

AFRICA

Il tempo si è fermato

Spiagge tropicali, foreste immense, pochissimi resort. E le piante da cui nasce il cioccolato migliore del mondo. Le isole di São Tomé e Príncipe sono un dono della natura. Dove perdersi

testo e foto di ALDO PAVAN

Una spiaggia dell'isola di Bom Bom, di fronte alla costa nord di Príncipe, ricoperta dalla foresta tropicale.

La chiesetta di Santana, una piccola città sulla costa orientale di São Tomé. Di fronte sorge un'isola disabitata con lo stesso nome. A destra, Boca do Inferno, a São Tomé.



Yves Ramos ha imboccato con il fuoristrada un viottolo nascosto nella foresta tropicale. È una mulattiera acciottolata costruita dai portoghesi, ora in pessime condizioni. Si rincorrono nuvole basse. A tratti spunta il sole, a tratti cala una nebbia incerta. I grandi alberi del pane sembrano chinarsi al passaggio dell'auto. Una cortina verde, creata dalla vegetazione, nasconde il blu dell'oceano sottostante. Si avvanza a scossoni, all'ombra degli alberi di cacao carichi dei loro frutti maturi. La vettura ruggisce, la salita è ripidissima. “Questo è il *Forastero Amellonado*, il cacao più puro del pianeta”, spiega Ramos. La varietà fu trapiantata qui dall'Amazzonia negli anni Venti dell'Ottocento. Il Brasile si era reso indipendente dal Portogallo nel 1822, benché fosse rimasto nell'orbita dei sovrani lusitani. In vista però di una totale autonomia, il re portoghese aveva dato ordine di portare sull'isola africana di São Tomé e sulla vicina Príncipe le prime piantine.

Fu una scelta lungimirante, perché il cacao divenne presto prezioso come l'oro e nel 1889 il Brasile proclamò la repubblica. Nel giro di pochi anni **São Tomé e Príncipe** divennero i principali esportatori



Ribeira Funda, villaggio a ovest di São Tomé, che prende il nome da un fiume nel distretto di Lembá.

Nella pagina di destra, la spiaggia paradisiaca sull'isoletta di **Bom Bom**, di fronte a Príncipe, a cui è collegata da un ponte di legno lungo 140 metri.

di cacao del pianeta, il che implicava lo sfruttamento degli schiavi rapiti dai villaggi delle vicine coste africane. Ora Yves Ramos fa attraversare un tratto di foresta carico di umidità, prima di sbucare su uno spettacolare altopiano: sopra un mare di verde si erge il Cao Grande, un pinnacolo di roccia alto ben 360 metri, che compare e scompare sotto le nuvole. Ci si trova al centro dell'isola di São Tomé, nel **parco naturale di Obo**. Qui piove venti volte di più rispetto alla costa settentrionale dell'isola, molto più secca. Sembra una scena da *Jurassic Park*. Il Cao Grande è ciò che rimane di un primitivo cratere eruttivo. Le due isole di São Tomé e Príncipe facevano parte di una primordiale catena vulcanica che ha disegnato il paesaggio con picchi solitari che scrutano come guardiani il mare.

TRA MERIDIANO E PARALLELO ZERO

Quando Ramos punta verso la costa ed esce dalla foresta pluviale, il sole splende con un abbraccio di benvenuto. I piedi affondano nella sabbia fine di **Praia Piscina**. Qui tutto è come all'inizio del mondo, a cominciare dalle spiagge: bianche, ambrate, nere vulcaniche o gialle. E solitudine: palme da cocco, mare azzurro-turchese, nessun ombrellone o sedia a sdraio.

