

all'interno...

gli itinerari
Gustosi
Territorio, ambiente, enogastronomia

TURISMO

all'Aria Aperta

Anno 11°
MAGGIO 2005
€ 3,50 **66**

CAMPEGGIO & TEMPO LIBERO - MENSILE DI INFORMAZIONE E DI ATTUALITÀ

A Vicenza
le idee hanno contato
più dei prodotti
(pag. 24)

Come progettare
un'area di sosta
(pag. 35)

Itinerario tra i suggestivi
centri della Val d'Aso
(pag. 46)

IN TUNISIA
alla scoperta di
un'antica civiltà



Spedizione in abbonamento postale - Tabelle B/E - Tarce percue (tassa riscossa) - autorizzazione n. 535 del 14/12/2001 della Direzione Generale P.P.T. della Repubblica di San Marino - CONTIENE IP

Maggio 2005

... Aria Aperta

itinerario del mese

Itinerari
Gustosi

Lunigiana

UNA TERRA DA SCOPRIRE

Di Salvatore Longo

La Lunigiana storica - una terra con un'identità molto pronunciata per il suo essere terra di confine: toscana nella parte medio-alta, morfologicamente collinare se non montana, che segue lo scorrere del Magra e ligure e pianeggiante attorno alla foce del fiume - appare al turista che valica la Cisa, d'estate come un verde anfiteatro e d'autunno con i mille colori dei boschi che coprono le pendici dei suoi monti dalle vette bianche di neve in inverno quasi in gara con il bianco dei marmi delle Apuane.

Sorprende in ogni stagione la varietà del paesaggio dagli alti prati ai pascoli delle tipiche pecore di razza zerasca, alle colline coperte di oliveti e vigneti fino ai campi dai mille colori. Tradizioni e orografia ne fanno un'isola rispetto alle due regioni in cui è amministrativamente divisa: i ripidi pendii lungo la valle del Magra sfruttati costruendo terrazzamenti e gradoni creano un paesaggio agricolo più ligure che toscano e il nostro ricordo di questa terra è ben lontano da quello delle dolci colline toscane sparse di borghi che si intravedono tra filari di viti e secolari alberi d'olivo, paesaggio dipinto da un pittore solare che ha mischiato allegramente colori anche diversi secondo le zone e le colture, ma sempre vivaci. L'immagine che lascia in noi la Lunigiana è, invece, quella di un borgo arroccato attorno a un castello costruito in modo da dominare il paesaggio a fondovalle - classica struttura paesaggistica delle zone storicamente e geograficamente di transito obbligato - e questa valle è stata per molti secoli il più importante asse di collegamento tra la pianura padana e il mare.

servizio
realizzato con la collaborazione delle
Agenzie LUNIPRESS di Angela Macclusi

Un po' di storia

La popolazione originaria apparteneva al gruppo paleo-ligure apuano che ebbe come manifestazione peculiare le *statue stele* di cui sono stati rinvenuti esemplari nel bacino del Magra. Già in quell'epoca remota fu evidente l'importanza strategica della Lunigiana quale principale, se non unico, collegamento tra i Liguri e i Celti della pianura Padana.

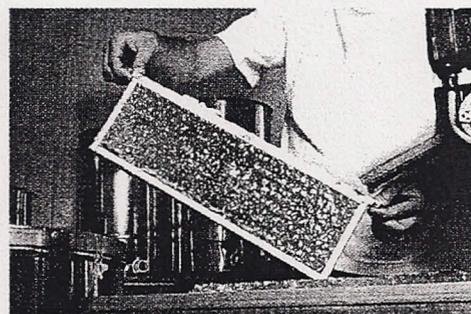
Successivamente i Romani nella propria azione di conquista e di controllo del territorio fondarono alla foce del Magra la città di Luni che ricoprì un ruolo importante anche oltre l'era romana, specialmente nel periodo vescovile.

