



# L'ITALIA IN PILLOLE

1 o 2 cpr al dì / 100mg

**SICILIA**

# Sicilia

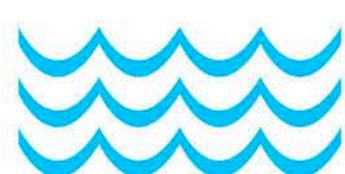
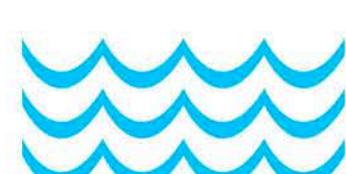


## BUCKET LIST

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> PASSEGGIARE TRA I BORGHI DI NOTO, MODICA E RAGUSA                          | <input type="checkbox"/> ASSISTERE AD UNO SPETTACOLO AL TEATRO GRECO DI TAORMINA                   |
| <input type="checkbox"/> GODERSI IL MARE ALLA RISERVA DELLO ZINGARO DOPO IL LUNGO SENTIERO COSTIERO | <input type="checkbox"/> LASCIARSI AFFASCINARE DALLA BAROCCA PALERMO                               |
| <input type="checkbox"/> VISITARE LA VALLE DEI TEMPLI DI AGRIGENTO                                  | <input type="checkbox"/> AVVENTURARSI TRA I SENTIERI CHE CONDUCONO A CAVAGRANDE DEL CASSIBILE      |
| <input type="checkbox"/> ESPLORARE LE GOLE DELL'ALCANTARA   | <input type="checkbox"/> RAGGIUNGERE LA CIMA DELL'ETNA E OSSERVARE I SUOI CRATERI                  |
| <input type="checkbox"/> RAGGIUNGERE ERICE IN FUNIVIA E AMMIRARE LE ISOLE EGADI                     | <input type="checkbox"/> FARE COLAZIONE CON GRANITA E BRIOCHE                                      |
| <input type="checkbox"/> INCONTRARE I DUE MARI ALL'ISOLA DELLE CORRENTI                             | <input type="checkbox"/> VISITARE UNA TONNARA  |
| <input type="checkbox"/> SCOPRIRE GLI ARCIPELAGHI DELL'ISOLA  | <input type="checkbox"/> ASSAGGIARE TUTTI I DOLCI A BASE DI RICOTTA (CANNOLI, CASSATA, CASSATELLA) |
| <input type="checkbox"/> TRASCORRERE UNA SERATA NEL BORGO DI PESCATORI DI MARZAMEMI                 | <input type="checkbox"/> LANCIARSI IN PARAPENDIO A LETOJANNI                                       |
| <input type="checkbox"/> FARE UNA SCORPACCIATA DI ARANCINE E PANELLE                                | <input type="checkbox"/> ASPETTARE IL TRAMONTO ALLE SALINE DI MARSALA                              |



mysocialwanderlust.com



Linosa

Lampedusa

- Alloggi unici
- Avventura
- Castelli
- Heartplace
- Cosa vedere
- Festival e Eventi
- Città e Borghi
- Sentieri e Riserve
- Spiagge e Isole
- Arte
- Storia

## Festival e Eventi



Sicilia

# Sicilia



## I MIEI LUOGHI DEL CUORE



Saline di Marsala  
Contrada Ettore Infersa  
91025 Marsala TP

Sul litorale tra Trapani e Marsala, è un luogo incantato che regala tramonti unici: l'acqua si tinge di rosa e delle sue mille sfumature, le nuvole e i mulini si riflettono in essa. Da Mamma Caura si può godere comodamente di questo spettacolo, sorseggiando un drink ad uno dei tavolini colorati. Di giorno si può esplorare l'isola di Mozia con un pedalò o una visita guidata. Tante le attività in Salina, tra passeggiate, visite al Mulino d'Infersa, percorsi benessere e "Salinaio per caso".



Oasi Faunistica di Vendicari  
Contrada Vendicari  
96017 Noto SR

In un'area di 15000 ettari, con 13 km di costa incontaminata, attraverso 3 diversi itinerari potrai incontrare i fenicotteri rosa e gli aironi; fare il bagno in un mare cristallino sulla spiaggia di Calamosche o sulla spiaggia di Vendicari, ammirando i resti dell'antica tonnara e la torre medievale; praticare birdwatching dai capanni di osservazione.



Isola delle Correnti  
96010 Portopalo di Capo Passero SR

A Portopalo di Capo Passero, comune più a sud d'Italia, si trova un luogo magico: l'Isola delle Correnti, lo spartiacque tra il mar Ionio e il mar Mediterraneo. Le correnti che si generano dall'incontro di questi due mari, danno vita a increspature e colori sempre diversi.

Sull'isola, facilmente raggiungibile dalla spiaggia grazie ad una fine lingua di pietra, sono ancora visibili i resti di un suggestivo faro, una piccola struttura militare in disuso e qualche abitazione.



Bue Marino  
91023 Favignana

Probabilmente la cala più suggestiva di Favignana, una imponente scogliera bianca a picco sul mare. Io ho scelto di visitarla all'alba, quando era completamente deserta. Si accede attraverso un brevissimo sentiero in discesa che pian piano ne svela la bellezza! Siamo in una cava di tufo, i più coraggiosi, muniti di torcia, potranno addentrarsi tra i suoi cunicoli.

Il nome Bue Marino deriva dalla foca monaca che un tempo regnava in questi luoghi.



