

R **O**
M **A**

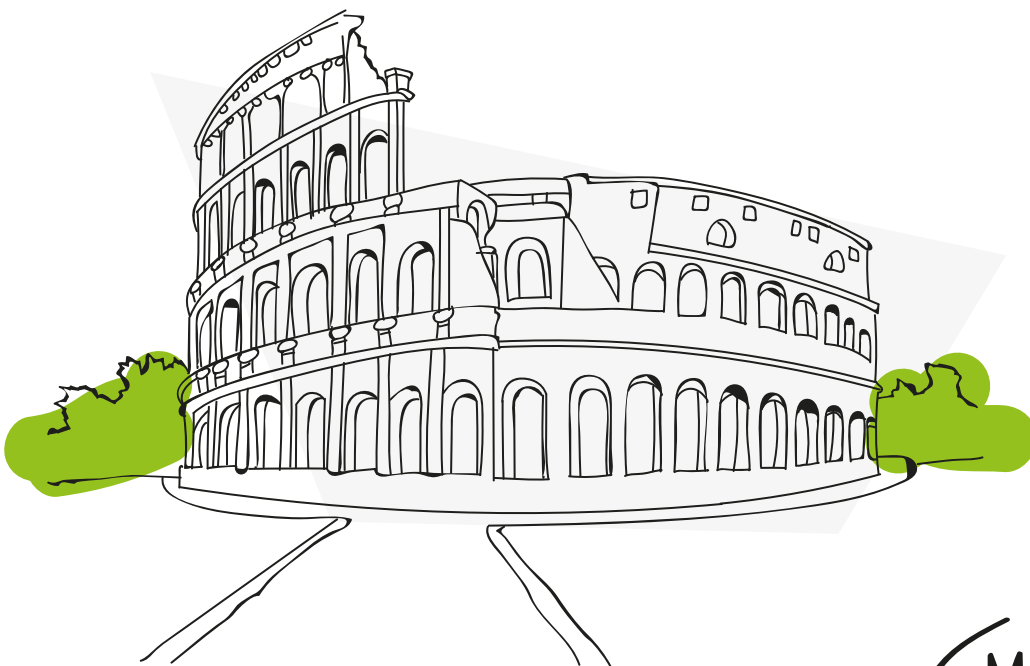
E N D O S D Í A S



Dos días bastan para darse una rápida zambullida por las diferentes épocas que han marcado la ciudad eterna. Roma abarca cien ciudades en una: desde el centro histórico de hace casi tres mil años a los barrios de la street art, pasando por la ciudad barroca de los papas, las murallas medievales, las zonas populares de las películas de la posguerra y las famosas trattorie caseras que sirven bucatini a la carbonara (los de verdad: nada de nata).

Lo ideal es empezar por las antigüedades, el origen de la ciudad, así que desde Termini puedes coger el metro azul hasta Coliseo, un autobús hasta la piazza Venezia o incluso ir andando por la calle Cavour.

