

Ricevi le
notizie Ansa
sul tuo telefonino

Cerca nel Sito

Vai

English News

RUBRICHE

- Turismo & Mercato
- Arte e Cultura
- Speciale Eventi
- Ambiente
- Gastronomia

IN PRIMO PIANO

■ IL CAMMINO DI FRANCESCO, MENS SANA IN CORPORE SANO

RIETI - Non solo natura, ecologia, spiritualità ma anche ristoro e piacere per il cibo lungo i sentieri che segnano il Cammino di Francesco. Qui è di casa il detto latino 'mens sana in corpore sano', tanto per non dimenticare l'importanza dell'abbinamento spirito-palato. Ecco quindi i molti motivi per non lasciarsi sfuggire l'occasione di godere tutto il bello ed il buono che questo percorso naturalistico, ideato dall'Azienda di Promozione Turistica della Provincia di Rieti, promette ai cultori della gastronomia. Il Cammino di Francesco, che quest'estate ha moltiplicato i pellegrini mentre nel mese di ottobre sono attese le visite di turisti in particolare dalla Gran Bretagna e dal Brasile, può infatti diventare una occasione anche per scoprire i piatti e le tipicità del territorio proposti dagli operatori turistici lungo gli ottanta chilometri e più di sentieri. Una straordinaria esperienza di fede, di vita a contatto con la natura per chi sceglie di camminare a piedi, oppure di effettuare il percorso in mountain bike o a cavallo, con la cornice tutta da gustare delle specialità sabine. Casali ristrutturati di fine Seicento e Settecento, bed and breakfast, agriturismo, ristoranti e agriturismo, fattorie con aia e aziende biologiche propongono specialità gastronomiche locali, tipicità e alimenti di produzione propria. Da Greccio a Fonte Colombo, dal santuario di Poggio Bustone a quello della Foresta, dal monte Terminillo a Rivodutri, alla Riserva dei laghi Lungo e Ripasottile, fino a Cantalice, Contigliano e Morro Reatino, gustare un piatto tipico dal sapore indimenticabile si può: ricette di una volta, rivisitazioni gastronomiche a base di farro, cicerchie, ceci, tartufo, cucina casereccia e tradizionale, pane fatto in casa, paste tirate a mano. Una passeggiata in mezzo al verde e alla natura che si completa dunque a tavola grazie ai tanti operatori turistici che ogni giorno attendono il pellegrino per offrire pollo e abbaglio alla cacciatora, fregnacce alla sabinese, gnocchi con il castrato, trippa, zuppe di farro e legumi, carne alla brace, formaggi e latticini freschi. Nella tappa tra Fonte Colombo e Greccio, nelle vicinanze di Contigliano, sono numerosi gli agriturismo che rifocillano il viandante dopo le fatiche del cammino: lì in un allevamento biologico di bovini, suini e animali da cortile dove si producono carni fresche, salumi e fagioli, le specialità gastronomiche portano indietro nel tempo grazie ai pizzicotti, la pasta tipica del Reatino a base di acqua e farina che viene appunto 'pizzicata' dalle massaie poco prima di arrivare in pentola. Qui di casa sono anche gli strengozzi, altro piatto tipico del territorio con pasta di farina, acqua e sale tirata al matterello a sfoglia spessa e tagliata a strisce. In un casale di pietra a pochi passi dal fiume Velino, possibilità di soggiornare e anche di praticare sport estremi. Il pellegrino che sceglie il sentiero che da Fonte Colombo porta a Poggio Bustone e alla Foresta può trovare nel suo viaggio alla scoperta dei sapori e delle specialità, in località Cerchiara, una fattoria che produce formaggio, burro, latte e marmellate, e prepara ravioli con la ricotta, quadrelli agli asparagi, coniglio ripieno e cacciagione. E ancora nelle vicinanze della Riserva dei Laghi Lungo e Ripasottile, ai piedi di un antico mulino in pietra azionato ad acqua, l'offerta è a base di prodotti tipici di grano tenero, granturco, ceci e lenticchia. Lungo il percorso che da Poggio Bustone porta al faggio di san Francesco, nei pressi di Morro Reatino, si producono nocciole, orzo e legumi. In questa terra di laghi, fiumi e torrenti, il Cammino di Francesco, quando tocca la località di Rivodutri, tenta il pellegrino con le specialità a base di trote e gamberi insaporite in cento salse diverse.

Per informazioni: Ufficio centrale del Cammino di Francesco presso la sede dell'Apt di Rieti, tel. **0746 201146**. Sito internet

www.camminodifrancesco.it

02/09/2005 00:19

METEO



LINK UTILI

Il nuovo
veicolo
d'informazione



Accendi il Mondo
tutte le notizie
ANSA
in tempo reale
sul tuo telefonino



Home



Back



Stampa



Invia

[CONTATTACI](#)

[CREDITS](#)

[DISCLAIMER](#)

ANSA