# Sicilia



## SENTIERI E RISERVE

**Riserva Naturale Orientata dello Zingaro**  
Tra Castellammare del Golfo e San Vito Lo Capo, è un luogo incontaminato con calette dall'acqua cristallina a ridosso di alte pareti rocciose, con cavane, una ricca vegetazione e qualche cinghiale; occhio alle api in spiaggia!

**Gole dell'Alcantara**  
Un canyon creato dal raffreddamento di antichissime colate laviche, con pareti alte oltre i 20 mt. Un luogo perfetto per praticare sport avventurosi o per rilassarsi sul fiume, con tanti sentieri panoramici da percorrere.

**Riserva Naturale Orientata Capo Gallo**  
È costituita dal Monte Gallo, massiccio carbonatico che termina con il promontorio Capo Gallo, sul quale è situato un faro che ne segnala la posizione. L'area costiera, modellata nelle forme più bizzarre, presenta molte grotte, alcune con graffiti preistorici. È necessario l'approdo marino per accedere alla riserva.

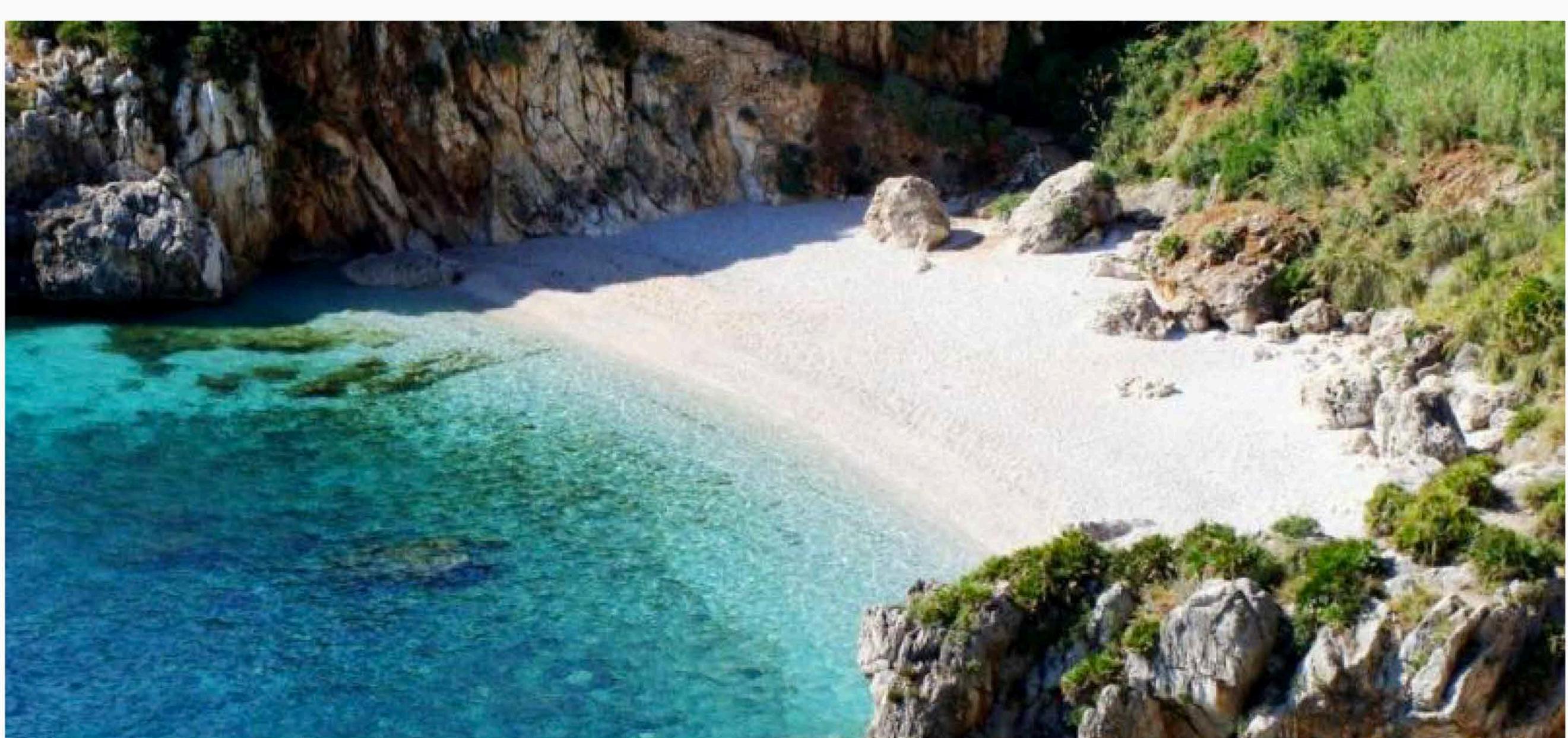
**Laghetti Marinello**  
Una riserva naturale orientata sotto il promontorio del santuario di Tindari, costituita da laghetti salmastri, formatasi probabilmente a fine ottocento. La grotta di Donna Villa, splendida cavità naturale a picco sull'acqua, è ricca di stalattiti e stalagmiti e sembra fosse abitata da una maga incantatrice che attirava i marinai col suo canto per poi divorarli!

**Cavagrande del Cassibile**  
Un'immensa riserva naturale con pareti scoscese, alte anche 300 mt, e vista panoramica sui "laghetti di Avola", formati dalle fresche acque del fiume Cassibile, in cui rigenerarsi dopo un percorso di circa 1700 mt (super consigliato).

