

## Umbria Cuore d'Italia. Gli artigiani del Gusto

reportage di **Alba Simigliani e Nicola Zinni**

**Umbria marzo 2009.** Da gennaio a dicembre, ogni periodo dell'anno rappresenta una buona occasione per



visitare questa terra ed approcciarsi ai suoi prodotti tipici: dall'Umbria più "saporita e gustosa", come quella di **Norcia**, per esempio, dove è nata l'antica arte della **norcineria** e dalle cui terre si ricava il prezioso **tartufo nero** apprezzato in tutto il mondo, all'Umbria più verde e selvaggia, attraversata da ripidi torrenti.

La stessa terra in cui Etruschi, Romani, Longobardi hanno costruito ed abbellito il magnifico paesaggio con castelli, palazzi, piazze e la devozione religiosa ha lasciato chiese ed abbazie di grande richiamo

spirituale.

Nel suo "Viaggio in Italia" Guido Piovene nel 1956 scriveva " **Vi è nel popolo umbro un estetismo naturale**".

**Arte, natura, bellezza**, dunque, ma anche **buoni sapori ed autentica ruralità**, caratterizzano questa regione centrale d'Italia in cui in tutto l'arco dell'anno si susseguono eventi e manifestazioni.

**A Norcia, da 46 anni**, a cavallo tra febbraio e marzo si mette in **Mostra** col suo profumo e con l'inconfondibile gusto il **Tartufo nero pregiato**, svariati **prodotti tipici di qualità** e la nutrita rassegna di **norcineria**.

Oltre al tartufo nero, qui regnano prodotti di eccellenza come il **prosciutto Igp**, le **lenticchie Igp di Castelluccio**, prodotte sugli altipiani carsici ad una altitudine di 1500 metri, e **ottimi salumi e formaggi**.

**La storia millenaria nella lavorazione delle carni suine fa di Norcia la capitale umbra della gastronomia, e una delle capitali del gusto più rinomata d'Italia.**

La città sabina di Norcia si trova nella parte più montuosa e pittoresca dell'Umbria, nell'area del **Parco Nazionale dei Monti Sibillini**, e conserva intatte le testimonianze del suo passato romano e medioevale, a cominciare dalle mura di cinta. L'antica Nursia, con la sua piazza circolare su cui si affacciano la fronte gotica della **Basilica di S. Benedetto**, il **Palazzo** detto la **Castellina**, oggi sede dell'interessante **Museo Civico**, il **Palazzo Comunale** con il Loggiato inferiore del XIV sec., il Portico delle Misure, costruito nel 1500 per ospitare il mercato dei cereali e la **Cattedrale di Santa Maria Argentea**, merita una sosta ed una vacanza per conoscere anche i luoghi di grande interesse naturalistico.



*“ Chi ama lo strano e il fantastico vada a Norcia...nelle sue vicinanze sorgono i monti Sibillini, che sembrano indicarne il carattere con il nome... Il territorio è pastorale ed alpestre, con capre, pecore e maiali d'aspetto selvatico, neri e magri... Si respira, in questa cittadina romita, l'aria della civiltà”.* (Guido Piovene – “Viaggio in Italia” - 1956)

Sulla piazza centrale, **San Benedetto**, che a Norcia ha avuto i natali nel 480, sembra invitare gli amanti del gusto ai numerosi e **stuzzicanti eventi enogastronomici** che in questa città si svolgono, fra cui: il **“Nero Norcia”**.

La **Mostra Mercato**, giunta alla **46° edizione**, si è appena conclusa: nelle piazze e nelle vie del bel centro storico la tradizionale manifestazione ha fatto rivivere momenti di degustazione, intrattenimento e sperimentazione. Protagonista indiscusso il “Tuber Melanosporum Vittadini”, il **Tartufo Nero Pregiato di Norcia**. Accanto ad esso altri degni attori della qualità e della genuinità: molteplici tipicità locali, ma anche prodotti di qualità delle altre regioni d'Italia e stand di Comuni aderenti all'Associazione **“Città dei Sapori”**. Ad incorniciare l'affermato evento, mostre fotografiche e pittoriche, convegni e dibattiti, momenti musicali e spettacoli, escursioni e visite ai luoghi della **Valnerina** e tante, tante occasioni di gusto. ([www.neronorcia.it](http://www.neronorcia.it))

[www.movimentoturismo.it](http://www.movimentoturismo.it) [www.festival.it](http://www.festival.it))