La funzione di questa valle come sbocco al mare della pianura padana e la mancata costituzione di un potere legislativo e politico unitario in seguito alla irreversibile decadenza della città di Luni determinarono un processo di scomposizione territoriale in una serie di potentati in lotta tra loro quali i Malaspina, il vescovo di Luni e alcune nobiltà minori come i signori di Vezzano e i Bianchi d'Erberia. Né la situazione d'instabilità politica mutò di molto nei secoli successivi nonostante che la pace di Castelnuovo Magra (1306) avesse sancito la predominanza dei Malaspina che comunque garantirono una semi-indipendenza alla valle sino alla fine del XVIII secolo. Paesaggisticamente instabilità e lotte si tradussero in castelli e centri fortificati sparsi sui monti a 'protezione' dei passaggi obbligati della Via Francigena, strada che dall'area padana portava a Roma scorrendo a fondovalle. Percorrendo la storia e la lettura dei toponimi troviamo circa 120 di queste strutture fortificate a testimonianza delle lotte tra i vari poteri feudali locali e dei tentativi di controllo da parte di Genova, Lucca, Firenze e Milano. Terra contesa, oggetto di ripetute spartizioni tra genovesi e toscani, subì soprattutto l'influsso di due famiglie: i Fieschi nell'area genovese - quella costiera e di Luni - e i Malaspina nella parte toscana, a loro volta divisi tra 'spino secco' e 'spino fiorito' dai rispettivi blasoni. I primi signoreggiavano Mulazzo e la zona occidentale, gli altri Casola, Licciana e tutta la zona orientale. Anche Firenze e i Medici parteciparono a questa spartizione con la loro presenza a Fivizzano e in alcune aree della parte orientale. L'appassionato che voglia costruirsi un percorso tra castelli e forti - oggi in gran parte ruderi o di proprietà privata - ha una quarantina di possibilità. Fra i 16 castelli visitabili alcuni sono adibiti a musei, come ad esempio il Castello del Piagnaro a Pontremoli con la mostra delle statue stele o la Fortezza della Brunella ad Aulla che ospita il museo di storia naturale della Lunigiana. Se i castelli sono il simbolo del controllo territoriale, le numerosissime pievi romaniche disposte lungo la Via Francigena rappresentano sia l'importanza del-

l'ordinamento pievano nell'organizzazione civile e religiosa della valle, sia il grande flusso di pellegrini verso Roma con tutte le conseguenze di carattere mercantile e commerciale che rendevano la Lunigiana terra molto appetibile. Con tale storia non c'è quindi da stupirsi se il dialetto locale è del tutto particolare: un linguaggio molto chiuso tra il ligure e l'emiliano e diverso come spesso accade in montagna nelle varie vallate.

