

NATURAI

N. 233 MENSILE - NOVEMBRE 2022 - 3 EURO

style

SERENA AUTIERI

ENRICO E IO: 12 ANNI
DI AMORE E PASSIONE
PER LA MONTAGNA

BEAUTY
TÈ NERO DETOX
TÈ VERDE ANTIAGE

TRUCCO: TUTTE
LE SFUMATURE
DEL BIANCO

MODA
3 TENDENZE
40 ACCESSORI
CHE FANNO
LA DIFFERENZA

**MATT
DAMON**

CHIEDO ACQUA
PULITA PER TUTTI

RESPIRA!
FAI IL PIENO
DI OSSIGENO
IN 5 MOSSE

VIAGGI
NOTTI MAGICHE
NEI CASTELLI
IN CAMPAGNA

VERDE
IL BAMBÙ MANGIA
POLVERI E SMOG

TAVOLA
MELAGRANA:
LO SPRINT IN PIÙ
AI TUOI PIATTI

COLTIVA LA PACE

5 RITUALI DI GRATITUDINE PER TE, GLI ALTRI E IL PIANETA



CAIROEDITORE



Daniel Breidt

natural
VIAGGI

Dormire in un castello

Dall'Alto Adige, ricco di testimonianze, alla piccola Istria, un viaggio nella storia tra antichi manieri, città fortezza e aristocratiche dimore di campagna aperte all'ospitalità

A cura di **DIANA DE MARSANICH** - Testi di **LUISA TALIENTO**

SAN MICHELE D'APPIANO (BOLZANO) - ALTO ADIGE

Soggiorni regali

Le loro pietre sanno raccontare delle storie. Sarà per questo che i castelli esercitano un fascino unico. In Alto Adige ce ne sono a centinaia, tanto che esiste la Burgenstrasse, la Via dei castelli, che permette di conoscere i più famosi (www.suedtirol.info). Molti di questi si sono trasformati in alberghi di charme, per un soggiorno dal fascino "reale". Come lo Schloss Freudenstein: si trova ad Appiano, immerso tra i rigogliosi vigneti che colorano l'Oltradige, ed è il punto di partenza per un itinerario tematico, tra manieri e torri merlate, che porta a Castel Firmiano, uno dei più antichi altoatesini (il suo nome originario Formicaria risale al 945). Qui l'alpinista Reinhold Messner ha realizzato il primo dei suoi musei dedicati al rapporto tra l'uomo e la montagna. Vale la pena di raggiungerlo a piedi, con una passeggiata che parte da Ponte Adige, per entrare in sintonia con il luogo (www.messner-mountain-museum.it). Da Misiano, invece, in poco meno di un'oretta si arriva a Castel d'Appiano, costruito nel 1130 dal conte Ultico II, che troneggia su una parete rocciosa. Ha mantenuto il suo aspetto originario e ospita un ristorante dove assaggiare i canederli (menu da 28 euro, www.hocheppan.it). E, poi, si può provare il percorso per il tiro con l'arco che si snoda nel bosco, proprio sotto il castello. ▶

Vacanze da fiaba

Lo Schloss Freudenstein è un elegante maniero che sorge a 411 metri di altitudine, a San Michele d'Appiano. Venne eretto nel XIII secolo come "castello di gioia, armonia e festa". Una vocazione che è stata rispettata dalla proprietaria Karoline Fink e dal figlio Peter Gostner che si sono occupati del restauro conservativo, durato oltre cinque anni. Oggi il maniero è una residenza di charme dove passare vacanze da fiaba.



Shayne Thomas



Schloss Freudenstein

Il castello ospita solo 16 suite (a lato, la Renaissance), arredate con pregiati tessuti e tappezzerie in cui i mobili antichi sono stati accostati a elementi moderni. Una scelta che caratterizza anche altri ambienti, come la Sala Veneziana con il pianoforte a coda nero (in alto, nell'altra pagina), su cui la proprietaria impartisce lezioni. È al centro del salone

illuminato sia da grandi finestre sia da luci contemporanee. La cucina è curata dallo chef Danilo D'Ambra e c'è anche una cappella per celebrare i matrimoni. Doppia in b&b da 280 euro per due persone.

