

Cerdeña: Playas y calas con aguas de color esmeralda

Cerdeña, tierra como pocas

Una tierra que como pocas puede mostrar señales evidentes de antiquísimas civilizaciones de su pasado. Cerdeña te guiará a través de un viaje descubriendo restos únicos que son de un altísimo valor arqueológico.

Cultura milenaria de usanzas y costumbres sardas, que se encuentran en la cotidianidad de tantas diferentes realidades en los centros habitados de zonas interiores de la esta isla y en los productos artesanales producidos y exportados a todo el mundo. Las fiestas y las celebraciones religiosas dan lugar a la explosión de colores y sabores típicos de la Cerdeña donde el turista se convierte en parte fundamental del espectáculo.

Cerdeña es una isla en el centro del mar mediterráneo, situada entre Córcega, la península italiana, Túnez y las Islas Baleares. Ocupa una superficie de 24.090 km², área similar a la de la Comunidad Valenciana. Tiene una población algo superior a 1.650.000 habitantes.

La capital de Cerdeña es la ciudad de Cagliari, situada al sur de la isla. Otras ciudades de importancia son: Sassari, Alguer, Porto Torres, Olbia, Tempio Pausania, La Maddalena, Ozieri, Nuro, Oristano, Iglesias y Carbonia.

Las dos ciudades más pobladas son Cagliari, capital regional, y Sassari, localizadas respectivamente al sur y al norte de la Isla.

Es típico el clima mediterráneo en gran parte de Cerdeña, excepto algunas zonas internas marcadas por un clima más rígido. A lo largo de la zona costera, donde reside gran parte de la población, los inviernos son suaves, gracias a la presencia del mar, con raras nevadas y los veranos calurosos y secos. En el interior de la isla, la baja humedad y la fuerte ventolera permite soportar fácilmente las elevadas temperaturas veraniegas, capaces de alcanzar normalmente los 35-40 °C. En las zonas más próximas a la costa raramente se alcanzan dichas temperaturas, pero se observa una humedad mucho más elevada, si bien la presencia del viento hace más soportable el bochorno.

La isla de Cerdeña es muy conocida por sus preciosas playas y calas con aguas de color esmeralda, como así también por los restos arqueológicos nurágicos. Los nuragues son las construcciones mas características de la isla sarda.

La isla fue conquistada por los fenicios, cartagineses, romanos, bizantinos, árabes, y finalmente por la Corona de Aragón.

Las zonas más turísticas de la isla son la Costa Esmeralda y Gennargentu. Es la segunda isla más extensa del Mediterráneo después de Sicilia.

Las cuestiones de Cerdeña que nos pueden interesar son muchas, durante o después de disfrutar de nuestras vacaciones.

La agricultura y la cría son las actividades económicas en la Isla de Cerdeña. La mayor parte de estas actividades tienen lugar en las áreas montañosas. En los años 70 se decía que el ganado de Cerdeña era de los mejores del mundo.

La pesca, es una actividad de las más importantes de la isla, los atunes son exportados a todo el mundo.

Cerdeña, es el lugar perfecto para venir y practicar diversas actividades al aire libre, es un paraíso natural y son muchas las posibilidades de recorrer senderos y diversos espacios al aire libre, cuevas, y demás, disfrutando de las vistas del Mediterráneo. Cerdeña es ideal para disfrutar de la naturaleza. Cualquier paraje natural de esta isla, son aspectos de Cerdeña que te encantarán.

Cerdeña, el lugar perfecto

Alghero ciudad catalana en Cerdeña que tiene una bonita playa de 5 km, en la ciudad su casco antiguo es un lugar que merece ser visitado, el sitio arqueológico de Palmavera con los "Nuraghes" del 1500 A.C., Capo Caccia con la Grotta de Nettuno.

El **Pueblo de Castelsardo** con el castillo medieval de los Doria, los granitos monumentales de Capo Testa cerca de Santa Teresa de Gallura en el norte, de frente a Córcega; no dejar de visitar Santa Teresa, pequeño pueblo con bonitas playas y torre española con vista panorámica hacia los acantilados de Bonifacio (Córcega).

Las **playas de la Costa Esmeralda** Capriccioli, Liscia Ruja, Spiaggia del Principe y muchas otras, visitar Porto Cervo y Baja Sardinia. El tramo de hermosa costa, conocida como la Costa Esmeralda tiene algunas hermosas playas y calas y aguas cristalinas excelentes para el buceo. Porto Cervo es el puerto principal, que resplandece con magníficos yates.