Dagli anni '50, la manifestazione è diventata **uno degli appuntamenti più prestigiosi del calendario nursino**. Per promuovere ed attuare iniziative più vantaggiose per la valorizzazione delle produzioni tipiche locali è stata anche allestita l'**Officina del Gusto**, una scuola di cucina e di degustazioni guidate di eccellenze del territorio, con mini corsi e presentazione di prodotti, preparazione di ricette a cura della **Eatalian Style** ([www.eatalian.net](http://www.eatalian.net) – [www.eatalian.it](http://www.eatalian.it)) con la preziosa collaborazione del **CEDRAV** (Centro per la Documentazione e la Ricerca

Antropologica in Valnerina – 0743 922129 – [info@cedrav.net](mailto:info@cedrav.net) ).

Lo stesso Centro che, dopo lunghi e approfonditi studi, ha ricostruito la presenza storica del Tartufo di Norcia nelle abitudini delle civiltà passate e presenti. Il ricercatore **Augusto Lucidi** afferma che: *“ Le prime testimonianze sul tartufo risalgono a 3000 anni prima di Cristo, quando i re babilonesi ricercavano questo frutto prelibato tra le sabbie del deserto. I Romani, più tardi, iniziarono ad apprezzare il “tuber terrae”. Il filosofo greco Teofrasto (III sec. A.C.) lo considerava “figlio delle piogge d'autunno”, Plinio il Vecchio, autorità nel campo micologico, lo definì “miracolo della natura”; Apicio, autore del “De re Conquinara”, il primo libro di ricette che si conosca, approfondisce l'aspetto gastronomico e suggerisce di gustare i tartufi come semplice condimento per i piatti. Anche nel Medioevo il tartufo è presente nelle tavole, nei versi dei grandi poeti e nelle cronache dei conventi. Il tartufo nero si trova in molti altri luoghi dell'Italia centrale – conclude Lucidi - Norcia, però, è la sua capitale.”*

Accanto alla produzione industriale, si va affermando una **produzione di nicchia** basata sulle più moderne tecniche della **filiera corta**, altamente curata e controllata, destinata ad un pubblico selezionato e particolarmente esigente. I **formaggi** dell'**Azienda Agricola “Il Quadrifoglio”** ne sono un esempio: il produttore **Ernesto Tiberi** ha scelto la qualità e con scrupolosa serietà segue tutte le fasi della filiera che

avviene interamente in Azienda e offre un prodotto davvero di garantito. Basta entrare nei locali dove viene raccolto il latte di giornata per diventare "bontà" da mangiare. Prima ancora di assaggiare la ricotta ancora calda, o la cagliata appena fatta, prima che venga rotta per dar vita al gustoso pecorino, è il profumo di buono che conquista. *"Tutte le fasi della lavorazione seguono rigorosamente i canoni della tradizione tramandati per secoli, e con metodiche d'avanguardia garantiamo la genuinità dei nostri prodotti interamente biologici"* - afferma il sig. Ernesto - *"dal latte al caglio sono prodotti in azienda"*. Inserita nel "Sentiero dei sapori della Valnerina", l'Azienda "IL Quadrifoglio" produce anche farro e lenticchie di pregio, ma il vero fiore all'occhiello sono i prodotti caseari: **la ricotta e il formaggio di pecora**, ricavati dal latte appena munto e non pastorizzato, hanno un gusto non comune che sa risvegliare il ricordo degli odori e dei



sapori dell'infanzia. Dalla stalla alla tavola, dunque, queste delizie, conservando tutte le caratteristiche qualitative, arrivano direttamente al palato. **L'Azienda offre anche ospitalità e piccoli appartamenti** per poter apprezzare appieno il paesaggio, assistere e partecipare alla magia della trasformazione del latte con la "Scuola di formaggio", e trascorrere una vacanza di gusto. Per informazioni: 0743816751-

[www.lecasediquarantotti.it](http://www.lecasediquarantotti.it)

Un altro bravo **artigiano del gusto** è **Alessandro Pistoni** che con passione tiene alto il buon nome di

Norcia. Stando attento alla materia prima, scegliendo condimenti di qualità e seguendo la tradizione, produce **salumi di prim'ordine**. Piccola Azienda gestita dal giovane allevatore e produttore che ha imparato il mestiere dalle generazioni precedenti, ma che ha anche seguito personali percorsi di formazione teorica. *"La scelta di base - dice Alessandro - sta nel rifiuto dell'impiego di additivi chimici e conservanti e nell'uso del budello rigorosamente naturale. Inoltre grande cura viene osservata nella fase della stufatura dei salumi che avviene davanti ad un camino dove bruciano diversi tipi di legno per dare il giusto aroma: ginepro, quercia e carpino.* Un prodotto così emblematico non poteva che chiamarsi "**Norcino**". Per informazioni: Tel. 0743 820133 - [Alessandro.pistoni@gmail.com](mailto:Alessandro.pistoni@gmail.com)

