een paar geiten op, dan kan daar geen grasmaaiër tegenop. Die vreten alles in een paar dagen helemaal kaal." Antonio zegt dat ze later wel een afspraak kunnen maken. Het werk van schapen- en geitenherder is een uitstervend beroep. Nog erg weinig Italiaanse jongeren zijn ervoor te porren. Meer en meer zie je dat Albanese, Macedonische en Roemeense jongemannen die sinds enkele jaren meer en meer naar Italië komen dit zware en niet heel goed betaalde werk overnemen van de Italianen. Zo ook Abdullah. Samen met zijn vrouw en hun dochtertje wonen ze op Cantalupo, in een tot huis omgebouwde stal.

**“Feitelijk is ricotta geen kaas.”**









's Nachts om 04.30 uur melkt Abdullah de schapen en geiten. Daarna brengt hij ze de heuvels in. Rond 09.00 uur komt hij terug waarna zowel hij als de schapen en geiten zich ten ruste leggen. Rond 16.00 uur worden ze nogmaals gemolken om daarna tot 21.00 uur weer de hoger gelegen weides in te gaan alwaar ze zich te goed doen aan honderden verschillende kruiden. In de Abruzzzen wordt trouwens een prima likeur gemaakt; Cento Erba heet het. Tijdens de lunch schenkt Antonio er een borreltje van.

Achter het bedrijf loopt het landschap steil omhoog, de heuvels van Morrone. Dichte bossen waarboven roofvogels cirkelen. Wie hier woont heeft continu te maken met dieren. De beer at de honing uit de korven die Antonio had opgehangen hoog in de heuvels. "Alleen al in de Morrone-heuvels hierachter leeft een moeder met haar zoon. Beren zijn geen kuddedieren; ze leven in grote territoria," vertelt Antonio. De wolven verscheurden enkele schapen toen de Abruzzzo-herdershond een nacht niet goed de wacht hield. De everzwijnen vernielden de complete waterinstallatie die de kersenboomgaard van voldoende water diende te voorzien en de vossen vreten de kippen op. In de Abruzzzen zie je daarom veel waakhonden. Ook bij Cantalupo liggen enkele stevige harige beesten aan de ketting en wandelen er wat over het erf rond. Op zijn knieën zit Abdullah tussen de schapen. Vanochtend heeft hij ze al uren meegenomen de heuvels in, en hij is net terug. Zijn shirt is doorweekt van het zweet. Een voor een neemt hij de beesten, ongeveer de helft van de kudde, tussen zijn benen en trekt ze kort aan hun uiers. De melk gaat in een emmer. Zijn dochtertje – een vroege leerling – loopt met een rietstengel tussen de dieren en drijft de dieren die niet luisteren in de handen en tussen de knieën van haar vader. Moeder staat langs de kant te lachen. Als hij alle dieren heeft gehad, geeft hij de volle emmers aan Elvira die ze meeneemt naar de keuken. Abdullah gaat daarna naar bed. Hij was vanochtend al om 04.00 uur op. Een ezel balkt in de verte. Elvira geeft hem wat bladeren van een boom te eten.

## Roestvrij staal

Cantalupo is mooi gelegen zo aan de voet van de Morrone-heuvels. De plek waar de ricotta gemaakt wordt, spreekt echter niet zo tot de verbeelding. Echt romantisch is het maken van kaas vandaag de dag niet meer. Bij bepaalde volksfeesten in het dorp wil Elvira nog weleens de oude gereedschappen erbij pakken, maar als ze kaas maakt die bestemd is voor de verkoop, dan mag dat niet eens. "Wetgeving omtrent hygiëne." Net zoals de wanden van de grot – die onder de boerderij ligt – sinds enkele jaren bekleed zijn met plastic. Nu noemt men het nog wel 'grot', maar ziet het er vooral uit als een atoomkelder. "We zijn soms net iets te gepreoccupeerd wat betreft hygiëne met z'n allen hier in Italië," vindt Elvira. Het is eigenlijk verbazingwekkend simpel, het











maken van ricotta. Het duurde alleen even voor men doorhad hoe het moest. Dat doet automatisch de vraag rijzen waarom we in Nederland enkel ricotta vinden die in fabrieken geproduceerd is en niet zo vers van de boer. Wat in Nederland overblijft na het maken van kaas gaat richting diervoederproducenten.