**Parco delle Madonie**  
Istituito nel 1989, fa parte dei Geoparchi mondiali UNESCO. Comprende 15 comuni della città metropolitana di Palermo e il massiccio montuoso delle Madonie. Ospita oltre la metà delle specie vegetali e faunistiche siciliane, tra cui invertebrati, mammiferi e uccelli.

**Sentiero del Germoplasma**  
Realizzato per la caratterizzazione e conservazione del patrimonio genetico vegetale etneo, si estende su una superficie di circa 3 ettari, con vigneti, frutteti, ginestreto, piante di interesse forestale, specie aromatiche e officinali.

**Parco Naturale dei Nebrodi**  
La più grande area protetta della Sicilia, con fiumi, laghetti montani, prati fioriti, boschi secolari e il Monte Soro che raggiunge la quota massima di 1847 mt. Qui vivono molti rapaci e il cavallo sanfratellano, discendente forse dall'antico cavallo sicano.



# Sicilia



## COSA VEDERE - BORGHI E CITTÀ

Erice, borgo arroccato a 751 mt di altezza, raggiungibile in auto o in teleferica, è un susseguirsi di stradine strette e lastricate che si aprono su piazze inaspettate, come quella del Duomo, gioiello dalla facciata neo-gotica. Suggestivo il Castello di Venere, con i suoi giardini e le Torri del Balio. Da qui si gode di uno splendida vista sulle isole Egadi.

Sciacca, borgo marinaro dalle casette color pastello che si affacciano sul mare. Circondata da mura difensive che risentono dell'influenza araba e normanna, custodisce splendidi palazzi aristocratici.

Castellammare del Golfo, a ridosso di alte pareti rocciosi, è dominata dal castello di origini arabe che si erge sul porto, quasi a picco sul mare. Era chiamata "Al Madarig" dagli arabi per gli scalini che collegavano i quartieri.

Bagheria, città di Renato Guttuso e di Giuseppe Tornatore che qui ha ambientato alcuni suoi film, è famosa per le sue ville. Villa Palagonia, o "Villa dei mostri" per le statue grottesche che dovevano far sentire meno brutto il proprietario.

Noto, capitale del barocco siciliano, è costruita prevalentemente in pietra arenaria; passeggiando tra i vicoli del centro storico, si possono ammirare le eleganti chiese e i palazzi. Da non perdere Noto Antica, distrutta dal terremoto del 1693.

Modica, città natale di Salvatore Quasimodo, è famosa per il cioccolato. Qui sono state ambientate alcune scene de "Il commissario Montalbano". Il Duomo di San Giorgio unisce, attraverso una scalinata, Modica Alta e Modica Bassa.

Castelmola, panoramico villaggio poco distante da Taormina. Da non perdere il Castello, il Duomo, la Chiesa di San Giorgio e quella dell'Annunziata e l'eccentrico Bar Turrisi per gustare il vino alla mandorla tra oggetti dalla forma fallica.

Ispica, caratterizzata da un centro storico con forti richiami liberty e chiese tardo barocche, conserva resti di insediamenti umani risalenti all'Età del Bronzo nel Parco della Forza, con chiese e abitazioni rupestri.

Ganci, borgo medievale ai piedi dell'Etna, è caratterizzato da una cinta muraria, ripide stradine, palazzi signorili, case addossate l'una all'altra, alternate da chiese. Da non perdere il belvedere di Piazza del Popolo.

Santa Maria La Scala, nel territorio di Acireale, è un pittoresco borgo di pescatori che si sviluppa proprio attorno al porticciolo, "Scalo Grande", delimitato a sud dal "Mulino ad acqua" e a nord dalla "Grotta delle Colombe" di pietra lavica.

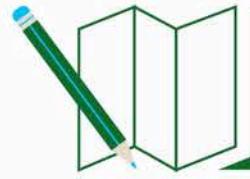
Scopello, l'ultima tappa di Ulisse prima di tornare a Itaca, è un minuscolo borgo del '600 che conta poco più di 100 abitanti. D'obbligo una visita alla Tonnara di Scopello che, con le sue 2 torri, ha subito diversi ampliamenti nel tempo.

Scicli, la città barocca dei 100 campanili. Via Francesco Mormino Penna e la piazzetta del Municipio sono il cuore della cittadina. Il "Cristo in gonnella" è un dipinto settecentesco custodito nella chiesa di San Giovanni Evangelista.

Acireale, Aci Trezza e Aci Castello, lungo la Riviera del Ciclope, sono tappe imperdibili, con le loro storie mitologiche e le Isole dei Ciclopi.

Savoca, il paese de "Il Padrino", è soprannominato il "paese dalle 7 facce" da Sciascia: ogni volta che si gira lo sguardo il paesaggio offre sempre una diversa veduta. Nella cripta del convento dei Cappuccini sono custodite 17 mummie.

# Sicilia



## COSA VEDERE

Museo delle Maioliche Stanze al Genio, Palermo. Un particolarissimo museo con più di 5000 esemplari di mattonelle maiolicate siciliane e campane, utilizzate come pavimenti e rivestimenti di un appartamento nel Palazzo Torre Pirajno. La collezione continua ad essere incrementata ogni anno con l'inserimento di nuovi pezzi.

