

L'ECCELLENZA DELLA CUCINA E DELL'OSPITALITÀ BAJAN

Un soggiorno a Barbados è incompleto senza un assaggio di **pesce volante**, il piatto nazionale, che può essere degustato in quasi tutti i ristoranti di Barbados. Altre prelibatezze sono il **Bajan-Cou Cou** (a base di mais e okra, una tipica verdura locale), il **pepperpot** (uno stufato di carne molto piccante), e il **Jug-Jug** (una miscela di mais guinea e piselli).

Barbados ha anche una grande varietà di ristoranti che offrono cucina continentale, e il pesce fresco è sempre delizioso. Sia che siate alla ricerca di un romantico ristorante a cinque stelle, o di un bar sulla spiaggia piuttosto che di un buffet Bajan, Barbados offre soluzioni per tutti i gusti e per tutti i budget:

The Tides Restaurant

Il Tides è uno dei posti dove a Barbados si è sicuri di incrociare, rigorosamente in incognito, molti VIP! Tra questi, William d'Inghilterra, Brad Pitt e Jude Law. L'elegante ristorante nei pressi di Holetown è meta, infatti, di importanti personaggi che sono affezionati habitués dell'isola. Al Tides è d'obbligo gustare le specialità Bajan cullati dal ritmo delle onde che si infrangono sulle rocce, nella romantica cornice di una veranda molto speciale: fra alberi possenti e in balia dei flutti!

The Tides Restaurant

Baltimore House

Holetown, St. James

Barbados W.I.

tel: 001 (246) 432-8356

<http://www.tidesbarbados.com>

Champers Restaurant & Wine Bar

Alta classe e squisiti piatti della tradizione Bajan sono proposti dallo chef del ristorante con la vista più bella di tutta Barbados! Champers vi accoglie nella sua lounge per sorseggiare un rum punch in attesa di gustare le creazioni dello chef. Fra un pasto e l'altro, non mancate di dare un'occhiata alla galleria d'arte che ospita capolavori di artisti caraibici: perché i Caraibi sono belli da gustare non soltanto sul palato, ma anche con gli occhi!

Champers Restaurant & Wine Bar

Skeetes Hill, Christ Church

Tel: 001 (246) 434 3463

<http://www.champersbarbados.com>

The Atlantis Hotel & the Fish Pot

L'Atlantis Hotel, sulla costa est e il the Fish Pot sulla costa ovest sono strutture storiche dell'isola, costruite dopo il completamento della linea ferroviaria nel 1883.

L'Atlantis, in seguito alla recente ristrutturazione, ha inaugurato le sue 10 camere la prima a inizio dicembre 2009, ed ha riaperto sulla spettacolare costa orientale, conosciuta come la capitale del surf dei Caraibi.

Il Fish Pot, sulla costa ovest, è quello che si potrebbe definire un boutique restaurant: piccolo e grazioso, informale e ricercato al tempo stesso, è una chicca per chi vuole assaporare piatti Bajan in riva al mare dei Caraibi!

Little Good Harbour Restaurant

Shermans, St. Peter

Barbados, West Indies

Tel: 001 (246) 439 3000

<http://www.littlegoodharbourbarbados.com>

Cafè Luna

Il Little Arches è un piccolo boutique hotel che a Barbados, ma anche fuori dall'isola, è rinomato per il suo ristorante: il Cafè Luna si sviluppa sul terrazzo dell'hotel e offre una magnifica vista sulla costa ovest di Barbados, oltre che superbi piatti Bajan con influssi asiatici e mediterranei serviti in mood molto chic!

Cafè luna, Little Arches hotel

Enterprise Beach Road, Christ Church, Barbados

Tel: 001 (246) 420 4689

<http://www.littlearches.com/dining-overview.html>

Due note di colore, per finire: è possibile fare un assaggio di **panini di pesce volante** al vapore al **Waterfront Café**, a ritmo di musica jazz dal vivo nelle serate in programma.

Waterfront Café

The Careenage - Bridgetown

Tel: 001 (246) 427-0093

<http://www.waterfrontcafe.com.bb>

Infine, da annotare per i nostalgici del British style, un must è prendere un tè (il celebre high-tea, complimentary per gli ospiti dell'hotel) presso il café Taboras del **Fairmont Royal Pavilion**, il rinomato resort sulla splendida baia di St. James, sulla costa ovest dell'isola.

The Fairmont Royal Pavilion

St. James, Barbados

Tel 001 (246) 422-5555

<http://www.fairmont.com/royalpavilion>

Per ulteriori informazioni stampa:

AIGO - Ufficio stampa Barbados

Sara Cusmà – Martina D'Aguanno

Tel. 02 669927.241/229

Fax. 02 6692648

E-mail: s.cusma@aigo.it, m.daguanno@aigo.it

Website: www.visitbarbados.org