La sensazione è di essere i primi visitatori. Al tramonto ci si imbatte nelle piccole tartarughe che escono dal nido e si gettano frettolose, assediate dai falchi che pattugliano la loro comica e tragica corsa. São Tomé e Príncipe sembrano proiettate dal cielo nel **golfo di Guinea** per occupare un posto preciso ed evocativo: l'incrocio del meridiano zero con il parallelo zero. Una coincidenza geografica che le rende uniche, ma le tiene fuori dalle grandi rotte. São Tomé, grande come l'Umbria, e Príncipe, poco più estesa dell'isola d'Elba, distano meno di 250 chilometri dall'Africa, all'altezza del Gabon, e contano assieme 180 mila abitanti. Costituiscono una repubblica indipendente dal 1975 (sia pure con vicende politiche piuttosto turbolente in passato): hanno un parlamento e un presidente eletti dal popolo e una moneta propria. Dire che tutti gli abitanti si conoscono è troppo, ma ci si va vicino. Qui l'arte di vivere si riassume in due parole: *leve, leve*, che significa fare tutto con dolcezza e lentamente. È un'Africa tranquilla, a dimensione d'uomo, segnata da piccoli villaggi, come quelli che si incontrano lungo la costa occidentale di São Tomé, lungo cui si snoda la *Rota cacao*. “La strada del cacao permette di scoprire la quintessenza di questo Paese”, spiega Tiziano Piso-





1



2



3



4

ni, inventore anche della *Volta do cacau*, da percorrere in bicicletta. Pisoni è un tecnico che lavora per diversi progetti ambientali dell'Unione Europea. Vive da anni a São Tomé con la moglie Mariangela Reina, responsabile della ong italiana Alisei, che si occupa dello sviluppo del settore agroalimentare. Insieme gestiscono il resort **Mucumbli**. La *rota* parte da **Ponta Figo** e si imoltra nelle coltivazioni di cacao. “Qui non c’è una monocultura dannosa”, afferma Pisoni. “Le piante di cacao si mescolano con le altre della foresta. Non possono vivere sotto il sole cocente: per questo il cacao è rispettoso dell’ambiente e della biodiversità”.

A CENA NELLA ROÇA

Lungo il percorso si incontrano alcuni insediamenti coloniali che hanno segnato la storia delle due isole. Al tempo dei portoghesi la coltivazione del cacao avveniva nelle cosiddette *roças*, borghi rurali che comprendevano l’abitazione principale dei proprietari (spesso una splendida villa), la direzione della piantagione, i reparti con i macchinari, l’officina, la scuola, l’ospede-

dale e le misere casette dei lavoratori. Ogni *roça* era autosufficiente. Da qui il cacao e gli altri prodotti agricoli venivano spediti verso la costa a bordo di trenini e poi imbarcati verso l’Europa. Gran parte delle *roças* sono ora in pessimo stato. Dopo la proclamazione dell’indipendenza dal Portogallo, i colonizzatori hanno abbandonato le due isole. E per un certo periodo il governo, che aveva scelto un’impostazione comunista, ha cercato di sostenere l’attività agricola. Nel giro di pochi anni, però, la produzione di cacao è crollata: anche gli edifici, bellissimi, sono caduti in disuso. Ci sono alcune pregevoli eccezioni, come **São João**, dove un cuoco intraprendente, **João Silva**, ha restaurato la vecchia *roça* in cui abitava la sua famiglia per trasformarla nel miglior ristorante di São Tomé. La cucina è a vista, come vuole la tradizione isolana. I piatti sono una fusione di sapori africani, ripensati con la sapienza di un grande cuoco. Silva ha lavorato in Portogallo e in Francia. In tavola compare anche il cacao e le fave crude insaporiscono alcuni piatti importanti. Per dessert vengono servite le tavolette di cioccolato dell’ami-

1. Santa Catarina, un villaggio sulla costa ovest di São Tomé.

2. Un coltivatore della comunità di **Molundo**, a **Roça Diogo Vaz**. **3.** La raccolta del cacao nella stessa roça.

4. Una tartaruga a **praia dos Tamarindos**, a São Tomé.



1. Il **Mucumbli resort**, a Neves, sull'isola di São Tomé: è gestito secondo principi rigorosamente ecologici.
2. **Terreiro Velho**, a Príncipe: è la tenuta in cui, nel 1822, fu introdotta la coltura del cacao.
3. **Escursione** nella foresta pluviale dell'isola di Príncipe.

co Claudio Corallo. “È il più buono del mondo”, dice Silva. Corallo è un altro italiano sull'isola: un maestro del cacao. Vive da 42 anni in Africa e ha una storia rocambolesca. A 23 anni ha lasciato Firenze dopo la laurea in agricoltura tropicale. Ha lavorato, tra mille traversie, nell'ex Zaire (oggi Repubblica Democratica del Congo) coltivando caffè. Ora risiede a São Tomé ed è l'unico che, oltre a coltivare il cacao, produce il proprio cioccolato direttamente sull'isola.