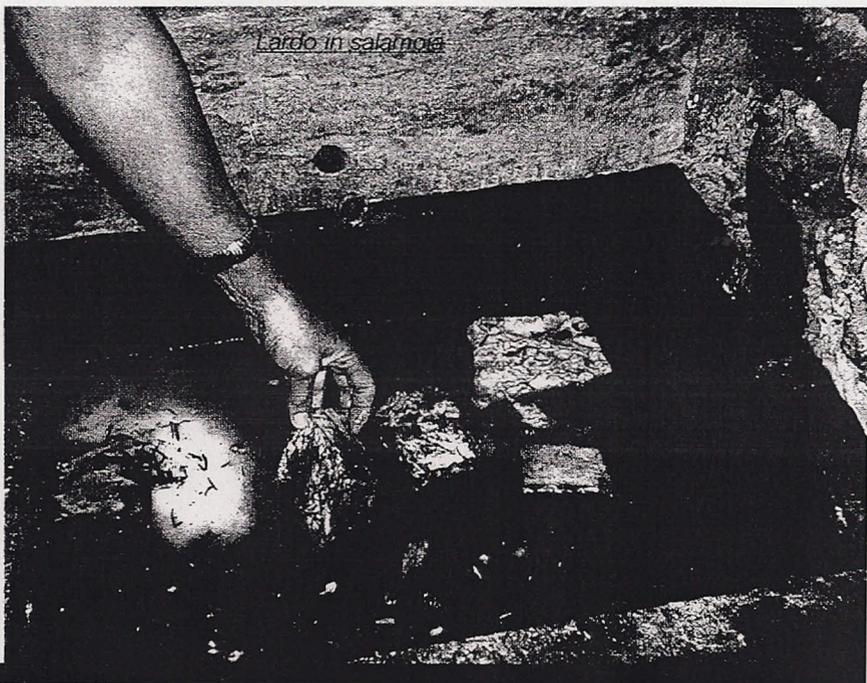
Profumi e sapori di Lunigiana

Molte sono le produzioni agroalimentari tradizionali che traggono origine dalla specificità dell'ambiente: dal miele della Lunigiana dop, il primo miele italiano ad aver ottenuto la dop (nelle tre tipologie acacia, castagno e millefiori), - che si distingue rispetto ad altri prodotti analoghi per un ambiente di impollinamento omogeneo e caratterizzato dalla diffusione sul territorio di varietà arboree spontanee e dalla totale assenza di inquinamento - alle caciotte, alla mortadella e al filetto della Lunigiana o ai funghi dal profumo particolare e intenso e dal sapore delicato, al fagiolo di



operazione di smielatura

Bigliolo (un fagiolo piccolo, tenero, di buccia sottile, molto delicato e ricercatissimo per la sua eccellente digeribilità), alla cipolla di Treschietto (una cipolla piccola, tonda, rosa e dolce, prodotta in clima montano da mangiare cruda e indicata per i dolci, come la torta di cipolle cotta al forno. L'approvvigionamento delle piantine avviene per autoriproduzione in modo da preservare il patrimonio genetico autoctono), alle mele Rotella e Bigotto, alla farina di castagne la cui tipicità deriva dalle cultivar locali e dalla antichissima tecnica di affumicatura che avviene nei tipici 'metati' con un fuoco di legna di castagno, alla



Lardo in salamoia

Lunigiana. Una terra da scoprire

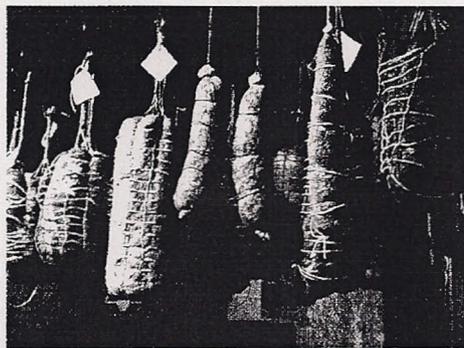
patata di Zeri (cresce a elevata altitudine tra i 500 e i 1500 m. ed è ricercata per essere a un tempo tenera, saporita e dolce). Nessuno dei prodotti ha raggiunto però



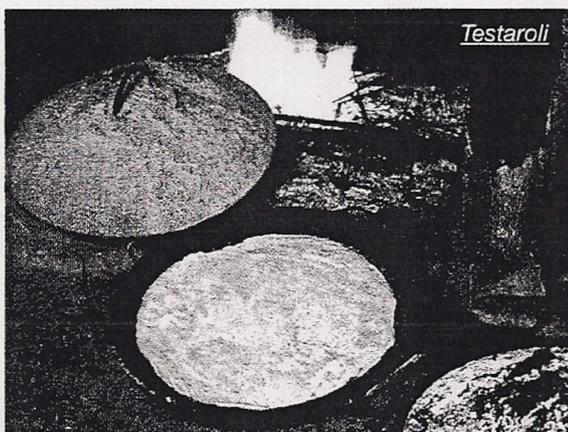
la notorietà del lardo di Colonnata, un lardo di maiale che si presenta bianco latteo.

Il lardo - prodotto in realtà in una zona a cavallo tra la Lunigiana e la restante parte della provincia di Massa - viene diviso in pezzi e massaggiato con un composto di sale, spezie ed erbe aromatiche, i pezzi vengono poi collocati uno sopra l'altro in teche di marmo dove si forma una specie di salamoia che ammorbidisce e insaporisce la carne. Dopo alcuni mesi il lardo è pronto per i gourmet.