EMPIEZA
LA AVENTURA



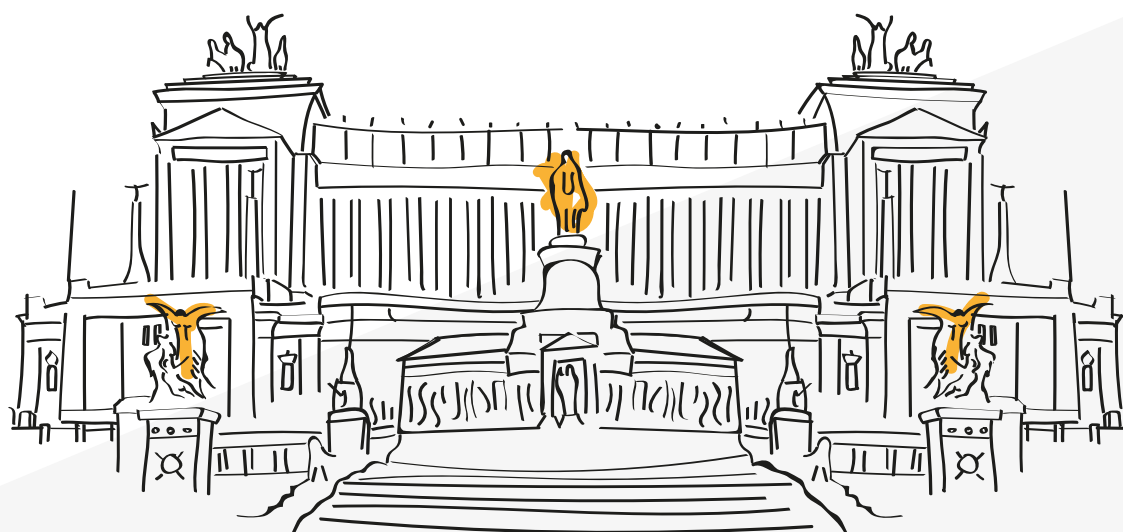
FOROS COLISEO ANTIGÜEDADES

La calle Cavour llega hasta la vía de los Foros romanos. ¡Atento! Estás en el primer núcleo de la ciudad fundada en el año 753 a. C. por Rómulo, que se convirtió en el primer punto de encuentro del pueblo que acabó conquistando el mundo.

Por un lado, destaca el anfiteatro Flavio –Sí, si no sabes cuál es porque todos lo conocemos como el Coliseo-, y al otro, el Altar de la patria, que los romanos llaman la máquina de escribir. Es un monumento construido en honor al primer rey de la Italia unificada, Víctor Manuel II, y que hace honor a su ego: grande y desproporcionado.

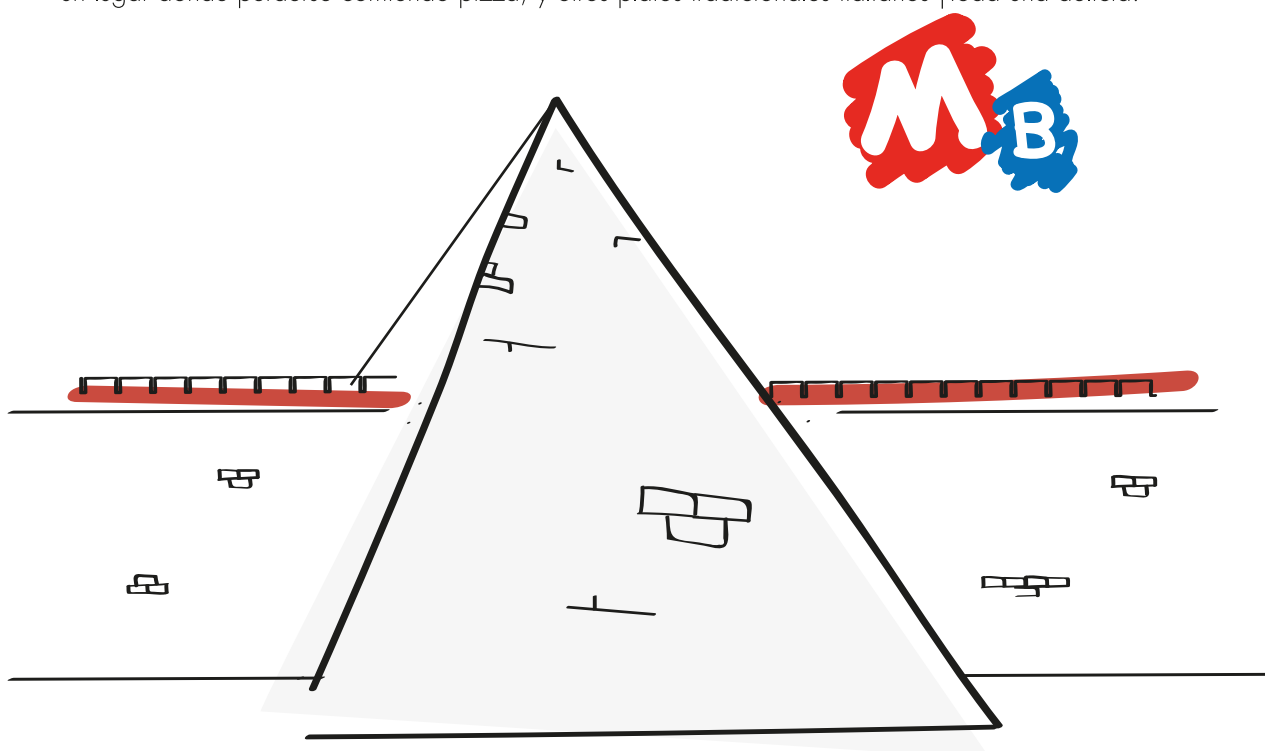
En el centro están los templos, mercados y edificios públicos, donde se reunía el senado o mandaba el emperador, según la época. Aprovecha y hazte un selfie, es el momento. Es difícil que vuelvas a ver tanta historia junta. También puedes visitar la increíble Domus Aurea, el palacio construido por Nerón tras el incendio del año 64. ¡Ojo!, es necesario reservar por internet.





