

Alle gode ting er 3!



ROMA i ro & mak

Den italienske hovedstaden er som en doven katt: majestetisk som en dronning og fullstendig uberørt av det travle livet som haster av sted. En by du senker skuldrene i.

Tekst og foto: Mona Myran



For storby til tross er det lite som minner om effektivitet her. I butikene går praten mellom kjøpmann og kunde mens køen vokser seg lang. På torgene sitter folk mens tiden snirkler seg ubemerket gjennom de trange gatene, forbi kirker, fontener og gamle mesterverk. Til og med ekspressstoget fra flyplassen til sentrum tøffer sakte av sted med hyppige pauser langs skinnegangen.

Men med flere tusen år på baken, kan Roma liksom tillate

seg å somle litt. Å puste med magen. Det kan du også!

Autentisk og trendy

– Livet er altfor kort, stadfester den gamle damen til oss i køen, og ber slakteren om en smakebit av skinken.

Hun må være godt over 80.

– Lev livet nå og vær glad! fortsetter hun og smatter fornøyd på prosciuttoen.

Vi er i Testaccio, en av Romas sørlige bydeler, på jakt etter det autentiske, romerske livet. Der gamle ektepar promenerer sin hund. Og

hverandre. Der folk handler fisk, frukt og sko på markedet. Der dagene leves sakte.

Testaccios handelshistorie strekker seg tilbake til oldtiden da det ble produsert og solgt olivenolje og keramikk, til nyere tid med industri og slaktervirksomhet. I dag er mange av de gamle lokalene og fabrikkene omdannet til kunsthaller, vintagebutikker, kafeer og kulinariske spisesteder. Men samtidig har Testaccio beholdt sitt særpreg.

Skal du sette det vanlige

hverdagslivet ditt på pause, gjelder det å styre unna de lengste og kjedeligste køene – og søke gode opplevelser som virkelig får skuldrene dine til å senkes.

Roma er full av slike opplevelser. Er du for eksempel først i Testaccio, ta turen innom en rolig lunge som Den protestantiske kirkegården. Ja, for Romas helligste plass, slik forfatter Oscar Wilde beskrev stedet, er ikke bare et siste hvilested for mange ikke-katolikker som har gjestet eller bodd i

STEMNINGSFULLT: Avslutt dagen på en av Romas takbarer. Se solen skli ned mellom kupler og tårn mens dere nyter en aperitiff.

► UNNGÅ TURISTMAT: Det er mye god mat i Roma, så styr unna de opplagte turistfellene. Trenger dere noe raskt og enkelt, kan dere gå innom slakteren og kjøpe brød og skinke. Og vips har dere en deilig lunsj. Hos slakteren i Testaccio møter vi Luciana som oppfordrer oss å nyte livet mens vi kan!



Reiselyst



Før maten

Aperitivo er en genial, italiensk oppfinnelse. En drink før måltidet, for å pirre appetitten. Ofte kan dere betale litt ekstra og få tilgang på en deilig buffé med for eksempel focaccia, pasta, salat, mozzarella og oliven. Kombiner dette med solnedgang og utsikt utover Roma, og dere er garantert en uforglemmelig aften!

byen, men også både vakkert og fredfullt. Her finner du store gravsteiner, duftende blomster, pent trimmede hekker og sypressstrær som kaster lange skygger som kattene – og du! – kan sløve i.

Det var paven som en gang i sin tid gikk med på at også ikke-katolikker skulle gravlegges skikkelig, ikke bare kastes over bymuren. Flere kjente er begravd her, dere kan jo se om dere finner de to nordmennene: historikeren Peter Andreas Munch og maleren Kristian Meyer Ross.

Mest kjent er nok de unge, engelske poetene Keats og Shelley.