Meno noto, ma prodotto unicamente in Lunigiana ed egualmente gustoso è il lardo in salamoia ottenuto



VI



trattando il lardo con una salamoia con molte spezie. Particolarmente rinomato è anche l'agnello di Zeri, frutto dell'allevamento della pecora zerasca, razza ovina autoctona le cui caratteristiche sono dovute all'isolamento della zona (le prime notizie su questa varietà di pecore si sono avute soltanto nel 1845 da parte dell'agronomo Antonelli), fatto che ha determinato un ambiente incontaminato e pascoli con foraggi freschi e di elevato valore nutritivo. Le pecore sono allevate allo stato semibrado senza l'intervento di alcun integratore alimentare. La carne è molto tenera, dolce, profumata, con una forte fragranza e non ha alcun sentore selvatico.

Ogni anno a Zeri verso la fine di giugno si svolge la festa della tosatura con escursione sui luoghi della transumanza.

La cucina

La cucina lunigiana è caratterizzata dalla influenza di sapori e aromi delle tre regioni che la circondano e che la storia ha provveduto a mixare e amalgamare, ne sono simbolo i testaroli - pasta fresca cotta sul 'testo di terracotta' - tagliata a forma di rombo e condita con il pesto o con la salsa di noci (pasta emiliana e condimento ligure). Altri piatti tipici sono gli sgabei (strisce di pasta fritta) e i panigacci (focacce di acqua e farina cotte nel forno a legna dentro contenitori di coccio sovrapposti, i

testi). Tra i prodotti da forno da ricordare le torte dolci carscenta e spongata, quest'ultima formata da due stati di pasta ripieni di miele, pane, frutta secca e aromi - secondo un'antica tradizione le cui prime tracce risalgono all'800 nel pontremolese veniva offerta per Carnevale dai giovani alla fidanzata.

Tradizionale ed eroica la coltivazione dell'olivo che cresce quasi abbarbicato sui terrazzamenti e dà origine a un prodotto l'olio extravergine apuo-lunigianese poco piccante e con la caratteristica di esaltare i profumi e i sapori dei piatti per cui viene utilizzato.

Le strade del gusto

Una DOC e una IGT sono il vanto della viticoltura lunigianese, la prima "Colli di Luni doc" raggiunge vette di eccellenza soprattutto per il Vermentino che esprime in queste zone il massimo delle sue potenzialità, la seconda è il Val di Magra IGT, vino ottenuto dal recupero e dalla valorizzazione di vitigni locali.

La strada del vino Colli di Candia e di Lunigiana risale la valle del Magra fino a Pontremoli. Dopo aver percorso nel primo tratto la Garfagnana, a Fivizzano il turista entra in Lunigiana e incontra il primo dei mulini tuttora funzionanti nella valle, altri lo attendono alla Pieve di Sorano, alla Rocca Sigillina e a