A 4 Km da Norcia, all'interno del Parco Nazionale dei Monti Sibillini, nella Valle Patino, il maialino di Norcia allo stato brado è allevato nell'**Azienda Agricola "L'ape Sibilla"** di **Giuseppe Fausti**. *"Il maiale Cinturello di razza antichissima della zona di Norcia, rappresentato nella maggior parte delle chiese al fianco di Sant'Antonio Abate, usato anche per la cava del famoso tartufo di Norcia, è di una razza rustica. Derivato dalla cinta senese, che anticamente veniva allevato nelle nostre campagne, viene qui tenuto allo stato brado e la carne, lavorata con la sapiente arte norcina, produce salumi di qualità, di alto pregio e dal sapore unico"*, afferma il Sig. Fausti, l'unico allevatore con allevamento brado iscritto e censito all'anagrafe suina asl di Norcia. L'intraprendente Giuseppe ha concepito la sua azienda come "albergo" di maiali che possono essere acquistati da chi vuole sicurezza, genuinità e qualità ed al momento giusto ritirare i prodotti di filiera corta lavorati e stagionati. Per informazioni: cell.: 3930092704 - [giuseppe.fausti@alice.it](mailto:giuseppe.fausti@alice.it).

Molti i posti, neanche a dirlo, dove poter mangiare bene! Ad ogni angolo un gustoso panino è a portata di mano; ma una sosta più lunga in una delle tante trattorie, permette di apprezzare la vasta gamma di prodotti e piatti tipici.



Al **Ristorante Enoteca “Locanda del Teatro”** nella piazza V. Veneto di **Norcia** si possono gustare piatti della tradizione inaffiati da ottimi vini come il **Sagrantino** ed il **Rosso di Montefalco** (Tel. 0743 817857 – [www.norciavacanze.it](http://www.norciavacanze.it)).

- **A proposito di Sagrantino**
- **Partendo da Norcia si potrebbe suggerire al goloso visitatore di proseguire per Montefalco, passando per Trevi, sostare a Bevagna e raggiungere Foligno.**

Tra le colline coltivate a viti ed ulivi, costellate da torri, borghi e castelli medievali, a pochi km da Norcia, si estende il percorso culturale ed enogastronomico della **Strada del Sagrantino**.

Il Sagrantino è un vitigno autoctono coltivato solo nei comuni di **Montefalco, Bevagna, Gualdo Cattaneo, Giano dell’Umbria e Castel Ritaldi**. Vino rosso di grande struttura ottenuto esclusivamente da uva Sagrantino, e che in piccola parte viene prodotto anche nella versione “passito”. Tradizionalmente nasce come vino dolce, per uso eucaristico e familiare. Sullo stesso territorio vanta una notevole tradizione e diffusione anche il **Montefalco Rosso DOC** (dove il Sangiovese si sposa con il Sagrantino), e il **Montefalco Bianco DOC** (a base di Grechetto e Trebbiano).