Pagoda di Comiso, tempio buddista simbolo per la pace. Consacrata il 7 luglio 1997, dopo tanti anni di lavoro da parte del monaco giapponese Morishita, sorge lì dove, negli anni '80, molte persone manifestavano la non-violenza contro la base missilistica nucleare. Alta 16 mt e larga 15, è interamente bianca con la cupola rotonda sormontata da un pinnacolo.

Teatro di Andromeda, a Santo Stefano Quisquina. Un teatro all'aperto sospeso a 1000 mt di altezza, nel cuore dei Monti Sicani, dal quale si gode di un panorama unico che permette di scorgere Pantelleria. Interamente in pietra, è stato realizzato con 108 cubi che corrispondono alle luci della Galassia da Lorenzo Reina, pastore siciliano.

Bagno Ebraico di Siracusa, situato a 18 mt sotto il livello stradale, è alimentato da acqua pura sorgiva, nella quale la comunità ebraica siracusana era solita immergersi per "cancellare i propri peccati". L'ingresso porta direttamente al cunicolo scavato nella roccia, fino a una stanzetta rettangolare con 3 vasche in cui sgorga ancora dell'acqua.

Santuario della Madonna Nera di Tindari, su un promontorio a strapiombo sul golfo di Patti, con vista sui laghetti di Marinello, custodisce la statua bizantina della Vergine bruna dal viso allungato. La scultura fu trasportata qui per mare dall'Oriente per sfuggire alla persecuzione iconoclasta e diverse leggende sono legate alla sua storia.

Duomo di Monreale, dedicato a Santa Maria Nuova, è stato costruito da Guglielmo II d'Altavilla (1174). La facciata presenta un portico a trifora e 2 torri fortificate. Colonne antiche sormontate da capitelli di origine classica dividono le 3 navate. Le pareti delle 3 absidi sono rivestite da decorazione musiva in oro, realizzata da artisti di scuola bizantina.

Catacombe dei Cappuccini, Palermo. La più ampia collezione di mummie al mondo: lungo 300 mq di gallerie scavate nel tufo, i corpi mummificati di migliaia di cittadini palermitani di diversa età, estrazione sociale e religione, con gli abiti ancora perfettamente conservati.

Punta Secca, alla scoperta di Montalbano. Piccolo borgo marinaro, chiamato dalla gente del posto a *sicca*, per la piccola formazione di scogli di fronte alla spiaggia. Proprio sulla spiaggia si trova la villetta del commissario Montalbano, in origine un magazzino per il pesce, oggi un b&b.

Pantalica, una necropoli rupestre Patrimonio dell'Umanità Unesco. Databile alla tarda età del bronzo, presenta migliaia di tombe scavate nelle pareti rocciose a strapiombo sulla Valle dell'Anapo. Si accede da 2 comuni montani: Ferla (sentiero più breve) e Sortino. Da non perdere l'anaktoron, si trattava probabilmente di un edificio sacro.

Fonte Aretusa, una sorgente d'acqua dolce che giunge per via sotterranea fino all'isola di Ortigia, dove sgorga tra i papiri, creando un laghetto semicircolare. Secondo la leggenda Aretusa, una delle ninfe al seguito di Diana, si imbatte nel fiume Alfeo, che le apparve con sembianze umane. Impaurita, invocò l'aiuto di Diana che per proteggerla la trasformò in una fonte sul lido di Ortigia. Gli Dei, commossi dal grande amore di Alfeo, lo trasformarono nuovamente in fiume, affinché potesse rimanere accanto alla sua amata.

Orecchio di Dionisio, grotta artificiale a forma di imbuto, scavata nel calcare. Alta circa 23 mt, larga dai 5 agli 11 mt, si sviluppa in profondità per 65 mt, con un andamento a "S". Michelangelo da Caravaggio, visitando la grotta, la chiamò "orecchio di Dionigi" per le sue notevoli proprietà acustiche che amplificano i suoni.

# Sicilia



## A SPASSO NELLA STORIA



Valle dei Templi  
92100 Agrigento AG

È la più grande area archeologica al mondo e conta ben 12 templi dorici del periodo ellenico. Tra questi, di particolare interesse il Tempio di Giunone (450 - 440 a.C.); il Tempio della Concordia (430 a.C.) e il Tempio di Demetra (480 - 470 a.C.). E poi ancora santuari, necropoli, opere idrauliche, fortificazioni, Agorà e un Bouleuterion.



Segesta  
Contrada Barbaro  
91013 Calatafimi TP

In una posizione estremamente suggestiva, Segesta si sviluppa su un percorso collinare e conserva intatto il suo fascino attraverso i suoi 2 monumenti principali: il Tempio dorico, al di fuori delle mura cittadine, e il Teatro greco, dal quale si gode di una vista unica sul paesaggio circostante.



Parco Archeologico Selinunte  
Via Selinunte  
91022 Castelvetrano TP

È uno dei più grandi e affascinanti Parchi d'Europa, suddiviso in 7 aree con meravigliosi templi dorici, santuari, case e fortificazioni. A ovest dell'Acropoli si trova il Battistero bizantino; mentre lungo la valle del Gorgo Cottone il Quartiere artigianale. Sul Pianoro Manzurra si sviluppa l'Agorà.