IL SIGNORE DEL CIOCCOLATO

Tutti gli altri produttori esportano le loro fave di cacao perché vengano lavorate all'estero. Lui no. L'intera filiera è nelle sue mani: dalla piantagione alla tavoletta. “Bisogna lavorare con perizia e meticolosità”, afferma Corallo, mentre si muove come uno chef nel suo laboratorio: “Il cacao è come tutti gli altri prodotti naturali, l'olio, per esempio. Se la materia prima è buona si ottengono sapori eccezionali”. Le sue tavolette al 100 per cento di cacao realizzate a mano sono apprezzate in tutto il mondo. “Tengo sotto controllo ogni passag-

Commedia all'italiana

A São Tomé la più importante commedia teatrale è legata all'Italia. La rappresentazione si chiama *tchiloli*, si tiene ogni anno, in genere d'estate, dura cinque ore e porta in scena (all'aperto) la tragedia del *Marquez de Mantua*, il duca di Mantova. Secondo gli studiosi si tratta di una reliquia della seicentesca commedia dell'arte che si è conservata a São Tomé, arrivata forse con compagnie di attori girovaghi. La vicenda è narrata in lingua portoghese antica con prestiti dai dialetti locali. Descrive il processo seguito all'assassinio di Valdevinos, nipote del duca di Mantova, da parte di Carloto, figlio di Carlo Magno: ci sono le testimonianze davanti alla corte, le arringhe degli avvocati, la sentenza. I partecipanti indossano costumi fantasiosi e lo spettacolo si apre con il funerale-corteo dei figuranti, tutti uomini, mascherati. I passaggi cruciali sono sottolineati da una banda che riproduce, con strumenti africani, la fanfara portoghese.

gio per evitare l'amaro. Contrariamente a quanto si pensa, nel cioccolato come nel caffè, l'amarrezza è un difetto che proviene dalla piantagione, spesso da fave raccolte ancora acerbe”. La produzione di Corallo è interamente biologica, senza trattamenti chimici: “Si tratta di entrare con garbo nella foresta, senza ferirla. Solo così si ottengono le fave migliori e di conseguenza il cioccolato migliore”. La dolcezza del cacao è quasi lo specchio di quella delle spiagge: come *praia dos Tamarindos*, forse la più bella per il contrasto tra il turchese dell'oceano e il verde della foresta.

Un piccolo aereo collega tutti i giorni São Tomé con Príncipe. Le due isole sono divise da un braccio di mare di soli 140 chilometri. Il volo, straordinario,

supera picchi e montagne verdissime. In basso, è un susseguirsi di baie deserte. Príncipe è stata dichiarata riserva della biosfera dall'Unesco. Una volta atterrati, in cinque minuti di auto ci si affaccia sulla baia di Santo Antonio, un sonnolento paesino coloniale, eccezione urbana nella rigogliosa foresta pluviale. Tutto, qui, è natura. I turisti si godono l'eccezionale bellezza di **Bom Bom**, un resort di bungalow confortevoli adagiati sotto un tetto di palme. Un ponte lungo 140 metri porta su una piccola isola sulla quale sorge il ristorante. Le adiacenti baie sabbiose sono un susseguirsi di cartoline tropicali. Relax, massaggi e ottima cucina. Lo chef si rifornisce dai pescatori che arrivano al Bom Bom con le loro canoe, scavate in un unico tronco. Ma





Un paradiso **del pesce e della frutta**: a São Tomé e Príncipe tutto appare regalato, e in abbondanza, dalla natura

1. L'**Omalí Lodge**, a São Tomé city.

2. Una ricetta del ristorante di **João**

Carlos Silva,

nella **Rocha São**

João. 3-5. Lo chef

e una camera da

letto del **Bom Bom**

resort, a Príncipe.