PIRÁMIDE

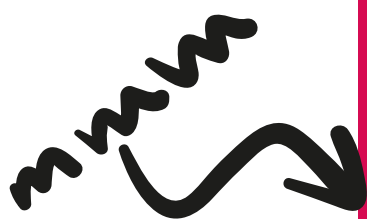
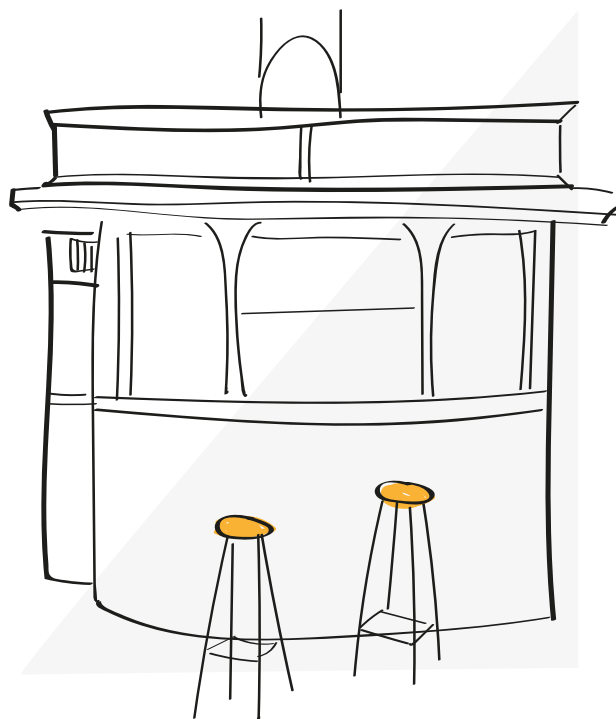
Con tanta historia seguro que te han entrado ganas de cambiar de registro y ver algo más moderno. Ve hasta la Pirámide. Puedes ir con el metro azul o con el tranvía número 3. Esta zona está muy de moda por su ambiente, arte y buena comida. En la entrada del barrio está la única pirámide de la caput mundi, construida entre el 18 y el 12 a.C. para enterrar a Gaius Cestius, un funcionario encargado de organizar las fiestas religiosas. ¿Te pensabas que con toda la historia que se puede encontrar en Roma no iba a tener también pirámides? Al lado, tienes un curioso lugar poco conocido por los turistas: el cementerio no-católico donde reposan poetas como John Keats o Percy Shelley. El arte contemporáneo también inunda la calle del Porto Fluviale, donde monstruos de colores se han hecho los dueños y señores de un ex cuartel, todo por obra del famoso grafitero Blu. Siguiendo con otro tipo de arte, la misma calle alberga dos pilares increíbles de la gastronomía en Roma: Eataly, templo de la cocina sostenible con restaurantes, taperías y un enorme supermercado de marcas selectas y el Porto Fluviale, una antigua fábrica transformada en un lugar donde perderse comiendo pizza; y otros platos tradicionales italianos ¡Toda una delicia!