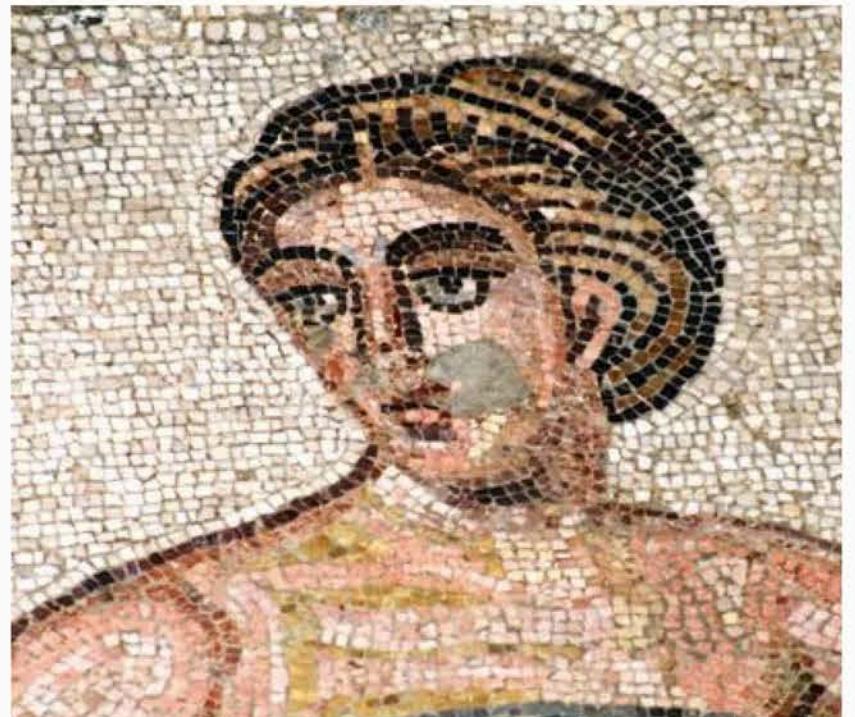
Teatro Antico di Taormina  
Via del Teatro Greco 1  
98039 Taormina ME

Iniziato dai Greci intorno al III sec. a.C., fu poi ristrutturato ed ampliato dai Romani che inserirono colonne, statue e coperture. Nato per ospitare rappresentazioni drammatiche o musicali, in epoca romana fu destinato ai giochi gladiatori. Si componeva di orchestra, scena, platea, portici, scale di accesso.



Villa Romana del Casale  
SP90  
94015 Piazza Armerina EN

La Villa, residenza di caccia di Massimiliano Erculeo, collega di Diocleziano nella gestione dell'impero romano, ha pavimenti mosaici realizzati da maestri africani, perfettamente conservati con scene tratte da lavori di Omero, scene mitologiche e immagini di vita quotidiana.



# Sicilia



## CASTELLI

Il Castello di Venere di Erice è citato tra i BORGHI da visitare



### CASTELLO CACCAMO

Costruzione difensiva a 4 torri, sorge sulla sommità di un roccione a 513 mt s.l.m.. Si può visitare la Sala delle Armi; ben conservati i pavimenti a mosaico, le scuderie e le logge.



### CASTELLO MANIACE

Ottimo punto di partenza per visitare l'isola di Ortigia. Si erge sulla sua punta estrema, a difesa del porto naturale o "Porto Grande" di Siracusa. L'interno è caratterizzato da una sala spaziosa.



### ACI CASTELLO

Sorge su uno sperone di roccia a picco sul mare ed è stato costruito in pietra vulcanica scura. Una scala in muratura conduce alla torre quadrangolare, alla cappella bizantina e alla terrazza.



### CASTELLO MUSSOMELI

Noto anche come castello manfredonico, è una fortezza eretta tra il XIV e il XV secolo, su una rupe ad un'altezza di circa 778 mt. Sembra sia abitato da diversi fantasmi.



### CASTELLO MILAZZO

Questa cittadella fortificata si staglia sul paesaggio di Milazzo alla sommità dell'antico Borgo. Il sito non ha avuto solo valenze militari, ma è stato anche parte di un borgo medioevale.



### CASTELLO URSINO

Voluto da Federico II di Svevia, su progetto di Riccardo da Lentini, fa parte del sistema difensivo costiero della Sicilia orientale. Pianta quadrata, 4 torri circolari agli angoli, mura in materiale lavico.



### MONTALBANO ELICONA

A circa 900 mt s.l.m., sovrasta l'omonimo abitato. Si compone di un nucleo più antico, forse normanno, e un nucleo aragonese. Il castello oggi ospita un auditorium e 2 musei.



### DONNAFUGATA

Dimora nobiliare il cui nome in arabo significa fonte di salute. 120 stanze che conservano il mobilio originale, un parco monumentale di 8 ettari, un labirinto in pietra e gli "scherzi" del barone.



### CASTELLO SPERLINGA

Costruito su una roccia, domina la città di Sperlinga. Parte del castello è scavata direttamente nella roccia arenaria, come le prigioni e la cavallerizza.



# Sicilia



## INSTALLAZIONI D'ARTE

### Cretto di Burri (1981)

La più grande opera di Land Art al mondo: una colata di cemento bianco ricopre il centro storico di Gibellina, distrutto dal sisma del 1968. Un cretto su scala ambientale dal forte impatto emotivo che testimonia la vita che c'era attraverso la memoria: l'artista ha ricostruito la pianta del paese trasformando le strade in solchi, in una sorta di labirinto. Il Museo del Grande Cretto, inaugurato nel 2019 all'interno dell'indenne ex chiesa di Santa Caterina, conserva fotografie, documentazioni storiche, plastici e proiezioni che raccontano la genesi dell'opera di Burri.