4. Il **Mucumbli**

resort, a Neves,

sull'isola

di São Tomé.

qui non ci si ricarica di energia soltanto riposandosi in spiaggia. A piedi si raggiungono angoli incontaminati di foresta e di costa, accompagnati dalle guide. Ovunque si incrociano i voli degli uccelli tropicali. È una fiera della biodiversità. Oppure si va in canoa, in barca e a fare sub. “Siamo al centro del mondo, immersi in un’Africa primigenia che ormai non ha eguali neppure nel continente”, sostiene Paulo Andrade, rappresentante del Bom Bom. Il resort, con altre due strutture di São Tomé e Príncipe, è un’impresa turistica speciale: ha anche un obiettivo filantropico. I fondi investiti sono dell’imprenditore (digitale) sudafricano Mark Shuttleworth, diventato famoso anche per aver partecipato nel 2002 come turista spaziale alla missione russa Soyuz Tm-34. La sua società, Hbd, finanzia il turismo ecosostenibile. Per questo Shuttleworth ha sviluppato iniziative per dare lavoro alla popolazione, per sostenere l’economia delle due isole e valorizzare la difesa dell’ambiente. In questo ambito rientra anche il restauro recente della vasta **Rocha Sundry**, a Príncipe. La splendida villa centrale accoglie ora un b&b di lusso. A pochi chilometri di distanza, in un’altra

piantagione, a **Rocha Paciência**, si producono ortaggi e frutta per rifornire gli hotel del gruppo. Tutti prodotti biologici a chilometro zero. Rocha Paciência è il regno di un’altra italiana, Francesca Orlandi. Una laurea in agraria, con la passione per le piante tropicali, si è trasferita qui per sfruttare la biodiversità naturale. “Partiamo da piante a cui non si dà importanza”, chiarisce entusiasta. “Le lavoriamo e le trasformiamo nel nostro laboratorio perché acquisiscano un interesse commerciale. Facciamo creme di bellezza, creme di cacao, estratti e molti prodotti alimentari, come il muesli a base di frutti tropicali. Qui abbiamo a disposizione un mondo di possibilità. Si tratta solo di riuscire a valorizzarle.”

Intanto il passaparola è sulle spiagge di Príncipe: da **Praia de Coco**, magnifica all'alba, a **Praia Rita**, ideale per lo snorkeling, ma anche per il *birdwatching*. **Praia Banana** è una mezzaluna di sabbia bianca circondata dalla vegetazione equatoriale. Un’Africa primordiale, da creazione del mondo. Quando l’aereo decolla verso l’Europa, c’è un solo pensiero dominante: tornare in questo paradiso il più presto possibile. ❶





Tra foresta e oceano

COME ARRIVARE

In aereo con **Tap** (flytap.com/it-it), che vola dalle principali città italiane su São Tomé, previo scalo a Lisbona. Il costo del biglietto di andata e ritorno parte da 830 €, se acquistato per tempo.

DA SAPERE

São Tomé e Príncipe, a poco più di 200 chilometri dalle coste dell'Africa occidentale, costituiscono uno dei più piccoli Stati indipendenti al mondo. A fianco delle due isole principali ve ne sono altre, più piccole. L'arcipelago si trova a circa 250 chilometri dalla costa del Gabon. Tutte le isole fanno parte di una catena montuosa vulcanica estinta. La piccola Ilhéu das Rolas Litro, che sorge a due chilometri a sud dell'isola di São Tomé, si trova esattamente sulla linea dell'Equatore.

L'**economia** si basa sulla produzione di cacao (85 per cento del Pil), ma anche caffè, cocco, olio di palma e spezie. Le altre colture agricole e la pesca servono soprattutto per l'autosussistenza. Esistono solo poche decine di piccole industrie. Una quota importante del bilancio dello Stato è data dagli aiuti economici internazionali.