DESDE EL ATARDECER A LA MADRUGADA

Solo, en pareja o con amigos, no te puedes perder el atardecer desde el lugar más romántico de la ciudad: el Jardín de los Naranjos encima de la colina del Aventino. Para llegar allí tienes que volver a la pirámide y subir por la calle de Porta Lavernale. Si el atardecer se te hace poco y quieres que el plan sea aún más redondo llévate un par de cervezas del Tram Depot: un antiguo coche de tranvía transformado en garito (calle Marmorata 13) y disfrútalas mientras se pone el sol tras las cúpulas de la ciudad eterna. ¡Salud!

RELAXING
BEER



Quando oscurece, es tiempo de reponer fuerzas y qué mejor que hacerlo en uno de los barrios con más encanto de la capital: Testaccio. Los bloques de pisos de principios del siglo XX, la plaza dell'Emporio con su famosa fuente, el mercado o el antiguo matadero son solo algunos de los puntos de interés. Pero ibas a cenar, ¿no? Pues eso, te recomendamos estas opciones para todo tipo de paladares: Flavio al Velavevodetto (para chuparse los dedos ¡y con terraza para el buen tiempo!), Angelina (carne asada riquísima, pasta buena y espectacular vista desde la terraza en el tejado), Felice a Testaccio (muy bueno pero toma nota: hay que reservar con días de antelación) o Remo en la plaza Santa Maria Liberatrice, 44, (el sitio ideal si te apetece probar la genuina pizza romana, que es incluso más fina que la napolitana).



Otro plan romántico donde los haya, es emular a los protagonistas de la famosa película "Tres metros sobre el cielo", e ir al Ponte Milvio a dejar un candado en una de las farolas del puente y tirar la llave al río. Toda una muestra de amor.

DOMINGO HÍPSTER
EN MONTI

El fragmento de ciudad que se ve desde la colina del Esquilino por un lado y del Quirinale por el otro, justo debajo de la basílica de Santa María la Mayor, es hoy uno de los rincones más top de Roma. Con sus callejuelas de adoquines y hiedras, Monti es un barrio donde descubrir las tiendas y los restaurantes donde paran todos los modernos de Roma: desde bodegas de toda la vida, hasta tiendas de diseño, de artesanos y creativos; enotecas con vinos locales e ¡incluso restaurantes de sushi brasileño! Por ello, el domingo a la hora del brunch es un desfile de gafas pasta.

Las terrazas que dan a la plaza de Santa Maria dei Monti son perfectas para empezar el día con un cappuccino, croissant o algo salado. Otra cafetería que merece una parada se llama Civico 4, justo al principio de la calle del Boschetto. Para picar algo más, basta con ir a la calle Urbana, en cuyo número 47 puedes encontrar un restaurante que mezcla el ambiente neoyorkino y la gastronomía mediterránea: una combinación perfecta para tomar un brunch a partir de las 12. Además, si eres un fan de los sabrosos helados italianos y no quieres perderte los mejores en tu visita a Roma, te damos este consejo: ¡no pierdas de vista la plaza de los Zingari!



HACE MMCCC...

OLVIDAR EL PRESENTE

Si eres un viajero de paladar fino no puedes perderte una excursión en la Vía Apia antigua. En unos veinte minutos de autobús (el número 118 para más señas), puedes sumergirte en plena naturaleza y descubrir, en un increíble viaje al pasado, lo que queda del gran imperio romano. La Regina viarum, pese a ser una de las calzadas más importantes de Roma, guarda un terrible pasado: fue contruida hace 2.300 años con el sudor de los esclavos. Ésta unía Roma con Brindisi, en la región de Apulia, el gran puerto comercial asomado a Oriente Medio.

