

ESPERIENZE  
PIACERI  
PASSIONI

# lifestyle



**Frutto vitaminico.**  
Anche l'avocado toast, oltre agli humamaki, piace agli italiani e spinge i consumi

**Cibo e benessere**  
Avocado, semi di lino e the matcha  
Crescita record per i consumi di healthy food

Le vendite del solo frutto tropicale e dei prodotti alimentari che lo contengono sono quasi raddoppiate in un anno (dati Nielsen). E secondo Just Eat gli ordini di piatti con questo ingrediente sono aumentati del 25%, trainati dall'humamaki  
[www.ilsolo24ore.com/food](http://www.ilsolo24ore.com/food)



Iscriviti alla newsletter Lifestyle  
Tutte le news della settimana in un unico appuntamento  
[240.it/newsletter](http://240.it/newsletter)

.professioni .casa — LUNEDÌ .salute — MARTEDÌ .lavoro — MERCOLEDÌ .nòva.tech — GIOVEDÌ .moda — VENERDÌ .food — SABATO .lifestyle — DOMENICA

**Staycation.** Chi non parte può contare su cene in terrazze, giardini di grandi hotel e chioschi gourmet. O in barca, a Venezia

## Com'è buona la città: quasi quasi ci resto in vacanza

Federico De Cesare Viola

Malvista una forza centrifuga di tale portata, capace di svuotare e rendere spettrali i centri storici (e anche le periferie) delle nostre città. Lo sanno bene purtroppo gli showman, i ristoranti stellati, i grandi hotel che in questo momento stanno vivendo una situazione drammaticamente meno sostenibile rispetto alle destinazioni di mare o montagna. Mentre si tenta una fatica rinascita e si progettano soluzioni alternative, ci stiamo però accorgendo di quanto siano belle le strade, le piazze, le fontane, i parchi, persino le panchine, che prima erano occultate dalle frode di turisti. E la prospettiva di trascorrere l'estate in una dimensione urbana non è poi così desolante. Non importa che sia per scelta o per necessità: si può finalmente rivendicare con orgoglio la voglia di staycation, la tendenza che da anni racconta le virtù della vacanza a cortissimo raggio. È bene però organizzare una minima agenda di sopravvivenza, che di cose da fare, vedere e mangiare se ne possono trovare anche ad agosto.

**Al fresco, in terrazza o a bordo piscina**

A Roma si sono moltiplicati gli spazi all'aperto e le terrazze d'albergo consentono di godere di esperienze intime e inedite. Al Vilòn, ad esempio, boutique hotel a 5 stelle dal fascino singolare, che propone romantici tavoli da due (o da quattro) su tre terrazze private (per prenotare: 06 878187). Si può scegliere tra quelle delle suite Borghese e Melangolo, affacciate sul giardino segreto di Palazzo Borghese, e il Nido del Roof, per degustare "in quota", con un colpo d'occhio magnifico sui tetti di Roma, gli ottimi piatti dello chef Gabriele Muro, gli stessi in menù al ristorante Adelaide: la panzanella di mare, ad esempio, così come una delle migliori americane della Capitale. Al Rome Cavalieri, il luxury hotel che custodisce il ristretto La Pergola di Heinz Beck, ha inaugurato Vista 101, una lounge panoramica perfetta per un lungo aperitivo al tramonto con i cocktail di Angelo Severini - provate il Nitro Smash Basil a base di gin aromatizzato al limone e basilico con aggiunta dell'olio profumato nel parco dell'albergo - i piatti di Fabio Boscherò e i mignon del pastry chef Dario Nuti.

