

## ITINERARI del gusto

di Monia Rossi



## DELIZIE di primavera

Tra Foligno e Spello, la campagna umbra dà il suo meglio nella tenuta certificata bio di Barbanera, dove nascono l'Almanacco e il Calendario.

**S**iamo nella campagna umbra, nell'ampia valle tra Foligno e Spello, in un bachificio del Settecento. Tutt'intorno si stendono gelsi, un frutteto di archeologia arborea e aree dedite alle produzioni biologiche. È qui che l'Almanacco e il Calendario Barbanera nascono, nutriti dalla terra e dal cielo, da saperi antichi e sempre nuovi. La Luna scandisce e dà il ritmo alle giornate, suggerisce i tempi delle semine, dei trapianti, di innesti

e potature che coinvolgono i molti alberi della tenuta, tra cui un gelso secolare. **San Giuseppe**, il complesso rurale di 7 ettari certificati bio, è un luogo in cui l'opificio del passato ha oggi lasciato spazio all'attività del Barbanera. La tradizione è riemersa come un fiume carsico che scorre tra le rive dell'attualità e si è fatta quotidianità nell'orto giardino delle stagioni dove fiori, aromatiche e ortaggi vivono in amicizia, deliziando il visitatore con profumi, colori e forme dimenticate. Nel giardino e nell'orto, dove anche semi rari e in estinzione trovano spazio, vivono i gesti della

tradizione, che scandiscono il tempo, quello che si riflette nelle pagine dell'Almanacco. Qui si può passeggiare, respirando il tempo di primavera, fra tenere cicorie e aglio, attratti dalla pungente menta o dalla maggiorana, sfilando accanto a cipolle, rosmarini e salvia. Per godere ancora degli ultimi cavoli dell'inverno, i radicchi ancora rossi, i primi asparagi e i carciofi che sorgono tra zinnie, iris, calendule. Si può trascorrere il tempo tra varietà d'ogni tempo e luogo, portatrici di sapori e storie da non dimenticare, raccontate dal sole e dalla luna, dalla pioggia e dal vento.

## Info

L'orto giardino Barbanera, insieme alla Fondazione, è visitabile su prenotazione: tel. 0742.391177, [www.barbanera.it](http://www.barbanera.it).

## A METRO zero

**O**ttime su risotti e insalate, da sole o abbinati, gli spinaci e le calendule possono essere coltivati anche sul balcone. Entrambi richiedono poche cure, si ammalano raramente. Gli spinaci, seminati in primavera, si raccolgono dopo circa 4 settimane. Per farli crescere sul terrazzo è necessario disporre di un bel vaso e di almeno 40 cm di terriccio ben drenato e concimato. La calendula, seminata in primavera, fiorisce dall'inizio dell'estate fino ad autunno inoltrato.

## A TAVOLA con i fiori

**M**armellata di rose: fate a pezzi 1kg di mele sbucciate, cuocetele con il succo e la scorza grattugiata di 1 limone. Lavate 1 kg di petali di rose e aggiungeteli alle mele insieme a 250 ml di acqua e ½ kg di zucchero. Cuocete per 40 minuti e versate la marmellata in barattoli a chiusura ermetica. **Primule e pratoline in insalata:** mescolati all'insalata renderanno la tavola festosa e colorata. I boccioli di primula si possono anche conservare sott'aceto come i capperi.

## FIORI in festa

**S**pello, capitale dei fiori, merita una visita in primavera e in occasione delle artistiche **Infiorate del Corpus Domini** (21-22 giugno 2014). Nei giorni che precedono l'evento il borgo si trasforma con il concorso **Finestre, Balconi e Vicoli fioriti** e ospita iniziative a tema floreale. Da non perdere è la **Notte dei fiori:** dal tramonto all'alba gli infioratori ricoprono le strade e le piazze di Spello di tappeti di petali di fiori tra musica, mostre e menu floreali. **Info:** [www.infioratespello.it](http://www.infioratespello.it).