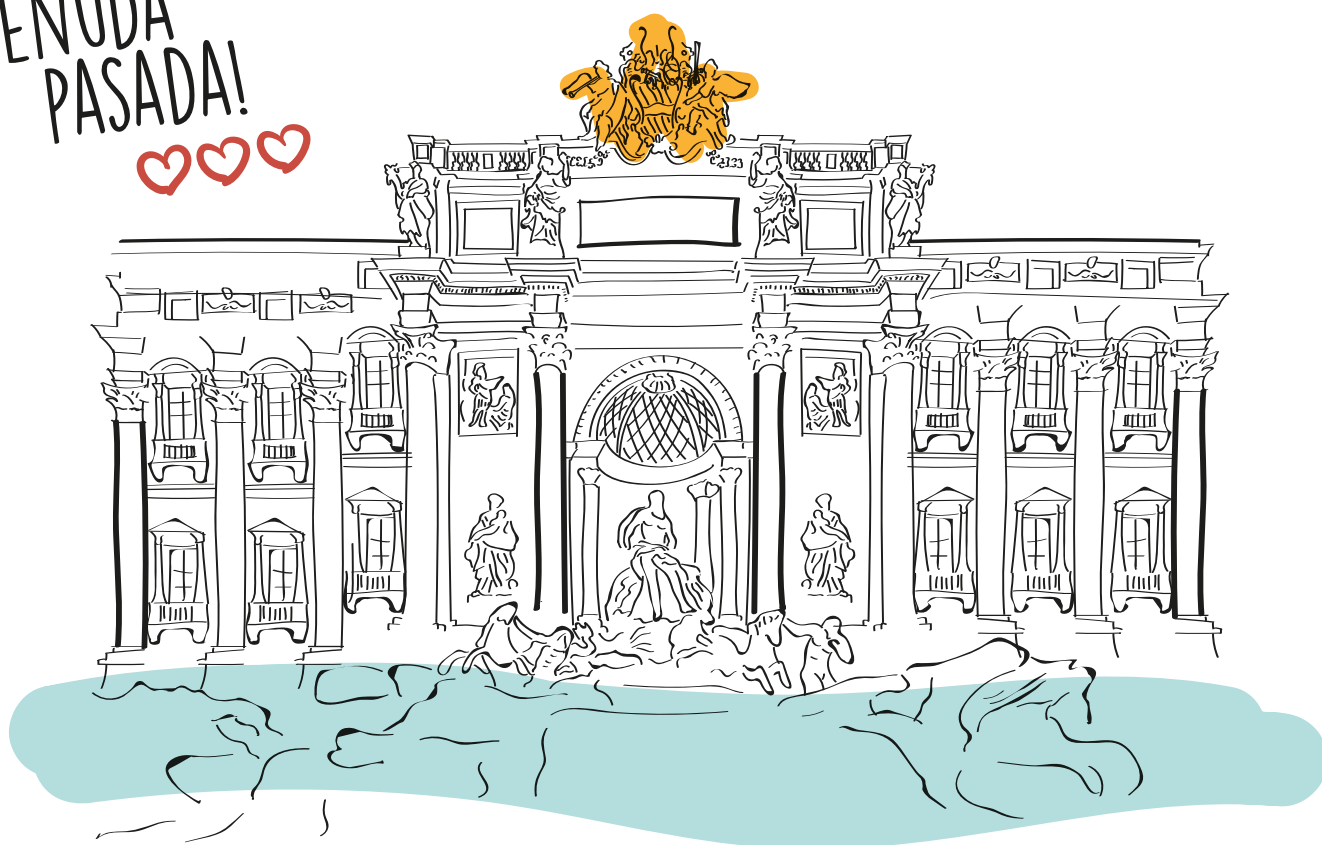
Esta antigua calle de adoquines sale de la Puerta de San Sebastián, pero puedes hacerte el listo y quedarte en el autobús hasta el monumento de Cecilia Metella. Aquí hay pequeñas trattorias donde comer y pillar fuerzas antes de empezar el peregrinaje entre las ruinas. Por ejemplo, en Il giardino di Giulia e fratelli puedes disfrutar bajo la sombra de los árboles una deliciosa carne a la brasa y vino dei Castelli (elaborado a las afueras de Roma). Para bajar la comida, solo tienes que ponerte a andar como un centurión de la antigua ciudad: viendo cómo a tu lado se abren praderas, arcos de ladrillo visto, trozos de acueducto, templos y tumbas milenarias. No se te olvide cargar el móvil o llevarte la cámara, ¡las fotos en este paseo son casi obligatorias!