Fuso orario: quando in Italia vige l'ora solare, un'ora in meno.

Clima: caldo e umido, caratteristico della fascia tropicale. La stagione delle piogge inizia a ottobre e finisce a marzo con una breve interruzione a gennaio. Durante tutto l'anno la temperatura si aggira attorno a 39 gradi.

Documenti: passaporto con almeno sei mesi di validità.

Visto: non necessario se si rimane meno di due settimane. Il visto si può ottenere anche all'aeroporto di São Tomé. Meglio comunque informarsi prima, perché spesso cambiano le disposizioni di entrata nel Paese.

Vaccinazioni: obbligatoria contro la febbre gialla, solo se si arriva da uno dei Paesi a rischio.

Lingua ufficiale: portoghese, ma si parlano anche tre idiomi creoli derivati dal portoghese. Il francese è la principale lingua straniera insegnata nelle scuole, poiché il Paese fa parte dell'Oif, l'Organizzazione della Francophonie.

Valuta: la valuta locale è il dobra. Un euro corrisponde a circa 12 mila dobra.

DOVE Prenotare

L'agenzia **Il Viaggio** organizza viaggi su misura a São Tomé e Príncipe di una settimana (via Schiaparelli 18, Milano, tel. 02. 67.39.00.01, ilviaggio.biz). Dal 1° novembre 2017 al 31 ottobre 2018, il costo è di 1.650 € (volo dall'Italia escluso; compreso volo a/r da São Tomé a Príncipe).

“São Tomé è ricca di storia e posti meravigliosi dove perdersi e ritrovarsi”, afferma Filippo Rossi de Il Viaggio. “Da non perdere la passeggiata nella foresta pluviale, il giro in barca tra le spiagge più belle in compagnia dei delfini, il birdwatching, l'osservazione le tartarughe marine a Praia Jalé, Boca do Inferno e una cena al chiaro di luna”.

Con **DoveClub**, in collaborazione con Il Viaggio, si prenota lo stesso tour da 1.650 € a persona (soggiorno 7 notti, in camera doppia, mezza pensione). Il volo da Milano via Lisbona costa da 700 € a persona, tasse incluse. Esclusi: assicurazione, visto di ingresso.

Plus DoveClub: cena romantica a Roça Sundi in omaggio. Gli esperti di DoveClub sono a disposizione per info e preventivi gratuiti. Orari: lunedì-venerdì, 10-20, tel. 02.89.29.26.87.

DOVE Dormire

① OMALI LODGE

È la migliore sistemazione in città a São Tomé, con piscina, immersa nel verde, a due passi dal mare. Le stanze migliori sono quelle al primo piano. Ottima la cucina che propone una grande varietà di piatti con molti sapori africani: per esempio ceviche di marlin e gamberetti alla curcuma. **Indirizzo:** Praia do Lagarto, São Tomé, **tel.** 00239.222.24.79, 00239.222.23.50. **Web:** omalilodge.com. **Prezzi:** doppia in mezza pensione da 300 a 370 €.

② BOM BOM

Il migliore resort per chi vuole fare vita da spiaggia e per coloro che amano la natura. Bungalow spaziosi proprio sulla spiaggia, servizio eccellente e un centro benessere. Si organizzano escursioni in barca, immersioni e battute di pesca d'altura. L'abbondanza di grande fauna ittica, come il marlin blu e il pesce vela, non delude neppure i pescatori più esigenti. **Indirizzo:** Bom Bom Island, Príncipe, **tel.** 00239.225.11.41, 00239.225.11.14. **Web:** bombomprincipe.com. **Prezzi:** doppia in mezza pensione da 400 a 500 €.