Visitar el archipiélago de la **Maddalena** y **Caprera** : los más bonitos colores del mar de Cerdeña y las calas de las islas Spargi, Budelli y Santa Maria

Las playas al sur de Olbia (Porto Istana, Porto Taverna, Cala Brandinchi y La Cinta).

Ver el corazón de la isla en la **región de Oliena-Dorgali-Orgosolo**: el **Supramonte de Cerdeña** . Visitar los lugares más salvajes de la isla con comida típica mediante. Ver los lugares de naturaleza virgen, lugares estupendos y solitarios.

Las playas al sur de Cala Gonone , en la costa este, son preciosas y diferentes de las playas de la Costa Esmeralda: Cala Luna, Cala Sisine, Cala Mariolu, Cala Goloritzé , cerca de ellas el pueblo de Dorgali y el puerto de la Caletta, cerca de Posada. Visitar la región de la **Costa Verde**, al sur de Oristano. Hay dunas (las segundas más altas de Europa): el lugar es precioso pero no es fácil de llegar, la ruta tiene curvas y sobre todo hay río, 2 vados sin puente y si hay mucha agua es mejor no arriesgarse sin una 4x4.

Ver el **sitio de Tharros** en el Sinis, con sus playas de San Giovanni y la de Is Arutas donde la arena parece arroz.

Visitar en el sur de Cerdeña: la **ciudad de Cagliari**, las playas de Villasimius, las playas de Teulada, Chia, Las islas San Pietro y Sant'Antioco, el sitio arqueológico de Barumini con el nuraghe lo mejor y más interesante de la isla.

Giuseppe Garibaldi el famoso revolucionario, paso los últimos años de su vida en la bella Isla Caprera, en la costa norte de Cerdeña. Exiliado de Italia, Garibaldi es el que está previsto para los de Nápoles y Sicilia con 1.000 "camisas rojas". Transbordadores regulares dejan en Palau de Caprera, a los visitantes para que puedan hacer un recorrido por la casa y el museo, que incluye su granja y su tumba.

Muchas son las tradiciones que siguen intactas en **Ouro**, aquí, los lugareños aun hablan la lengua original, el Sardo. La ciudad cuenta con un casco antiguo, donde destacan el Museo Etnográfico, y sus fantásticas colecciones de artesanía. Vale la pena buscar en esta región de Cerdeña pueblos antiguos y la cumbre de 3.300 metros del Monte Ortobene, que ofrece vistas magníficas.

Olbia gran puerto de Cerdeña; recibe transbordadores todos los días de Italia y también cuenta con un aeropuerto. La ciudad se jacta de su rica historia, la antigua muralla situada en el centro histórico es una de sus principales atracciones, junto con los baños romanos y la iglesia románica de granito. La ciudad también tiene excelentes restaurantes italianos, varios bares y pubs, mientras que las cercanas estaciones de la Costa Esmeralda y Porto Rotondo son una gran atracción.

El **Museo Arqueológico Nacional** de Cagliari, trata la historia antigua de Cerdeña a través de sus hallazgos arqueológicos. Artefactos importantes incluyen muchos artículos dejados por la civilización nurágica. Otro de los mejores museos de la isla es el **Mineraria delle'Arte Museo de Iglesias**, incluye artículos fascinantes del arte y la arquitectura de la historia de Cerdeña.

Gastronomía de Cerdeña, rica, variada y con mucho sabor

Cerdeña tiene una gastronomía rica, variada y con mucho sabor, donde se destacan productos como la pasta, los embutidos, los quesos, la miel, el aceite de oliva y el carasau, el pan típico de la zona.

Cabe destacar la fabada, entre los principales platos típicos, también, el cibettino, que se trata de ternera rellena con un cochinillo que a su vez contiene una liebre rellena, salchichas, cochinillo asado; dentro de la pasta, encontramos platos como los culirjoni (ravioli de forma cuadrada, rectangular o redonda, preparado con sémola, relleno de requesón y acelgas, o de queso, o de patatas y azafrán; Se lo suele preparar con ricas salsas acompañadas de queso de oveja rallado) o los malloreddus (de forma ovalada similar a la de una concha vacía, también llamado gnochetti sardi). Frecuentemente preparados con salsa de tomate fresco, salchicha seca y abundante queso de oveja rallado). En lo referente al pescado, destacan las parrilladas mixtas (lubina, dorada, sepia, sardina, etc.).