### 38° Parallello, Piramide (2010) - FIUMARA D'ARTE

In cima ad un'altura nel territorio di Motta d'Affermo, con gli scavi archeologici dell'antica città di Halaesa sullo sfondo, si erge una scultura di Mauro Staccioli. Si tratta di una piramide in acciaio corten, parzialmente sprofondata nel territorio roccioso, con una fessura lungo lo spigolo occidentale che lascia penetrare la luce solare all'interno. La piramide, generalmente legata ad un concetto di immortalità, qui lascia spazio alla transitorietà. Le sue coordinate geografiche centrano perfettamente il trentottesimo parallelo.



### Labirinto di Arianna, Castel di Lucio

L'opera, realizzata tra il 1988 e il 1989 dallo scultore Italo Lanfredini, fa parte della Fiumara d'Arte, un museo a cielo aperto (dalla storia turbolenta) nato nel 1982 da un'idea di Antonio Presti. Il labirinto è in calcestruzzo, un materiale dal colore simile alla terracotta, che volutamente non è stato levigato: in tal modo agenti naturali (sole, pioggia, vento) e visitatori nel tempo lo hanno trasformato e ammorbito. Un percorso a spirale in cui non ci si può perdere, ma solo ritrovare, al centro del quale è custodito un ulivo.



### Monumento per un Poeta Morto

La "Finestra sul mare", sulla spiaggia di Villa Margi, è l'opera più conosciuta di Fiumara d'Arte. Ideata da Tano Festa e dedicata al fratello poeta, è un'enorme cornice alta 18 mt, in cemento armato e armatura ferrosa, di colore azzurro intenso intervallato da nuvolette. Una finestra che incornicia il mare, quasi a delimitarlo e a costringerci a osservare quello scorci, ad ammirare quanto di bello abbiamo intorno e quanto troppo spesso diamo per scontato!

# Sicilia



## FESTIVAL E AVVENTURA

### Cous Cous Fest

A San Vito Lo Capo, ogni anno a fine settembre, una gara gastronomica internazionale con degustazioni, musica, spettacoli, cooking show, incontri culturali... Grandi chef da ogni parte del mondo si sfidano a suon di cous cous, ognuno con la propria ricetta, in un gustoso scambio culturale e gastronomico, insomma siamo davanti a un piatto che unisce le culture!

### Volcano Extravaganza

Un Festival d'arti visive, musica e performance sull'isola di Stromboli curato da Milovan Farronato e promosso da Fiorucci Art Trust. L'isola siciliana per 3 giorni si trasforma in un piccolo centro d'arte internazionale. L'atto conclusivo dell'ultima edizione (2019) si è svolto a Pompei.

### Infiorata di Noto

Un saluto alla primavera, ogni anno dal 1980, la 3° domenica di maggio, in via Nicolaci, fiancheggiata da palazzi barocchi e chiusa alla sommità dalla facciata concava della chiesa di Montevergini. Il sabato pomeriggio gli artisti tracciano le sagome dei riquadri, sempre ispirati a temi diversi, e la domenica mattina si da il via ai mosaici floreali.

### Carnevale di Sciacca

Tra le manifestazioni carnevalesche più conosciute in Sicilia, affonda le sue radici in una festa popolare e si ripete ogni anno dagli anni '20. Tutta la popolazione è coinvolta nella realizzazione dei carri allegorici che vengono posti in ordine di sfilata e assemblati la notte del Venerdì, mentre le sfilate si aprono il sabato e continuano fino al martedì prima della Quaresima. Il giovedì grasso è dedicato al Re del Carnevale, Peppe Nappa, maschera siciliana che apre la festa con la tradizionale consegna delle chiavi della città, e la conclude con il rogo del pupazzo che lo rappresenta.

### Salto dei Ventimiglia

Un'opera di affaccio urbano tra i vicoli di Geraci Siculo, una struttura in vetro e acciaio che si protende nel vuoto per alcuni metri, regalando una vista a 180° sul paesaggio circostante, sul Vallone del Torrente Grossi, sui Monti Nebrodi e sull'Etna. Ma prova a guardare sotto i tuoi piedi: il pavimento è di vetro! Il Salto è stato realizzato lì dove, nel 1337, il conte di Geraci Francesco I Ventimiglia, inseguito dalle truppe regie di Pietro II d'Aragona, si sarebbe lanciato con il cavallo precipitando nel dirupo sottostante.

### Parapendio

Vuoi conoscere la Sicilia da una nuova prospettiva? Allora prendi una breve rincorsa e lanciati in volo con un pilota professionista! Un'esperienza unica e sicura, con la possibilità di provare delle manovre acrobatiche per rendere il volo in parapendio biposto ancora più adrenalinico. Tanti i siti di volo, sparsi un pò in tutta la Sicilia.

### Trekking notturno a Stromboli

Un'esperienza emozionante, su uno dei vulcani più attivi al mondo, monitorato 24 ore su 24. Si sale all'orario del tramonto, si sosta in cima con il buio (il tempo di sosta varia a seconda dell'attività vulcanica dai 30 minuti ai 60 minuti) per poter godere al meglio dello spettacolo delle eruzioni e si scende in fila indiana con le torce. Si percorre, in circa 3 ore di salita e 2 ore di discesa, un dislivello di 918 mt.

### Sorgenti Fiume Sosio

Un percorso trekking lungo una strada sterrata per raggiungere la Sorgente di Monte Scuro, su Pizzo Potorno nel Parco dei Sicani. Tra i lecceti del bosco e le sorgenti del Sosio fino alla sua cima a 1000 mt s.l.m., in un percorso ad anello di circa 10 km e un dislivello di 380 mt con vista a 360° sui Monti Sicani.