③ MUCUMBLI

Un resort piacevole, formato da una mezza dozzina di bungalow. È gestito dall'italiano Tiziano Pisoni



2



che, con la moglie, vive da anni a São Tomé. Il ristorante offre soprattutto piatti di mare tipici. Come il *calulu*, un'elaboratissima zuppa di pesce, piatto nazionale, realizzata con una trentina di erbe e vegetali. Pisoni è un appassionato di due ruote e mette a disposizione degli ospiti alcune biciclette. **Indirizzo:** Ponta Figo, Neves, São Tomé, **tel.** 00239.990.87.36, 00239.990.87.37, 00239.999.63.75. **Web:** mucumbli.wordpress.com. **Prezzi:** doppia b&b 73 €.

DOVE Mangiare

④ ROÇA SÃO JOÃO

Il ristorante del cuoco più famoso dell'isola, João Carlos Silva, è ricavato in quella che fu un'antica casa coloniale di una roça. Cucina stimolante, grazie ai molti sapori tropicali. Non esiste un vero e proprio menu: è Silva stesso che propone la sequenza di piatti a seconda delle materie prime a disposizione. Lo chef, inoltre, sostiene una scuola di cucina per avviare i giovani alla scoperta dei valori gastronomici locali; alcuni dei suoi allievi servono a tavola. **Indirizzo:** São João dos Angolares, São Tomé, **tel.** 00239.990.69.00. **Fb:** facebook.com/rocasaojoao. **Prezzo medio:** 17 €.

⑤ FILOMAR

Il menu varia a seconda del pescato del giorno, cucinato con metodo di cottura richiesto: alla griglia, impanato o al forno. Tra i contorni, la *matabala*, un tubero del posto, o la banana frita. Il locale è molto spartano, ma vanta



una bella vista su Praia Lagarto. **Indirizzo:** Praia Lagarto, São Tomé, **tel.** 00239.222.19.08. **Prezzo medio:** 12 €.

⑥ MIONGA

Ristorante affacciato sulla selvaggia baia dos Angolares e ospitato in una graziosa abitazione creola, immersa nel verde. Cucina semplice, ma di qualità. Le zuppe di legumi sono fatte con le erbe aromatiche dell'isola. Ottime le seppie cucinate con il frutto dell'albero del pane. **Indirizzo:** São João dos Angolares, São Tomé, **tel.** 00239.992.23.16. **Prezzo medio:** 10 €.

⑦ CACAU - CASA DAS ARLES CRIAÇÃO

Di grande effetto, si trova in un edificio che fu il centro di raccolta del cacao. A fianco del ristorante si visita un'esposizione d'arte permanente. Più che il cibo, in questo caso, vale la location. **Indirizzo:** Largo das Alfandegas, São Tomé, **tel.** 00239.991.10.69. **Fb:** facebook.com/cacau.cultural. **Prezzo medio:** 10 €.

DOVE Comprare

⑧ CLAUDIO CORALLO

Degustazioni guidate nel laboratorio del *mître chocolatier* Claudio Corallo, nella capitale São Tomé. Un'esperienza unica per gli amanti del cioccolato, che scoprono qui tutte le fasi della produzione, dalla pianta alla tavoletta. **Indirizzo:** Marg 12 de Julio 978, São Tomé, **tel.** 00239.997.82.84. **Web:** claudiocorallo.com.

⑨ PACIENCIA

Negozi di prodotti locali realizzati a Roça Paciência da Francesca Orlandi e dalla sua équipe. Oltre alle marmellate, sono eccezionali la crema di



cacao e il muesli a base di ananas, mango, papaya e pezzetti di fave di cacao crude. **Indirizzo:** Roça Paciência, Príncipe.

⑩ QUÀ TÊLA

L'indirizzo perfetto per acquistare alcuni prodotti alimentari e manufatti, creati dagli artigiani del posto. Ottima la frutta secca tropicale e le chips di frutta dell'albero del pane. Squisite le piccole banane liofilizzate. Molti dei prodotti alimentari vengono da una piccola ditta a conduzione familiare, Delicias das Ilhas (facebook.com/deliciasdasilhas). **Indirizzo:** Rua Barão de Água Izé, São Tomé, **tel.** 00239.222.76.33. **Fb:** facebook.com/quatela.produtosSTP.