La estrella de los quesos es el sardo de oveja, queso con denominación de origen producido exclusivamente en Cerdeña. Dentro de los embutidos encontramos al capocollo, el guanciale, el sanguinaccio y la salchicha.

De los postres destacan los amaretti, "is pabassinas" con pasas y arrope añadidos, los helados italianos, pistoccus, tiliccas, pardulas, papassinas, etc...

Estos platos van acompañados por vinos de calidad como el Monica, Cannonau, Vermentino, Semidano, Moscato, Malvasia y Nuragus. También existen licores como el mirto, blanco y tinto, el licor del higo chumbo y el aguardiente, más conocido con el nombre de filu 'e ferru.

Cerdeña, pese de ser una isla, es de extrañar que las recetas más típicas son de carne y no de pescado como se podría suponer, y aunque en todos los sitios cercanos al mar se encuentran platos de pescado o marisco, no son tan famosos.

Los entrantes más característicos están compuestos de salazones (jamón, embutidos, etc.), queso de oveja de Cerdeña, aceitunas y verdura. Otra opción es el entremés de mar: mejillones, almejas, lapas, cangrejos, palomillas, pulpos, huevos de mújoles (bottarga) y langostas.

Las pastas y el pan

Malloreddu: las encontramos en toda Cerdeña, de forma oval muy parecida a una cáscara vacía con el dorso cebrado. Preparados con salsa de tomate, salchicha y mucho queso de oveja rallado (pecorino) son deliciosos.

Culurgioni: unos ravioli cuadrados, rectangulares o circulares rellenos de ricota, queso o patatas y azafrán.

Fregola: caldo de carne con pasta de sémola trabajada a mano con forma de pequeñas bolitas rellenas de ricota.

Pane frattau: hecho con el pane carasau mojado en caldo, sazonado con salsa de tomate y un huevo frito encima cubierto de queso de oveja rayado.

En la mesa se sirven diferentes panes, los más famosos son:

Pane carasau, conocido también con el nombre de pan música.

Pane guttiau, pane carasau sazonado con aceite y sal y calentado en el horno.

Pistoccu, mojarlo antes de servirlo para que no esté demasiado duro.

Carnes

Porceddu (cochinillo asado): cocinado en el asador aromatizado con hojas de mirto, se sirve caliente y se degusta con un buen vaso de vino tinto de Cerdeña. El mismo proceso se realiza también con la carne de cabra y de oveja. Es sin duda el plato más típico de Cerdeña.

Cordula: Los intestinos de las cabras y las ovejas recién nacidas enlazados de manera que vayan formando un recipiente lleno de trozos de estómago del mismo animal. Se cocina en el asador.

Los postres

Cebadas: masa sin levadura trabajada con margarina que se va cubriendo con queso agrio por el limón y la naranja rallados. Tiene una forma circular, se sirve frita poniéndosele encima azúcar o miel.

Casadinass: se parecen a unas pequeñas cestas de masa blanda con relleno de queso de oveja, azafrán, azúcar, vainilla y naranja rallada.

Papassinass: de forma romboidal, hechos con masa de sémola fermentada, huevos, nueces, margarina, almendras y a veces glaseados encima.

Torrone (turrón): hecho con miel, nueces, almendras y la clara del huevo. Recomendado por su exquisitez, el más popular se produce en el pueblo de Tonara.

Los vinos

Cerdeña tiene una tradición vinícola milenaria, pero sólo en los últimos años ha elevado la calidad de su vino a buenos niveles; entre ellos, seguramente los más famosos son el **Cannonau** y el **Vermentino**.

Días festivos oficiales en Cerdeña

1 de enero: Año nuevo

5 de enero: fin de las vacaciones de Navidad

6 de enero: Epifanía

16 de febrero: Sartiglia

Marzo/abril: Vacaciones de Pascua

25 de abril: Fiesta de la Liberación

1 de mayo: Día Internacional del Trabajo

2 de junio: Día de la República

11 de junio: Inicio de las vacaciones de verano

15 de agosto: Asunción

17 de octubre: Día Internacional de la Erradicación de la Pobreza

24 de octubre: Fiesta de las Naciones Unidas

1 de noviembre: Día de Todos los Santos

20 de noviembre: Día Internacional de los Niños

1 de diciembre: Día Mundial del SIDA

8 de diciembre: Inmaculada Concepción

25 de diciembre: Navidad

26 de diciembre: San Esteban