Laten we een moment de techniek induiken. Ricotta wordt gemaakt van de resten die overblijven na het maken van kaas. De emmers verse melk gaan namelijk de ketel in en na een proces van verhitten en draaien, blijft er een wrongel over. Die wrongel tilt Antonio met zijn brede onderarmen uit de ketel en verdeelt het over verschillende kaasvormen waarna het in een ijzeren bak wordt gelegd alwaar het af dient te koelen alvorens het la grotta in verdwijnt voor het rijpingsproces. Er blijft echter wat over, na het maken van de kaas: wei. Men wist lang niet wat met die wei te doen. Totdat men ontdekte dat bij heropwarming (circa 90 graden) van de wei er samenklontering plaatsvonden in diezelfde wei, en dat er opnieuw een wrongel werd gevormd. Door deze nieuwe wrongel uit te laten lekken in mandjes ontstond ricotta. Omdat de melk in feite tweemaal gekookt wordt, de eerste keer voor het maken van gewone kaas, en de tweede keer voor de ricotta, heet het product feitelijk ricotta. Ricotta betekent 'nogmaals gekookt'. Feitelijk is ricotta geen kaas, maar een bijproduct daarvan. Met zijn handen haalt Antonio de ricotta uit de ketel en verdeelt het over kleine bakjes. Elvira zet ze op een tafel alwaar ze afkoelen. Met een lepeltje laat ze ons wat proeven. Verser dan vers. Nicola van Campo Letizia sms't zijn vrouw Livia dat Mission Ricotta geslaagd is en dat hij vanavond thuiskomt met een kilootje of wat.

Abdullah is weer wakker geworden. Samen met hem lopen we een eindje de Morrone-heuvels in. Uit alle hoeken en gaten van de boerderij komen







honden aangelopen. Als echte lijfwachten omcirkelen ze de groep bestaande uit zo'n tweehonderd schapen. Achterop loopt een ouwe manke Abruzzoherdershond. "Geen wolf die het in zijn hoofd haalt om zo'n groep te benaderen als al die honden erbij zijn," vertelt Antonio vanuit zijn jeep die naast ons rijdt. We wandelen nog een stukje verder omhoog met Abdullah en zijn kudde, en als het zweet ons op de rug staat, nemen we afscheid en keren per jeep terug in het dal alwaar Nicola inmiddels de mandjes ricotta in zijn achterbak staat te laden. Antonio zegt dat hij volgende week wat geiten langs komt brengen voor de schoonmaakronde in het olijfgaard.

Bij terugkomst op Campo Letizia staan de dochters van Nicola en Livia en hun nichtjes in hun zomerjurken met rieten mandjes in hun hand in de berm van de wijngaard grote bramen te plukken. Met drie manden vol keren ze even later terug in de boerderij. Daar is Livia bezig om een ricottataart met bramen, een ricottasoufflé en handgemaakte sagne (soort pasta) met pesto en ricotta voor te bereiden in haar keukentje. Ze probeert zo veel mogelijk, zo niet uitsluitend verse producten te gebruiken, opdat haar gasten 's avonds wederom tevreden in de hangmat in slaap vallen.

## SLAPEN

### Azienda Agrituristica Biologica Campoletizia

Wij reisden via Authentic Abruzzo, gespecialiseerd in reizen door de Abruzzes sinds 1996. Campo Letizia is een heerlijk afgelegen tikkeltje alternatief landhuis waar een Italiaanse familie het de gasten naar de zin maakt. Voor Livia en Nicola is sfeer ontzettend belangrijk. Het huis ademt landelijkheid. De keuken is van een zeer hoge biologische kwaliteit. Het leuke aan Campo Letizia is dat Livia en haar moeder voor alle gasten koken. Iedere avond eet u gezamenlijk met de andere gasten, Nicola, Livia en hun kinderen aan een grote houten tafel in de woonkamer en bij mooi weer buiten in de wilde tuin. De gastenverblijven zijn comfortabel en uitgerust met airco.

Contrada Elcine 71, 0039 0871-951225.

info@campoletizia.it, campoletizia.it. Meer informatie over Authentic Abruzzo op [authentic-abruzzo.com](http://authentic-abruzzo.com).

### Autohuren

Wij kozen voor Sunny Cars. Hun voordelige all-inclusive tarieven en meer informatie vindt u op [sunnycars.nl](http://sunnycars.nl) of bij uw reisbureau.

### Vliegen?

Alitalia vliegt acht keer per dag rechtstreeks van Amsterdam Schiphol naar Rome Fiumicino. Vanuit Rome vliegt Alitalia ook naar 25 andere mooie Italiaanse bestemmingen. Voor reserveringen en informatie kijk op [alitalia.com](http://alitalia.com).