Fryd for øyet

Når dagen går mot slutten, bør dere finne veien opp på en av Romas takbarer. En salig ro senker seg idet solen sklir ned mellom kupler og tårn, bak Colosseum og Forum Romanum – der andre gjerne har stått i lange køer mens dere har slappet av. Skål i duggfrisk drikke og kys Den evige stad god natt. 🌸

3 takbarer med flott utsikt

SOFITEL ROME VILLA BORGHESE: Elegant og fasjonabelt, med førsteklasses utsikt over Borghese-parken. Bra sted for lunsj og middag. Driker fra kr 120, glass vin fra kr 80. www.sofitel.com/gb/hotel-1312-sofitel-rome-villa-borghese/bar.shtml

LES ETOILES: Her kan dere nyte deres drinker med Peterskirken duvende i bakgrunnen sammen med Castel Sant'Angelo (Engelsborgen), Vittorio Emmanuele monumentet, Justispalasset og Borghese-parken. Bare for å nevne noe. Driker fra kr 120, glass vin fra kr 80. www.atlantehotels.com

HOTEL FORUM: På toppen av hotellet finner dere både en takrestaurant, dog noe stivpriset, og en liten takbar av det mer folkelige slaget. Utsikten er upåklagelig. Her sklir solen ned mellom Colosseum og Forum Romanum. Driker fra kr 120, glass vin fra kr 80. www.hotelforum.com



FLOTTE RUINER: Keiser Cesar foran Forum Romanum, her i gyllent morgenlys.



FØR DE ANDRE: Besøk Colosseum og andre populære severdigheter ved soloppgang eller solnedgang. Da kan dere nyte mesterverkene helt for dere selv.



UTSIKT TIL PETERSKIRKEN: Appelsinhagen på Aventinerhøyden er liten og bortgjemt, og med fantastisk utsikt utover Romas tak.

3 store severdigheter

Har dere ikke vært i Roma før, vil du kanskje få med deg noen av de største severdighetene – og de har Roma mange av! – selv om det kan medføre litt køståing. Kunsten er ikke å bite over for mye: Velg dere én eller to av de mest kjente severdighetene, og fyll resten av ferien med mer avslappende opplevelser!

COLOSSEUM: Antikkens største amfiteater, og et av verdens mest kjente og imponerende byggverk. Over 2000 år gammelt. Tips: Besøk Colosseum ved soloppgang eller solnedgang. Da er det garantert færre folk, og lyset er bløtt og vakert.

FORUM ROMANUM: Var sentrum for det politiske, juridiske og kommersielle livet i keisertidens Roma. I dag et stort og massivt område med ruiner. Tips: I stedet for å stå i kø for å gå rundt inne, ta med teppe og piknikkurv, og betrakt det hele fra plenen utenfor.

PIAZZA NAVONA: Romas absolutt vakreste og mest romantiske torg. Blant Berninis sanselige skulpturer blir timene fort mange. Du får liksom ikke nok ...



3 grønne parker

VILLA DORIA AMPHILI: Romas største park ligger så å si i sentrum. Velfrisert og passe kupert. Populær for piknik, jogging, sykling og fugletitting. Om sommeren arrangeres det musikk- og teaterfestivaler her.

BORGHESE-PARKEN: Romas tredje største. Den har flere museer, for eksempel Galleria Borghese, som huser verker av kunstnere som Leonardo da Vinci og Caravaggio, og diverse attraksjoner, deriblant en dyrehage. Og gressplener der man kan ligge og lytte til fuglene som kvitrer ...

GIARDINO DEGLI ARANCI (Appelsinhagen): En liten, bortgjemt hage på Aventinerhøyden, én av Romas syv åser. Ved inngangen blir du møtt av Giacomo Della Portas vannfontene, som forestiller elveguden Oceanus. Og innenfor; appelsintrær, rosebusker og fantastisk utsikt utover Romas tak, kupler og kirketårn, deriblant Peterskirken. Om sommeren huser hagen ofte teaterforestillinger.

3 hyggelige bydeler

MONTI: Klassisk og chic. Det historiske sentrum med Colosseum, Forum Romanum, Palatinerhøyden, men også trange gater med vintage, design, fantastisk mat og kule utesteder.

TRASTEVERE: Romas mest sjarmerende nabolag! Koselige gater, små gallerier og vakre kirker, blant dem en av Romas eldste, Santa Maria fra 300-tallet.

TESTACCIO: Bydelen har bevart sitt autentiske preg samtidig som den er blitt kunstnerisk og trendy. Også kjent for sine gode spisesteder.