Spostiamoci nella periferia Ovest, quartiere Bravetta-Pisana, perché forse non tutti sanno che la più celebre salumeria con cucina della città, Roscilli (che a via dei Giubbonari al momento viaggia forzatamente con la metà dei coperti), ha lanciato una trattoria/pizzeria al fresco, a bordo piscina del centro sportivo Play Pisana, gestito dall'attore Max Giusti. Immerso

nel verde, tra campi da tennis e paddle, Roscillino è la versione più casual e popolare della casa madre, ma la qualità del servizio - con la regia di Bianca Maria Di Felde - e dell'offerta è la stessa: formaggi e salumi del banco, tartare e carpacci, primi della tradizione romana, frittare polpette. In più c'è l'ottima pizza (da non perdere la Napoli gialla) firmata da Luca Issa del Piccolo Buco. La trattoria è aperta solo la sera (nei weekend anche a pranzo) mentre durante il giorno c'è il Chiosco, con piccoli piatti e snack che dalle 18 in poi si trasforma in cocktail bar (06 66165068).

**Picnic tra grattacielo e brunch a domicilio**

Scegliete la vostra porzione di prato nei 17 mila metri quadrati del parco di CityLife, stendete la coperta e godetevi il picnic: è questa la proposta di Peck per allietare l'estate di chi resta a Milano. Durante il weekend c'è la versione brunch, in 4 diverse formule con alcuni classici come la caesar salad o il roastbeef. Dal martedì alla domenica si può invece ordinare il picnic aperitivo che può comprendere i panini al latte farciti col pinzimonio, da abbinare a cocktail o bollicine. In alternativa, si può personalizzare il cesto in vimini (che contiene posate e bicchieri, oltre al plaid) direttamente al banco gastronomia di Peck CityLife (02 36642600). Anche la nuova proposta d'asporto di Wicky's (per ordinare: 3388790530) si presta perfettamente



a un déjeuner sur l'herbe (o dove preferite): un brio artigianale ripieno di carne di manzo, servito con patatine e chips di patate da intingere in una salsa al pomodoro artigianale, accompagnato da una birra giapponese.

Al concetto di "staycation" Bulgari Hotel Milano ha dedicato proprio un programma di esperienze rivolte ai cittadini che, dopo il lockdown, vogliono godersi una vacanza senza spostarsi dalla città. Si può scegliere tra 5 diversi percorsi: dal B.Active, dedicato a fitness e benessere B.Family, con molte attività per bambini, al B.Private, per vivere l'hotel come fosse



**Agosto urbano.** Coccole gourmet a cortissimo raggio: in alto, a cena con menu dello chef Vito Mollica nel giardino del Four Seasons Hotel Firenze; a fianco, una delle tre terrazze private del boutique hotel Vilòn a Roma, con tavoli riservati per due o quattro persone



**Senza (troppi) turisti.** Da sinistra in senso orario, l'Edipio Re per un inedito pranzo a bordo, nella laguna di Venezia; il Bulgari Hotel Milano che ha 5 diverse proposte di staycation, il chiosco di Roscillino a Roma e il picnic di Peck CityLife, completo di plaid e cestino.

casà propria, con cene private in suite e picnic in giardino.

A proposito di giardini: quello maestoso, del Four Seasons Hotel Firenze è il luogo ideale per organizzare una cena in uno dei diversi angoli esclusivi (sotto il secolare Faggio Pendulo, sulla terrazza panoramica o nella Cappella privata del Palazzo). Il menù è personalizzabile ma tutti i piatti recano la firma, inconfondibile, dello chef Vito Mollica. L'altra novità dell'estate è il "brunch a casa", per rivivere tra le mura domestiche la celebre esperienza domenicale da la sontuosa selezione di

piatti dolci e salati, freddi e caldi, da accompagnare alle migliori etichette (Info: [ilpalagioristorante.it](http://ilpalagioristorante.it))