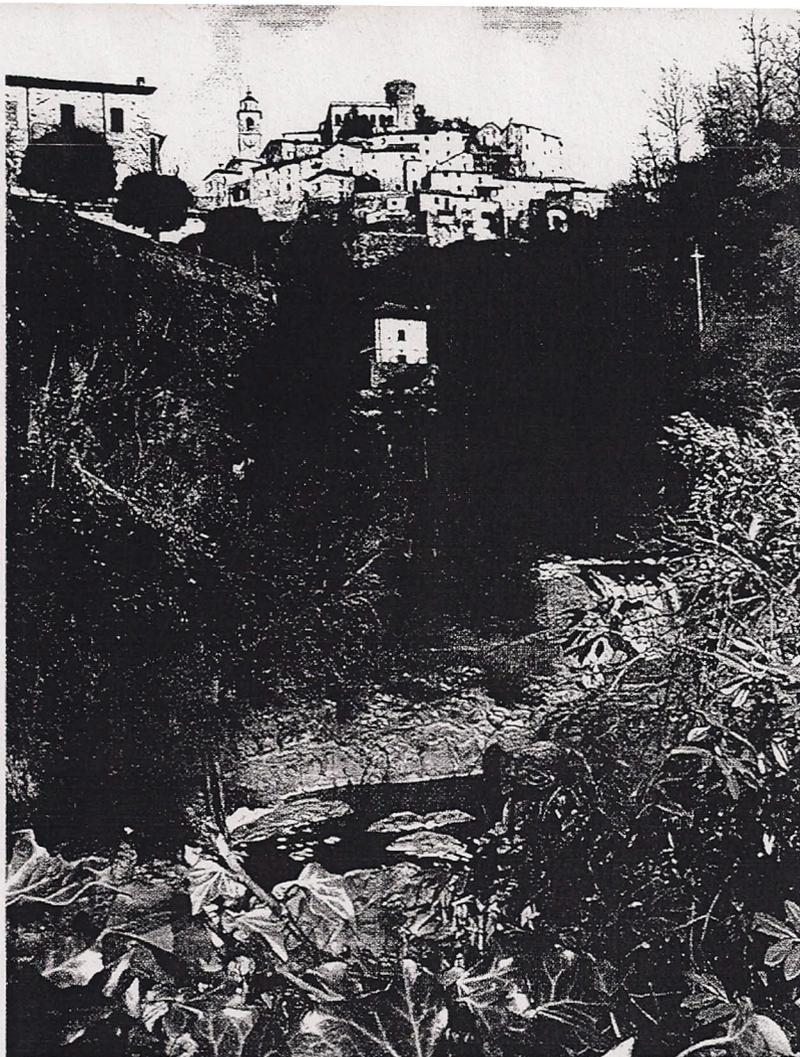


Zeri; lungo il tragitto si possono ammirare molte Pievi, tra cui particolarmente suggestiva la Pieve di Pognana, e a Fosdinovo lo splendido Castello Malaspina.

La Via dei pani nasce da una realtà quasi unica nel nostro Paese: l'esistenza non solo di una grande tradizione ancora viva nella panificazione, ma di una vera e propria filiera produttiva, dalla coltivazione di antiche e locali varietà di cereali, agli antichi mulini con macine a pietra ancora funzionanti (18 dei 427 censiti nel 1887), ai forni a legna in cui vengono cotte le forme di pane di un tempo. Molto utilizzata, seguendo la tradizione, la farina di castagne: ancor oggi nei boschi troviamo essiccatoi su cui per mesi si asciugano le castagne destinate a trasformarsi in farine. Ogni paese, anzi a volte ogni frazione, ha il 'suo pane'. Il turista, anche se frettoloso, non può però non sostare a Fivizzano in cui potrà assaporare, visitando le varie frazioni, il pane di Po, Agnino e Signano per concludere con quello di Vinca. La Marocca di Casola è un pane particolare e affascinante per l'utilizzo contemporaneo delle farine di castagne e di grano e delle patate. Nell'ultima domenica di ottobre si svolge a Casola la Sagra della Marocca. Sempre a Casola, ma in frazione Regnano l'appassionato o il curioso può trovare un'altra chicca: il Pane Regnanino che si distingue per avere nell'impasto oltre alla farina di grano la locale patata che conferisce al pane particolari fragranza e aroma e lo rende di più lunga conservazione. A Regnano la sagra si svolge solitamente a fine luglio. Da ricordare infine i pani di mais fragranti nella pasta e dal colore intenso ottenuti dall'antica varietà di mais ottofile.

L'ospitalità

È sacra, familiare e sincera, si tramanda nelle tradizioni, nel DNA stesso delle genti di Lunigiana, forse per quell'essere anche terra di transito di pellegrini. Ospitalità di cui usufruì ad esempio Dante che proprio guardando dall'alto di una torre del castello dei Malaspina a Mulazzo la vallata, in quei tempi un unico bosco digradante verso il mare, sembra si sia ispirato per l'incipit sulla 'selva' della Divina Commedia, nei cui versi molte sono le citazioni di famiglie e luoghi della valle. Percorrendo la valle troviamo ancor oggi i resti dei mansiones o degli statio, antiche strutture per il ricovero di uomini e cavalli, o dei più recenti xenodochi, ospizi che nel medioevo accoglievano i pellegrini diretti ai 'Luoghi Santi'. L'ospitalità lunigiana da sempre è stata contraddistinta da forti caratteri di familiarità. Una tradizione ancor viva in questo XXI secolo come con sintesi brillante ha dichiarato il presidente della locale Associazione Bed & Breakfast: "Ci sono persone di altri Paesi,



Bagnone Castello

VII

...che saranno grate di una gentile accoglienza, una bella camera, una buona colazione ricca di prodotti tipici. Persone che quando ci lasceranno, ricorderemo come dei vecchi amici". Questo è il cuore dell'ospitalità lunigiana: il turista è visto come un amico, un ospite e non solo come una fonte di reddito.