Vær og pris

BESTE TID Å REISE: Vår og høst er mest behagelig. Om sommeren er det veldig varmt, men derimot er det da mindre folk. Om vinteren er det også mindre folk, men været er ubekvemt.

PRISER: Norwegian og Sas flyr direkte. Bestiller dere i god tid, kan dere få billetter ned mot kr 1300 tur/retur.

GOD TID: I Roma er det ikke langt mellom sjarmerende gater og spisesteder. Nyt det!

3 gode restauranter

MAMMA VENERINA: Noen få meter fra Peterskirken, vegg i vegg med Les Etoiles, finner dere denne typisk romerske restauranten med hjemmelaget pasta og tiramisu, fersk fisk og masse deilig vin. Hovedrett fra kr 100, flaske vin fra kr 180. www.riсторанtemammavenerina.it

GUSTO: Mellom Spansketrappene og Piazza Navona ligger dette moderne spisestedet som kombinerer det italienske og asiatiske kjøkkenet i trendy og rustikt interiør. Forfriskende og avslappet. Spennende vinliste og gode råvarer. Hovedrett fra kr 130, flaske vin fra kr 200. www.gusto.it

AD HOC: Herfra går ingen uberørt! Stedet er innredet som en vinkjeller. Flasker, glass, bøker og vinkasser pynter opp. Ta dere god tid; først til å studere vinmenyen, tykk som en bibel. Deretter til å nyte glasset og forretten av trøfler dere får på huset. Så forrett, hovedrett og dessert. Lite og populært, så bestill bord. Vi betalte kr 1200 for to; da fikk vi tre retter + en flaske vin og kaffe. www.riсторанtheadhoc.com

3 perfekte hoteller

CEASAR HOUSE: Det ligger vegg i vegg med Forum Romanum og Colosseum. Lite og hjemmekoselig med seks store, lekke rom. Og for kun kr 500 pr. natt. www.caesarhouse.com

KOLBE HOTEL: Ligger også midt i det historiske sentrum, ved siden av Palatinerhøyden og Circus Maximus, men samtidig godt bortgjemt fra turisthordene. Flere av rommene har utsikt til hotellhagen med appelsin-, oliven- og palmetrær. Fra kr 1200. www.kolbehotelrome.com

GRAND HOTEL DEL GIANICOLO: Ved bymuren, i skråningen over Trastevere, ligger dette lille palasset fra slutten av 1800-tallet. Ærverdige og med svømmebasseng til kun kr 750 pr. natt. www.grandhotelgianicolo.it
NU nr. 16-15



3 uvanlige aktiviteter

ET BAD I VARMEN: Du kjenner kanskje til den berømte scenen i Fellinis *La Dolce Vita*, der Anita Ekberg bader i Trevifontenen? Ikke gjør det, for botten du kan få, er høy! Derimot finnes det flere svømmebasseng dere kan avkjøle dere i. Blant de lekke er bassenget på luksushotellet Cavalieri. Litt utenfor sentrum, men på en høyde med fantastisk utsikt utover byen. Hotellet har også et deilig spa. Les mer på www.romecavalieri.com

KLASSISK KONSERT: Ved Tiber-elven, nær Vatikanet, ligger Castel Sant'Angelo (Engelsborgen). Opprinnelig et mausoleum, senere ombygd til en festning. I dag er borgen et museum med blant annet de pavelige gemakker. Om sommeren arrangeres det klassiske konserter på taket. Uavhengig av deres musikksmak er dette en svært stemningsfull opplevelse. Garantert gåsehud! Kombiner med et måltid eller en drink på takrestauranten med nydelig utsikt til Peterskirken. Se www.castelsantangelo.com

ELVEFESTIVAL: I sommermånedene omskapes elvebredden langs Tiber til et yrende og stort festivalområde. Barer, musikkscener, salgsboder, restauranter og arrangementer på rekke og rad. Hit trekker både lokalbefolkningen og turister. Stemningsfullt! Les mer på www.lungoiltevereroma.it



▲ **YRENDE LIV:** I sommermånedene er elvebredden langs Tiber et stort, sammenhengende festivalområde med barer, restauranter og musikkscener.



▲ **SOM EN VINKJELLER:** Maten, vinen og stemningen på restaurant Ad Hoc er en opplevelse utenom det vanlige.