# Sicilia



## SPIAGGE E ISOLE

### LE SPIAGGE PIÙ BELLI

- 📍 [Scala dei Turchi](#)
- 📍 [Calamosche](#)
- 📍 [Porto Palo di Menfi](#)
- 📍 [Torre Salsa](#)
- 📍 [Spiaggia di Macari](#)
- 📍 [Barcarello](#)
- 📍 [Balestrate](#)
- 📍 [Plemmirio e Pillirina](#)
- 📍 [Baia dei Francesi](#)

*Isole Egadi:  
Levanzo, Marettimo e Favignana  
con le splendide Cala Azzurra,  
Cala Rossa, Lido Burrone e  
Bue Marino*

*Isole Pelagie:  
Linosa (Cala Pozzolana), Isola  
del Coniglio, Lampione, Scoglio  
del Sacramento, Lampedusa  
(Spiaggia dei Conigli, Cala Greca,  
Spiaggia Guitgia, Cala Pulcino,  
Mare Morto, Cala Croce)*



### Isole Eolie:

- Lipari
- Vulcano
- Stromboli
- Filicudi
- Alicudi
- Panarea
- Salina con Baia Pollara

- [Balata dei Turchi](#)
- [Balate di Kattibuale](#)
- [Cala Levante](#)
- [Bue Marino](#)
- [Punta Spadillo](#)
- [Martingana](#)
- [Mursia](#)
- [Gadir](#)



PANNAZI  
PANNAZI

# Sicilia



## COSA MANGIARE



### primi



### secondi

Busiate con pesto alla trapanese, tipo di pasta fatto con i ferri per lavorare a maglia, con pomodori, mandorle, pecorino, aglio, basilico, sale e pepe

Pasta alla norma, con pomodoro, melanzane fritte, ricotta salata e basilico

Pasta con le sarde, rigorosamente fresche, e finocchietto selvatico

Cous cous, preparato con brodo di pesce misto, con aggiunta di aglio, cipolla, pomodorini, alloro e zafferano, cotto a vapore nel tajine

Pesce spada alla messinese, con sugo di pomodori pachino, capperi eoliani e olive

Gambero rosso di Mazara del Vallo

Involtini di melanzane fritti, ripieni di pan grattato, uva passa, pinoli e formaggio, ricoperti di sugo di pomodoro e formaggio, cotti al forno

Caponata di melanzane, a base di melanzane, sedano, cipolla, olive verdi, capperi

### gli imperdibili



### dolci

Cappero e passito di Pantelleria

Pomodoro pachino

Nero d'Avola

Bottarga di tonno

Pistacchio di Bronte

Caffè al pistacchio

Arancine (tonde o a cono, al sugo con ripieno di ragù e piselli) e panelle di ceci (frittelle di farina di ceci)

Pane cunzatu, strofinato con pomodoro fresco e condito con pomodoro, acciughe, caciocavallo, olio, origano, sale e pepe

Sfincione, pizza morbida con pomodoro, acciughe, cipolla, caciocavallo e origano

Cannolo, cialda di pasta arrotolata e fritta, con ripieno a base di ricotta di pecora, gocce di cioccolato e canditi

Cassata, torta a base di ricotta zuccherata, pan di Spagna, pasta reale e frutta candita

Cassatelle, ravioli dolci fritti farciti con crema di ricotta e cioccolato

Genovesi, dolci di pasta frolla con delicata crema pasticciera, tipici di Erice

Pasta di mandorle, biscotti morbidi

Granita (mandorla, caffè, pistacchio, gelso, fragola, cioccolato) con aggiunta di panna e brioche ad accompagnare

Cioccolato di Modica, con la lavorazione "a freddo" del cioccolato

# Sicilia



## GLAMPING E ALLOGGI UNICI



IUTA GLAMPING & FARM  
Contrada Bochini sn  
96012 Avola SR

Una storia d'amore, amore per la terra. Un agriturismo biologico con luxury lodges immerse nella campagna della Val di Noto, tra ulivi secolari e piantagioni di limoni. Qui la differenza la fanno davvero i dettagli: lenzuola di lino, saponi e creme eco friendly, sostenibilità, ma soprattutto la moka per il caffè!



Ciriga Sicily Glamping  
Via del Gorgo Salato  
97014 Santa Maria del Focallo - Ispica RG

Nella bella campagna mediterranea della Sicilia sud orientale, un glamping con tende che sono veri e propri appartamenti: 2 camere da letto, bagno privato, cucina e veranda coperta, fra carrubi, mandorli e ulivi, per vivere un'esperienza a stretto contatto con la natura.