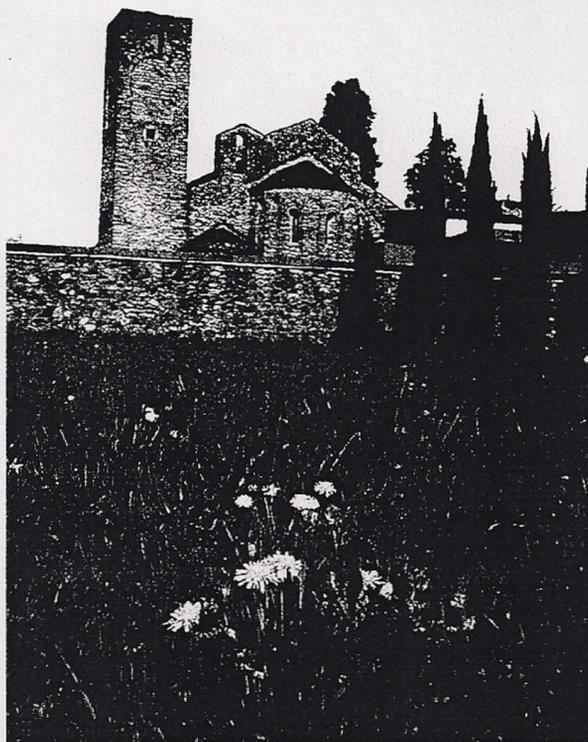
Ripercorrendo la via dei pellegrini

La Lunigiana fu attraversata dai grandi itinerari medievali quali la via Francigena che in val di Magra coincideva con il cammino per San Giacomo di Compostela: il porto fluviale di San Maurizio (ultime tracce del portus Lunae) era infatti il punto d'imbarco verso la Spagna.

Il tratto lunigiano, abbandonata l'area che già fu di Luni, si inoltrava per S. Stefano Magra attraverso lande poco abitate e rese pericolose dai briganti. Se si riusciva a evitarli, si giungeva ad Aulla, scelta nel 884 dal marchese di Toscana Adalberto per costruirvi un'abbazia (con annesso ospedale) dedicata a S. Capraio della quale restano soltanto alcuni elementi decorativi nelle strutture della chiesa ricostruita nel 1070. Proseguendo per Villafranca si trovava il bivio per Fornoli, ove possiamo ancor oggi ammirare l'antica Ecclesia Sancta Maria de Arbaritulo (IX secolo) conosciuta ai nostri giorni come la Chiesaccia (di

Lunigiana. Una terra da scoprire

Pieve di Sorano



VIII

cui possiamo ammirare un'abside romana decorata a fornicati e i resti dell'ospedale medievale) e raggiungibile con un percorso che conserva tratti del selciato originario. Attraversando il guado sul Magra si raggiungeva la via per la val di Vara e il Genovesato, mentre guardando il torrente Bagnone la via francigena proseguiva per Filattiera dominata dal castello costruito sui resti della struttura difensiva romana, e successivamente bizantina, del limes appenninico. Nella Chiesa di S. Giorgio, interna al castello, è conservata una lapide tombale dell'VIII secolo, forse la più antica testimonianza del passaggio dei pellegrini. A Filattiera sorge anche la grandiosa costruzione della pieve di Sorano, il principale monumento romanico della val di Magra. La via proseguiva verso Pontremoli, nel medioevo chiave militare della regione e che viveva sui flussi dei pellegrini tanto da essersi urbanisticamente strutturata in funzione della strada. Uscendo da Pontremoli si iniziava la salita verso il passo della Cisa (allora denominato Monte Bardone) e percorrendo una strada punteggiata di chiese e di ospizi come lo xenodochio di San Benedetto (IX secolo) si superava il passo e raggiungendo Berceto (sede di un monastero fondato dal re Liuptandro) si abbandonava la Lunigiana.