BARROCO Y CULTURA CONTEMPORÁNEA

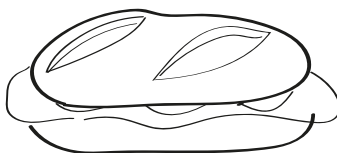
Espera... todavía queda un rato para volver a la época presente... pero no te arrepentirás. Vuelve al centro para meterte de lleno en la Roma más escenográfica. La fuente de Trevi, donde Anita Ekberg se retozaba en la dulce vida de Federico Fellini, fue inaugurada en 1735 y acaba de ser restaurada: la blancura del mármol y del travertino (la piedra caliza típica de Roma) es espectacular siempre, aunque mejor si cabe por la tarde-noche. Si sigues en la Plaza de España te encontrarás con la embajada española ante la Santa Sede, donde puedes descansar un rato, disfrutando de su famosa escalinata. Al otro lado de la vía Corso tienes el Panteón –templo de planta circular hecho entre los años 118 y 125 d. C.- y la cercana plaza Navona, triunfo barroco que durante muchos años ha sido conocida por la falsa leyenda de la rivalidad que había entre Bernini (autor de la fuente) y Borromini (autor de la fachada curva de la Chiesa de Sant'Agnese in Agone).

¡MENUDA
PASADA!



Huye del casco antiguo y corre a San Lorenzo, un barrio pegado a la universidad y, por supuesto, impregnado de un increíble ambiente para jóvenes estudiantes. Eso sí, el domingo – día de la resaca por excelencia – es muy tranquilo. Puedes recorrer su plaza, cafeterías, bancos, un pequeño cine y varias librerías. Píllate un chocolate, un zumo o un vino en Said, una ex fábrica de chocolate convertida en un bistró-sala de té. Si quieres algo más hipster, tu lugar es Giufà, un café literario donde puedes tomarte un té ojeando una novela gráfica.

Y por último, después de tanto caminar ¡qué mejor que darte un buen homenaje!. Seguramente tanta italianidad te ha hecho añorar la comida española, ¡no te preocupes!. A dos pasos tienes el 100 Montaditos más visitado de la capital italiana, el de la vía Tiburtina 141. Podrás probar la carta de 100 Montaditos Italia, con muchas novedades que sin duda te sorprenderán. Ya sabes, aquí estás en casa.



100 MONTADITOS EN ROMA

CC ANAGNINA - VIA TORRE DI MEZZAVIA, 35 - ROMA

CC ROMA EST - VIA COLLATINA, 858 - ROMA

VIA DUCA D'AOSTA, 1 - FRASCATI

HOTEL DE ROME - LARGO CORRADO RICCI, 37/A - ROMA

PIAZZALE DI PONTE MILVIO, 10 - ROMA

VIA GALVANI, 91 - ROMA

VIA TIBURTINA, 141 - ROMA

VIALE DELLA MARINA, 42 - LIDO DI OSTIA, ROMA

+SPQR

R E C O M E N D A C I O N E S D E C O L E G A S

Lined writing area for recommendations.

Lined writing area for a signature or name.