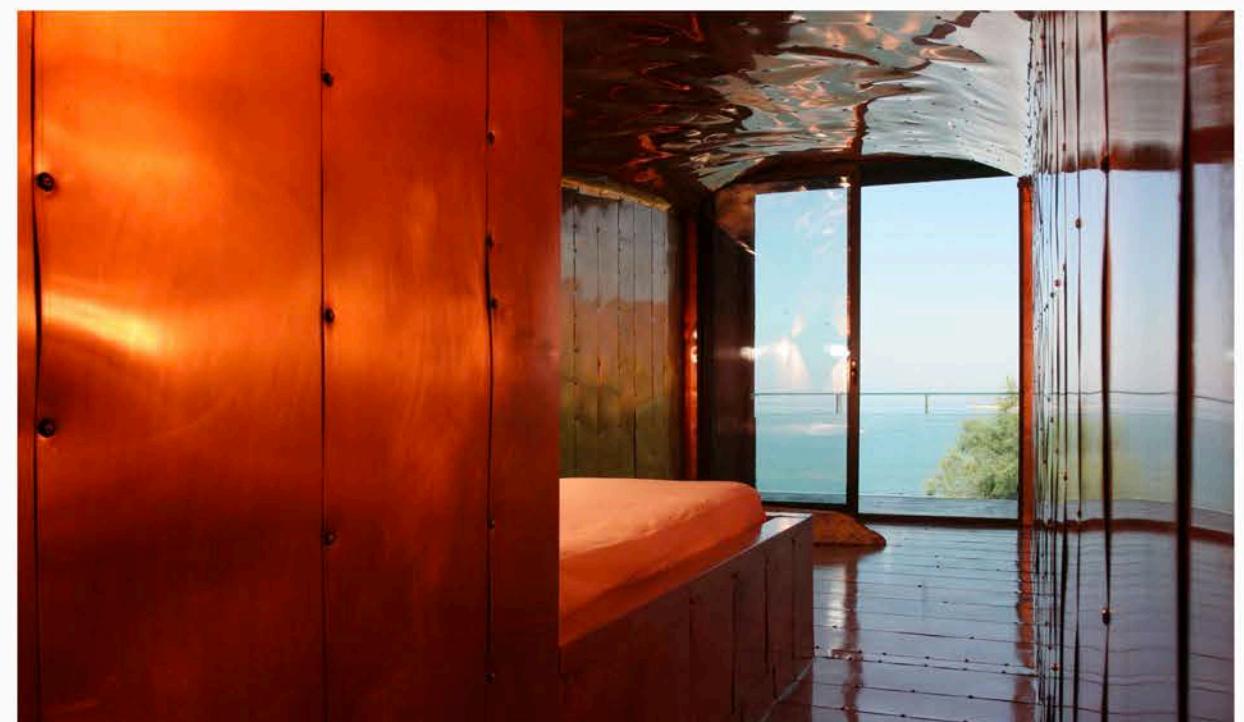
La Tonnara di Scopello  
Largo Tonnara di Scopello  
91014 Scopello

Un antico borgo marinario protetto da 2 torri medievali e riparato da 2 imponenti faraglioni, con 14 unità abitative dislocate in diversi edifici della Tonnara: la Palazzina padronale Florio, dove abitava l'amministratore; la Vecchia Amministrazione, il nucleo più antico sotto la torre medievale; il caseggiato, all'esterno del baglio, che ospitava gli alloggi dei pescatori e la casa del Rais.



MUSEO ALBERGO Atelier sul mare  
Via Cesare Battisti 4  
98079 Castel di Tusa ME

Addormentarsi in un'opera d'arte? In questo albergo-museo d'arte contemporanea si può! Un'idea del visionario Antonio Presti che ha affidato la realizzazione di 20 delle 40 camere ad artisti internazionali, creando così un museo vivo dove l'ospite-visitatore non ha più un rapporto con l'arte contemplativo o estraneo, ma può vivere l'opera stessa in un puro stato emozionale.



# Sicilia



## ALLOGGI UNICI



Masseria Susafa  
Contrada Susafa - Polizzi Generosa  
90028 Palermo

Un'antica masseria convertita in spazi per l'ospitalità, un rifugio per l'anima, avvolto dal silenzio e dalla natura siciliana. Un'accoglienza contadina che, sin dal 1870, guarda allo storico passato per dare maggiore valore alle esperienze del presente. Gli ambienti, luminosi e confortevoli, sono caratterizzati da un design ricercato senza tempo.



Cave Bianche Hotel  
Strada Comunale Fanfalo  
91023 Favignana TP

Un eco-design hotel nel cuore di Favignana, in una grande cava di calcarenite, realizzato con tecnologie costruttive poco invasive, materiali naturali ed ecologici, sistemi energetici solari, rubinetteria ad alto risparmio idrico e canalizzazione delle acque piovane. Un'ospitalità consapevole, tra agavi, melograni, agrumi, fichi e rosmarino, nel gioco di volumi ricavati con tagli verticali delle pareti della cava.



Azienda Agricola Marianeddi  
Contrada Marianelli 96017  
Noto SR

All'interno della Riserva naturale di Vendicari, un agriturismo in cui gustare ottimo cibo locale e pernottare in una delle comode camere che sorgono nella corte interna della struttura, per un'esperienza di totale relax.



Dimora Cala Del Pozzo  
C.da Pozzo Vecchio  
91023 Favignana TP

A pochi metri da Cala del Pozzo, un boutique hotel che conserva l'identità di una tipica casa rurale di Favignana di metà 800. La genuina ospitalità siciliana si fonde con un'atmosfera discreta ed elegante, in piena armonia con l'ambiente circostante. Ideale per chi è in cerca di quiete e intimità, a contatto con una natura incontaminata.



# Note

[MYSOCIALWANDERLUST.COM](http://MYSOCIALWANDERLUST.COM)



[marianna\\_sofianos\\_bonelli](https://www.instagram.com/marianna_sofianos_bonelli)



[My Social Wanderlust](https://www.facebook.com/MySocialWanderlust)



[MYSOCIALWANDERLUST.COM](http://MYSOCIALWANDERLUST.COM)