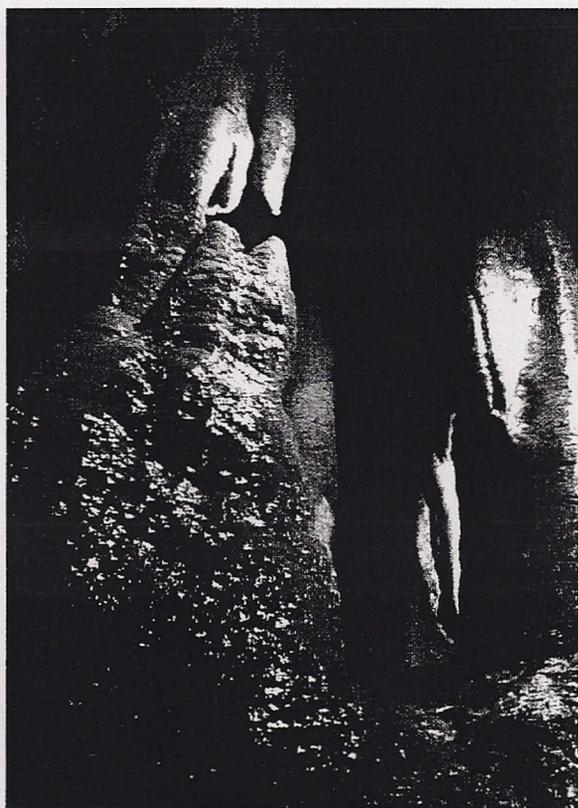
Un percorso storico-archeologico

Un viaggio nei resti della storia non può non prevedere una tappa al Castello del Pignaro che domina l'omonimo borgo, cioè la parte più autenticamente medievale di Pontremoli. Nella fortezza ha sede il Museo delle statue stele lunigianesi, rappresentazioni antropomorfe realizzate su lastre di arenaria che

raffigurano in modo stilizzato uomini e donne il cui ruolo sociale è indicato da elementi di riconoscimento. Tali statue risalgono alle età del rame e del ferro e non se ne conosce ancora il loro significato. Altra tappa alle Grotte di Equi il cui interesse è dato dai resti di animali preistorici e da utensili risalenti al Paleolitico medio, dalle sepolture dell'Eneolitico e da tracce del periodo medievale. A Càsola in Lunigiana, borgo sul torrente Aulella, il Museo del Territorio dell'alta Valle Aulella racconta la storia del popolamento della valle dal Paleolitico ai nostri giorni attraverso l'età dei metalli, l'epoca romana e quella medievale. Nel sito archeologico di Monte Castello, in cima alla Valle del Caprio, si possono visitare i resti di una fortificazione risalente a un periodo tra la metà del VI e del VII secolo. Si tratta di una struttura di circa 3500 mq che faceva parte di un sistema di difesa creato da Belisario, generale di Giustiniano, sul lato nord della Lunigiana.

Manifestazioni e sagre

Molte e diversificate le manifestazioni o le feste che si svolgono nei vari paesi della valle. Alcune sono legate alla tradizione agricola, altre sono entrate a far parte della storia del nostro Paese. Tra queste il Premio Bancarella a Pontremoli, assegnato ogni luglio a un libro scelto da una giuria di librai. Il premio si ricollega a una delle più antiche tradizioni della Lunigiana, iniziata nel quattrocento da Iacopo da Fivizzano, uno dei primi stampatori italiani, e proseguita nei secoli dai venditori ambulanti di libri, altra tipicità della valle. Vi è un paese, Montereccio, conosciuto come il 'paese dei librai' poiché da questo paese partirono, come ambulanti, alcune delle maggiori famiglie di librai, non solo italiane. Sono stati i Librai di Montereccio a creare 50 anni fa il Premio Bancarella.