**Pranzo in laguna**

Profondamente colpita dalla crisi, Venezia sta provando a ripartire con un ritmo più slow. La città non è mai stata così bella, senza gli abusi dell'over-tourism, e c'è un'esperienza straordinaria da fare per coglierne tutto il fascino: un inedito pranzo a bordo dell'Edipio Re, storica imbarcazione sulla quale il pittore Giuseppe Zigaina e Pier Paolo Pasolini condivisero epiche traversate. Durante il tragitto si assaggiano i ci-

cheti e piatti di sei tra i migliori ristoranti, preparati live dagli chef: Antiche Carampane, Alle Tessiere, Al Govo, Local, Glam Enrico Bartolini e Oro Restaurant del Belmond Hotel Cipriani. L'iniziativa, curata da Sybille Righetti, si chiama Alimento Ancora ed è promossa dalla Edipio Re Srl Sociale in collaborazione con Alpes Inox (Info al 339 1699806). Si parte in tarda mattinata e si conclude la navigazione con un aperitivo al tramonto nel bacino di San Marco. Nel mezzo c'è anche il tempo per un tuffo, proprio lì dove la Laguna incontra il mare.



**UN'ESTATE DIVERSA**

**IN LAGUNA**

### L'approccio eco friendly della Corte di Gabriela

Un piccolo albergo nato dal recupero, iniziato nel 2012, di un antico palazzo veneziano: è Corte di Gabriela, che ha ottenuto il certificato europeo di hotel eco-sostenibile. La domotica installata in ogni locale del palazzo consente di ridurre al minimo gli sprechi e la dispersione termica senza limitare il comfort degli ospiti; in tavola si trovano sempre prodotti del territorio, a chilometro zero e legati alla stagionalità. Il pionieristico approccio eco-friendly si avverte anche nelle camere, dove il riscaldamento è autonomo e potenza e calore del getto della doccia sono garantiti da un innovativo sistema di moto-condensatori a risparmio energetico. Info e prenotazioni: [www.cortedigabriela.com](http://www.cortedigabriela.com).

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**Dettagli.** Per colazione, su ogni tavolo della terrazza dell'hotel c'è una moka colorata e dal sapore vintage

**SARDEGNA**

### The Box Poltu Quatu, spettacolo con vista mare

Inaugurato venerdì 31 luglio, proseguirà fino al 30 agosto Dinner Show, un evento curato da The Box, società che organizza spettacoli con artisti di punta provenienti da show come America's Got Talent, Cirque du Soleil, Queen of the Night e che dalla sua nascita ha prodotto oltre 2 mila eventi nel mondo. Il tutto accade a Poltu Quatu (porto macedonio, in sardeo), nel nord dell'isola: lo spettacolo serale si svolge sulla terrazza del Grand Hotel Poltu Quatu, con vista sul porticciolo di questo "piccolo fiordo mediterraneo" a pochi chilometri da Olbia. Il format The Box Poltu Quatu unisce l'esperienza enogastronomica all'intrattenimento live, tutto nel rispetto dei protocolli di sicurezza anti Covid.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**Fino al 30.** Le serate organizzate a Poltu Quatu (Olbia) proseguono per tutto il mese

**SULLE DOLOMITI**

### Le note di Morricone per la Protezione civile

Le note di Ennio Morricone risuonano tra le Dolomiti, a quasi 2.000 metri, per dire simbolicamente grazie a chi si è speso per gli altri in questi mesi. Il 7 agosto alle 10.30 nel Bosco degli Artisti a Falcede, galleria d'arte a cielo aperto nel cuore della ski area San Pellegrino sulle alpi bellunesi, il progetto musicale ideato da Diego Basso «La mia Terra» unirà musica e bellezza. L'Orchestra ritmico sinfonica filiana, diretta dal maestro Basso suonerà brani tratti da film come Nuovo cinema Paradiso e La leggenda del pianista sull'oceano di Giuseppe Tornatore. C'era una volta in America e Per un pugno di dollari di Sergio Leone, e Mission di Roland Joffé. Il ricavato sarà interamente devoluto alla Protezione civile del Veneto. Info: 0437 509252.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**A 2 mila metri.** Il concerto si terrà venerdì 7 agosto alle 10.30 e sarà diretto dal maestro Diego Basso