*“Il **periodo pasquale** può rappresentare una buona occasione per approcciarsi ai prodotti tipici delle Terre del Sagrantino, in occasione della **Mostra Mercato**. Oppure a **maggio**, quando le **Cantine Aperte** sul territorio di Montefalco permettono la degustazione dei vini nei caratteristici luoghi di produzione. Oppure in agosto, quando la città si anima per l’**Agosto Montefalchese** con un ricco ed articolato programma per tre settimane. O ancora in **settembre**, quando la rassegna “**Settimana Enologica**” offre un variegato programma di iniziative mirate a diffondere la conoscenza della produzione vitivinicola locale” - ricorda il **Sindaco di Montefalco Valentino Valentini** – “Che termina con la Festa della Vendemmia e la sfilata dei tradizionali carri allegorici per le vie del bel centro storico che di per sé vale una visita ed una sosta in qualsiasi periodo dell’anno, per rinfrancare il corpo e lo spirito. Ed ancora, per non pensare solo al vino, si può venire in Umbria anche a **novembre** per **Frantoi Aperti**: veri laboratori di sapori con particolare riferimento all’**Olio di qualità Dop Umbria**.” Ma anche a **dicembre** per andare ancora per **Frantoi e Mercatini**.” Il Sindaco, intervenuto alla manifestazione “Nero Norcia”, non perde occasione per promuovere il proprio Comune e l’intero territorio umbro, ma sottolinea anche che “in una strategia di sviluppo, centrale e non accessoria è l’enogastronomia. **“Accendere i riflettori sul settore turistico enogastronomico significa mettere in moto risorse straordinarie.** – sostiene Valentini - *L’Umbria ha enormi potenzialità ancora inespresse e può conoscere ulteriori momenti di valorizzazione e di crescita, ma è necessario costruire una simbiosi fra gli operatori del settore, i produttori e le istituzioni. Uno strumento su cui puntare è quello del web, avendo cura di essere attenti alla qualità del sito, che consente di rispondere con tempestività alle richieste di chi sta programmando una vacanza. Occorre puntare più che sul turista sul visitatore colto, attratto dalla bellezza, dalla storia dei nostri luoghi, ma anche dalla qualità, genuinità dei nostri prodotti e dalla autentica familiarità con cui viene accolto. Occorre investire sulle eccellenze, ma anche sulle competenze e fare delle scelte chiare e non contraddittorie per salvaguardare il paesaggio ed i nostri prodotti che rappresentano il nostro patrimonio e la ricchezza su cui puntare per un ulteriore sviluppo del nostro territorio.*”*

Numerose le Aziende che producono ottimo vino, fra queste:

**Dorino LIVON**, uno dei più affermati viticoltori friulani, che dai vini bianchi dal Friuli è approdato all’Umbria per allargare ai rossi la sua produzione: scommettendo sul Rosso



di Montefalco. La **Fattoria Col Santo**, sotto il Comune di Bevagna in zona D.O.C.G. Montefalco produce Sagrantino, Montefalco Rosso e Ruris (Sangiovese, Merlot e Sagrantino) Tel. 0742 360412 - [www.livon.it](http://www.livon.it)

**Azienda Agraria Fratelli Tocchi e Cantina Poggio Torri** – tel.:0742 379287 – cell. 3493141874 – [www.cantinapoggiotorri.com](http://www.cantinapoggiotorri.com)

La **Tenuta Rocca di Fabbri** della famiglia **Vitali** vinifica esclusivamente le uve prodotte nei vigneti dell’Azienda con moderne tecnologie a servizio della tradizione. Tel. 0742 399379 – [www.roccadifabbri.com](http://www.roccadifabbri.com)  
**Donne del vino**, le sig.re Vitali offrono anche ospitalità nella **Residenza di campagna “Subretia”**: Tel.0742379075 – [www.subretia.com](http://www.subretia.com)

A **Berlino** trovate il **Sagrantino Travel** – Fon: 0171 4825456 – [www.sagrantinotravel.com](http://www.sagrantinotravel.com)

Per ulteriori informazioni: [www.vininelmondo.org](http://www.vininelmondo.org) - [www.montefalcodoc.com](http://www.montefalcodoc.com) - [www.stradevinoeolio.umbria.it](http://www.stradevinoeolio.umbria.it)

Il **Sindaco di Trevi**, anch’egli presente alla manifestazione “Nero Norcia” ed al Convegno **“Nuove prospettive di sviluppo per il turismo rurale ed enogastronomico in Umbria”**, condivide le riflessioni di Valentini e ribadisce che quello enogastronomico è un elemento portante dell’Italia minore e, dunque, del Umbria, e rappresenta *“una chiave di accesso per attrarre il visitatore e convincerlo a scegliere questa regione.”*- ribadisce il Sindaco **Giuliano Nalli** - *“L’altro patrimonio umbro è senz’altro il paesaggio, un vero e proprio Museo all’aperto, per questo è necessario prendersene cura, fare le scelte giuste, aiutare gli agricoltori, in modo che anche le nuove generazioni*



Da destra : Valentini, il Sindaco di Trevi, Nalli, il Commissario

*possano comprendere che il lavoro agricolo può essere una apprezzabile fonte economica e scegliere di restare. Inoltre – continua Nalli - è utile investire nelle infrastrutture, naturalmente compatibili con il paesaggio, per agevolare e velocizzare i trasporti”.* Tutti d’accordo per impegnarsi in una pianificazione condivisa e responsabile e per una politica comune mirata alla valorizzazione dell’intero territorio e soprattutto dell’*“Umbria minore”*, affinché sia in grado di proporre una vacanza indimenticabile ed esclusiva.

