

Itinerario 17

- **Nome tour:** Kalsa
- **Partenza:** San Vito
- **Arrivo:** Cefalù
- **Punti di interesse:** Riserva naturale dello zingaro - Palermo - Cefalù
- **Km:** 267



Prendetevela comoda e gustatevi questo itinerario tra San Vito, il capoluogo Palermo e le curve della mitica Targa Florio per gustarvi una cena a base di pesce in uno dei tanti ristoranti di Cefalù.

■ **Itinerario storico-monumentale:**

A San Vito si può visitare l'antico e suggestivo santuario. Nucleo generatore di San Vito Lo Capo è l'attuale Santuario, antica fortezza saracena che nell'arco dei secoli ha subito numerosi interventi edilizi. La prima costruzione, realizzata intorno al '300, fu una piccola cappella dedicata a San Vito martire, patrono del borgo marinaro. Secondo la leggenda il giovane Vito (nato in realtà a Mazara del Vallo), dopo essersi convertito al Cristianesimo, fu costretto ad abbandonare il paese per sottrarsi alle persecuzioni dell'imperatore Diocleziano. Venne accompagnato dalla nutrice Crescenza.

Nella fuga disperata Vito, appena ventenne, trovò la morte a causa di una frana che seppellì il paesino presso cui il giovane e la sua nutrice avevano cercato riparo. Sempre secondo il mito Santa Crescenza, voltandosi a guardare la città che crolla, divenne pietra nello stesso punto dove adesso sorge la cappella, alla quale ancora oggi gli abitanti del luogo attribuiscono poteri magici.

Palermo ha una storia millenaria, da colonia fenicia ad importante porto romano fino a diventare un emirato arabo e più successivamente la sede di un regno normanno. La dominazione araba ha lasciato molti segni, i mercati di pesci, le moschee trasformate in splendide chiese, il cibo eccellente e tant'altro ancora.

L'impronta normanna e quella spagnola hanno dato a questa città mille volti carichi di storia.

Tante e innumerevoli le meraviglie da scoprire da vedere a Palermo come la La Martorana questo è chiesa più famosa di Palermo. La Cappella Palatina con i suoi mosaici bizantini di ineguagliabile bellezza.

Da non perdere a Palermo i famosi mercati popolari come "la Vucciria", "Ballarò" e "il Capo" Vucciria". Colori, sapori e suoni indimenticabili e carichi d'umanità.....la Sicilia è soprattutto passione per la vita!

Da visitare il Duomo di Cefalù con i suoi splendidi mosaici.

■ Itinerario eno-gastronomico:

San Vito lo Capo in settembre ospita il festival del cous cous, vera specialità a base di pesce della zona. Il pesce sempre fresco appena pescato e l'arte culinaria tradizionale di San Vito vi farà ricordare il vostro viaggio anche per i sapori che non dimenticherete mai più.

La città più importante della Sicilia offre un po' tutte le specialità gastronomiche dell'isola. Passeggiando per il centro storico ci si può fermare in uno dei tanti ristoranti trattorie e assaporare la tipica Pasta con le sarde o un buon cous cous di pesce. Da non perdere la rosticceria, fritta o cucinata al forno e per i palati più curiosi il pane ca'meusa (pane con la milza) specialità prettamente palermitana. Dolci di mandorla, cassate di ricotta o la famosa torta sette veli al cioccolato. Mille sapori per una vacanza indimenticabile e deliziosa.

Cefalù è una cittadina di mare, il pesce appena pescato permette di gustare le specialità siciliane a base di pesce magari in uno dei tanti ristorantini caratteristici ed accoglienti che si trovano nel centro storico.

■ Itinerario paesaggistico-turistico:

Da San Vito, piccola e deliziosa cittadina facile da raggiungere dopo una bellissima strada piena di curve si può visitare la splendida riserva naturale dello Zingaro. La Riserva Naturale dello Zingaro è un'oasi naturale, si colloca all'estremità occidentale della costa tirrenica siciliana. Posta in continuità della serie di rilievi calcarei di origine mesozoica del palermitano, a poca distanza dall'interessante Monte Còfano che si erge isolato a Occidente, presenta una spiccata diversità di ambienti che in parte ospitano fitocenosi di grande interesse naturalistico e talvolta anche paesaggistico. Decisivo per la vegetazione è il clima generale, definito da una temperatura media annua di 19° C e da una piovosità di 645 mm.

Palermo si affaccia sul mare ed è sovrastata da Montepellegrino, un monte che si staglia sulla città dominandola e raggiungibile in pochi minuti e curve dal centro della città. Il mare costeggia la città e dal "foro italico" con la sua passeggiata a mare si può godere il panorama che prende l'intero golfo di Palermo. Da visitare anche il golfo di Mondello, alle spalle del monte Pellegrino, con la sua incantevole spiaggia e le sue villette in stile liberty.

Arrivati a Cefalù si viene accolti da questa piccola città che sorge ai piedi di un monte. Meta turistica con le sue antiche e strette strade, il suo splendido mare accoglie il turista e permette di godersi un soggiorno all'insegna del relax, gustandosi una buona granita o prendendosi il sole sulla sua splendida spiaggia.
