



**RELAX VISTA VIGNA**  
Il Relais San Maurizio,  
meta di bon vivant.

**BUEN RETIRO NEL CUORE DELLE LANGHE**

## L'ebbrezza del benessere

*Relais San Maurizio, la prima e lussuosa spa specializzata in vinoterapia.*

**U**n antico monastero che sorge sulle Langhe, in un luogo, Santo Stefano Belbo, denso di suggestioni letterarie che rimandano a Cesare Pavese e a Beppe Fenoglio. Perfetto per ritrovare il proprio benessere fisico e, perché no, anche per assaggiare l'ottima cucina piemontese e i suoi vini. Da quelli bianchi come l'arweis e il dolce moscato fino al barbaresco, il dolcetto e il barbera. Chi amasse il barricato può anche immergersi in una tinozza per un bain barrique.

Proprio così: non tutti sanno, che i vignaioli, i piccoli semi racchiusi nell'a-

cino d'uva, sono ricchi di polifenoli che hanno proprietà antiossidanti e antinvecchiamento. La scoperta risale al 1993, quando Mathilde e Bertrand Thomas, che ora gestiscono il Relais San Maurizio, si interessarono agli studi di un professore della facoltà di farmacia di Bordeaux. Così è nata la prima spa di vinotherapie in Italia. Molti i trattamenti possibili, come l'enveloppement miel & vin, applicazione a caldo di lievito di vino, miele e oli essenziali per purificare i tessuti tramite un'azione drenante (info: tel. 0141841900). (L.V.)

### MILANO, FITNESS A CINQUE STELLE

La catena di alberghi Westin Hotels & Resorts offre un programma di fitness e benessere all'insegna del lusso. Basta mettere il naso nella nuova palestra Westin Workout del Palace di

Milano. Non solo: i clienti che desiderano privacy hanno a disposizione stanze per allenarsi da soli, corredate anche di biblioteche con libri sul fitness. (Info: tel. 0263363641). (C.G.)



### IL RISTORANTE

di **FIAMMETTA FADDA**

## La Parma inedita

Dici Parma e pensi a opulenta cucina delle nebbie, dove persino le (rare) foglie d'insalata sono condite coi ciccioli. Dici Parizzi (lì dal 1946) e ti chiedi se sarai in grado di affrontare la sequenza, onorata in città, di salumi, tortelli, bolliti, zuppa inglese, lambrusco, nocino. E invece Marco Parizzi, 36 anni, cotto del suo mestiere, terza generazione di cuochi-proprietari, nel

ristorante appena ristrutturato può anche farvi assaggiare uno straordinario tritico di manzo

crudo implementato da microhamburger e bicchierino di Guinness gelata. Però, saldi in testa e nel palato i sapori di nonna e mamma, si è reinventato i fondamentali senza rinnegarli. Parmigiano e prosciutto: sì, ma da degustare in tre stagionature; stracotto, certo, ma in forma di spiedino alternato a tondini di polenta frita; faraona storica, ma lieve in crosta di frutta secca; sfoglie di pasta in attesa di trasformarsi in tortelli d'erbetta alla parmigiana o in spaghetti alla chitarra con pecorino di fossa e petto d'oca. Pesce? Anche, e buono, ma in Emilia, ai puristi, poco interessa. La cantina vanta 700 etichette.

**PARIZZI, via Repubblica 71, Parma, tel. 0521285952, chiude il lunedì. Tra 35 e 55 euro, vini esclusi.**

**PER INTENDITORI BERE VERA FRUTTA**

## Come un Bordeaux

*Succhi e nettari sì, ma preziosi e rari: quasi fossero un rosso d'annata.*

**M**illesimati a origine controllata, quasi introvabili, strepitosamente buoni. E non sono grandi Bordeaux né Bas Armagnac. Sono i succhi e i nettari del lionese Alain Milliat ([www.alain-milliat.com](http://www.alain-milliat.com)) prodotti una sola volta l'anno quando i frutti, raggiunta la perfetta maturazione, vengono raccolti a mano esclusivamente nelle zone più

vocate di ciascuno. I nettari di pesca di vigna, mango, frutto della passione, cassis, ciliegie rosse, fragole, mirtili sono ottenuti dalla centrifugazione dei frutti freschi. I succhi di mela cotogna, d'ananas, d'uva rossa e d'uva bianca, pomodori rossi, gialli e verdi derivano dalla pressatura dei frutti, sempre senza alcuna aggiunta di coloranti né additivi. Tra 2 e 3,50 euro. (Informazioni: tel. 0290091793). (A.T.)



## ALCOLICO VADEMECUM

Guida al piacere di bere, da soli o in compagnia, suggerimenti per creare la giusta atmosfera (dagli stuzzichini alla musica, diversi a seconda del drink), consigli per un piacevole fai da te. Gigi Zazzeri, giornalista, ma bartender per vocazione (avrebbe voluto farlo al Savoy di Londra o al Mandarin di Hong Kong), è riuscito a condensare la sua più grande passione in «Cocktail, istruzioni per l'uso» (De Agostini, 260 pagine, 13,50 euro), dal 10 ottobre in libreria. Ogni sezione del volume è introdotta da tavole a colori preparate da Alice Crepax Giordana (nipote del grande disegnatore Guido Crepax).

Da leggere come un divertente racconto e da consultare come un preciso manuale, il libro contiene più di 150 ricette, alcune classiche e molte altre create o personalizzate dall'autore. (E.F.)