*“ Anche a Trevi in ogni momento dell’anno e non solo d’estate vi sono manifestazioni ed occasioni per un soggiorno di qualità”* - afferma il Sindaco - *A novembre, per esempio, per **Frantoi aperti**; nel prossimo **aprile** per l’iniziativa **PIC & NIC**, con gustose merende e concerti per festeggiare la fioritura degli ulivi, di quegli ulivi che danno **l’ottimo olio**; o ancora in **ottobre** per la **Sagra del Sedano Nero e della Salsiccia**, due specialità del posto.*

**Trevi** è una delle più antiche cittadine umbre, **capitale dell’olio**, al centro della zona DOP “Assisi- Spoleto”, si estende sulle propaggini del Monte Serano. Oltre alla stupenda vista sulla vallata umbra, Trevi vanta numerosi edifici che presentano affreschi sulle facciate, il suggestivo Teatro Clitunno di Domenico Mallaioli, la Torre Civica, e numerose chiese , fra cui va segnalata quella di S. Francesco e quella della Madonna delle Lacrime, con la Cappella del Presepio affrescata nel ‘400 dal maestro Benozzo Gozzoli. ([www.oliodopumbria.it](http://www.oliodopumbria.it) - [www.frantoiaperti.it](http://www.frantoiaperti.it))

E che l'enogastronomia possa e debba essere il cardine dello sviluppo turistico trova più che convinto **Roberto Prospero**, che ribadisce che *"Tutte le vie portano al gusto"* e, si potrebbe aggiungere che **il gusto porta sulle vie giuste!**

Organizzatore di quella straordinaria manifestazione che è il **Festival dei Primi Piatti**, che da 10 anni si svolge a fine settembre a **Foligno**, sottolinea anche che il successo de **"I Primi d'Italia"** è dovuto alla simbiosi fra gli organizzatori, le istituzioni e l'impresa privata. *"Tutti hanno creduto in questo Progetto e si sono impegnati affinché diventasse una manifestazione vera ed un appuntamento consolidato. Grazie alle scelte giuste e lungimiranti, la manifestazione può considerarsi una importante vetrina in cui sicuramente la pasta è assoluta protagonista, ma che spazia a 360° e propone il meglio delle eccellenze e del gusto. Questo Evento gastronomico – continua Prospero - rappresenta una importante occasione per portare a Foligno moltissimi visitatori e consentire loro di scoprire anche altri aspetti della città e conoscere il territorio umbro. Da non perdere, dunque, - raccomanda Prospero - l'**XI edizione dei "Primi d'Italia"** nel prossimo settembre.* ( Per inf. **EPTA Confcommercio** – Tel. 075.5005577 – [www.iprimiditalia.it](http://www.iprimiditalia.it) )

**Foligno** merita una visita, dunque, non solo in occasione di questa o di altre manifestazioni enogastronomiche, ma anche per vivere la bella e piacevole dimensione della provincia italiana. Una delle poche città dell'Umbria situata in pianura, Foligno è stata fondata prima dell'anno Mille. Nel Medioevo godette di grande sviluppo commerciale e delle arti, tra cui quella della stampa. Oltre a Palazzo Trinci, ricco di affreschi che celebrano le arti e l'uomo, nella Piazza della Repubblica si trovano il bel Duomo del 1200 e l'imponente Palazzo Comunale.

Per concludere questo itinerario

**Bevagna** è un'altra meraviglia dell'Umbria da conoscere. Nota per la sua bellissima piazza su cui si affacciano il gotico Palazzo dei Consoli, che oggi ospita uno dei più belli e piccoli teatri d'Italia, e le chiese romaniche di San Silvestro e di San Michele Arcangelo, costruite nel 1100 una di fronte all'altra, conserva nel centro storico interessanti resti del Teatro Romano e delle Terme risalenti al II sec. d.C. e numerose botteghe. Se ci si trova a passare nel mese di **giugno** certamente vale la pena assistere alla magia del **Mercato delle Gaitte**, una fedele riproduzione di scene di vita medievale che i cittadini di Bevagna preparano nel corso dell'intero anno. Tutti gli abitanti, suddivisi in quattro contrade (le gaitte), si sfidano a riprodurre il più fedelmente possibile scene di vita e le antiche arti: dalla carta alla tessitura, dalla falegnameria al vetro ed al ferro battuto. Naturalmente il tutto accompagnato dall'ottimo vino e dalle gustose specialità della cucina tipica.

([www.comune.bevagna.pg.it](http://www.comune.bevagna.pg.it) – [www.ilmercatoделlegaite.it](http://www.ilmercatoделlegaite.it))