Info: Schloss Freudenstein,
San Michele d'Appiano (Bz). Tel. 0471.661308;
www.schlossfreudenstein.com

Karin Apollonia Müller





L'ala nord del Castello Fai, nel centro storico di Fai della Paganella.



Il complesso di Buttrio, sulla sommità della collina Pampinutta.

FAI DELLA PAGANELLA (TRENTO) - TRENTINO

Da casa di caccia a "Ciastel"

Si aprono le persiane di legno rosse e bianche e si respira l'aria fresca e pulita del massiccio del Brenta. Il "Ciastel", come lo chiamano gli abitanti di Fai della Paganella, è un piccolo maniero del XVII secolo, voluto dai conti di Spaur per le loro avventure di caccia. Oggi è un rifugio ecologico per chi la mattina, dopo la colazione, vuole passeggiare nei sentieri tematici, suddivisi per difficoltà e durata, che s'inoltrano nel Parco del Respiro. Si estende su 36 ettari di faggete con postazioni per fare stretching, meditare, abbracciare gli alberi, guardare il paesaggio ascoltando i suoni del bosco. Per mangiare sull'Altopiano della Paganella ci sono i Rifugi del Gusto, come il Meriz o il Dosson, che portano in tavola piatti preparati con ingredienti locali. In auto, in una ventina di minuti, si raggiunge il lago di Molveno, un gioiello turchese incastonato nella cornice delle Dolomiti del Brenta, per passeggiare o, in inverno, ciaspolare intorno al lago (www.visittrentino.info). E poi proseguire verso San Lorenzo in Banale, borgo nato dalla fusione di sette contrade, ognuna delle quali ha la propria cappella, il proprio santo, le proprie usanze.

Castello Fai

Offre appartamenti da 2 a 8 persone (a lato, la Residenza delle Contesse), restaurati con criteri ecologici. Appartamento, in solo pernottamento, da 189 euro per due notti (soggiorno minimo richiesto). **Info:** Castello Fai, Fai della Paganella (Tn). Tel. 351.9572425; www.castellofai.com



BUTTRIO (UDINE) - FRIULI VENEZIA GIULIA

Un maniero di campagna

Se visitando le Valli del Natisone o quelle del Torre viene voglia di trascorrere una notte regale, si può puntare sul Castello di Buttrio, un'aristocratica dimora di campagna. Da qui è facile raggiungere il capoluogo, che custodisce alcuni dei più bei tesori della regione, come il Castello di Udine che domina la città dalla collina, la loggia del Lionello, dallo stile gotico veneziano, e la cinquecentesca loggia di San Giovanni con la Torre dell'Orologio (www.turismofvg.it). Senza contare le osterie (da provare il Cappello, in Piazza delle Erbe), dove gustare un *tajut* (bicchiere) di vino, accompagnato da prosciutto e formaggio. Non è difficile, poi, incontrare borghi che nascono da corti agricole medievali, con castelli signorili e i casali dei braccianti intorno, come quello di Fagnana, cresciuto sotto i patriarchi di Aquileia, e intere città fortificate. La più bella? Palmanova, per la sua caratteristica forma di stella a nove punte, con al centro la Piazza d'Armi, su cui si affacciano il Duomo, i palazzi, le logge e i bastioni e il loro sistema di gallerie, da visitare per capire come si spostavano le truppe per difendere questa città-fortezza.

Castello di Buttrio

Offre camere in stile country che si affacciano sul parco (a lato, la Deluxe). Per gli ospiti degustazioni di vini della tenuta e l'Osteria di piatti stagionali. Junior Suite in b&b da 180 euro per due. **Info:** Castello di Buttrio, Buttrio (Ud). Tel. 0432.673040; www.castellodibuttrio.it