Molte altre sono le motivazioni per visitare e conoscere questa terra dal castello di Bagnone arroccato sul promontorio dominante il borgo 'voltato', caratteristica di questo paese, all'orto botanico dei Frignoli a Sassalbo di Fivizzano costituito da un ampio vivaio forestale e da un orto botanico di circa 7 ettari a 900 m. e formato da terrazzamenti con oltre 100 tipologie di piante, alla possibilità di costruirsi un percorso dantesco percorrendo la Lunigiana con in mano la Divina Commedia per identificare e raggiungere le molte

citazioni dei luoghi di questa valle, unendo letteratura, ricerca storica, straordinari paesaggi e godendo della splendida cucina e ospitalità di questo luogo fortunato.



ALCUNI INDIRIZZI UTILI:

- per l'ospitalità in famiglia:
**ABBAL - Associazione dei
Bed & Breakfast e Affittacameri della Lunigiana**
www.bblunigiana.it
Poggio delle Rondini
(Uff Stampa ABBAL e B&B)
tel 0187.429.426
poggiodellerondini@lunipress.it

- per le informazioni turistiche: **AGENZIA PER IL TURISMO MASSA CARRARA**
0585 240046 243636

- per le indicazioni sui prodotti agroalimentari: **SLOWFOOD LUNIGIANA - 0187 421299**

- per le escursioni: **PARCO TOSCO EMILIANO - parcotoscoemiliano@libero.it - tel 0522.434366**
ITINERARI A PIEDI - www.trekkingapiedi.it
COMUNITÀ MONTANA DELLA LUNIGIANA - 0585.942011
LEGAMBIENTE - legambiente@lunigiana.ms.it
WWF - joenegrari@yahoo.it

indice

IV Itinerario del mese:

Lunigiana una terra da scoprire

X Il Prodotto tipico:

Dietro una tazzina di caffè

XIV Avvenimenti europei:

- Terra di Francia e d'Europa
- Francia - Distretto del Beaujolais
- Festa del pane e del vino
- Manifestazioni viti-vinicole 2005

XVI Avvenimenti italiani:

- Vino in villa
- Cento città d'arte
- Doppio prezzo sui cartellini di vendita
- Superbe 2005
- Fiera del vino Durello
- Sagra dell' asparago verde di Altedo IGP
- "Vitignoitalia": sfida alla globalizzazione
- Franciacorta
- Salumi di Chianina
- "Nobili tagliatelle" per la Disfida del Gusto al Castello estense di Ferrara
- Un premio alla ricerca universitaria in viticoltura ed enologia
- Arte da mangiare - mangiare arte... l'arte è servita...
- A scuola di "Tradizione e Gusto"
- La tracciabilità: una garanzia di sicurezza alimentare

XXII L'angolo dell'olio

XXIII Intervista al Presidente dell'A.I.S. La serenissima signoria dei vini del Piave

XXIV Un territorio, le sue sagre

Herbaria cucina delle erbe

XXX Calendario manifestazioni:

Giorno per giorno

li itinerari
Gustosi
Territorio, ambiente, enogastronomia

Direzione e Redazione

Strada Cardio, 10
47899 Galazzano
Repubblica di San Marino
Tel. 0549 94.13.79
Fax 0549 97.49.10
E-Mail: stefano.itinerari@virgilio.it

Editrice Turit s.r.l.

Direttore Commerciale

Ivan Perriera
i.perriera@tur.it

Concessionaria pubblicità

Club Turit s.r.l.
Tel. 0549.941379
Fax 0549.974910

Tipo-Litografia

Petruzzi Stampa
Città di Castello (PG)

Direttore responsabile

Giuseppe Continolo
g.continolo@tur.it

Condirettore

Stefano Bugamelli
stefano.itinerari@virgilio.it

Coordinatrice di redazione

Fosca Maurizzi
fmaurizzi@aliceposta.it

Grafica a cura di

Silvia Sacchi
grafica@tur.it

Segretaria di redazione

Raffaella Francesconi
r.francesconi@tur.it

Hanno collaborato:

Maricetta Barbaro, Rodolfo Bartoletti, Salvatore Longo, Liana Michelini, Andrea Monteguti, Stefania Nanni, Giovanni Palmieri, Riccardo Rolfini, Romina Rolfini, Gloria Savigni.

Foto di:

Stefano Bugamelli, Fosca Maurizzi, Angela Macaluso, Herbaria, di repertorio.