

vie del gusto®

Giugno-Luglio 2014 Euro 2,90 www.viedelgusto.it

**SAPERI E SAPORI ALPINI
A CACCIA DI ERBE AROMATICHE**

**MAURIZIO MARTINA:
CON EXPO 2015 SI SVOLTA**

**PAESE CHE VAI ZUPPA
DI PESCE CHE TROVI**

**ISCHIA, AMORE
A PRIMA VISTA**

**BRASILE: LA COPPA DEL
MONDO DEL... GUSTO**

**IN COSTA AZZURRA SULLA
"STRADA DELLA FELICITA'"**

**TORCHIATO DI FREGONA:
GOCCE D'AMBRA SENZA TEMPO**

**A TAVOLA CON I VICHINGHI,
CON LA SPADA E CON IL MESTOLO**

**DALLE ROVENTI PENDICI DELL'ETNA
LA VERA GASTRONOMIA SIGILIANA**

**VIAGGIAREMANGIANDO: PUGLIA
DOVE LA TERRA SI SPOSA COL MARE**



Uno scrigno prezioso di biodiversità IL GIARDINO SEGRETO DI BARBANERA

DI MONIA ROSSI

Tra Foligno e Spello la saggezza del leggendario filosofo e astronomo umbro continua a vivere ogni giorno nell'orto e in cucina, seguendo l'andamento delle stagioni e le buone pratiche della tradizione tramandate da oltre 200 anni dal più celebre almanacco d'Italia

I Prodotti tipici "l'Oro di Spello". Per essere felice, insegnano i proverbi di Barbanera, un cibo deve essere non soltanto ben preparato e salutare ma rispettoso dell'ambiente e frutto dei cicli del cielo e della terra e quindi di stagione, biologico e attento alla biodiversità, e inoltre ricco di memoria, conviviale e solidale

Nella valle che si estende tra Foligno e Spello c'è un luogo speciale, ancora sconosciuto anche a chi l'Umbria già la conosce, dove ogni giorno nascono e si coltivano, in solidale amicizia, nutriti dalla terra e dal cielo, frutti della natura e di saperi antichi, scanditi dal ritmo naturale delle stagioni. Questo luogo lo si incontra ai piedi del borgo di Spello, in un vecchio bachificio del Settecento che ospita la sede del Barbanera, il più celebre e longevo Almanacco d'Italia, che da 252 anni dispensa buone pratiche nel rispetto dei cicli delle stagioni e della natura. Ci troviamo all'interno della tenuta di San Giuseppe, un complesso agricolo del XVIII secolo di circa 7 ettari certificati BIO, che accoglie l'Orto giardino delle stagioni (firmato da Peter Curzon) e l'archivio storico della Fondazione Barbanera 1762, entrambi visitabili, per fortuna, anche dai turisti (ma solo su prenotazione). Una volta varcato il cancello della tenuta, per entrare nel cuore della casa di Barbanera si passa per l'orto, uno scrigno di biodiversità dove si coltivano semi rari o in via d'estinzione, frutti di archeologia arborea, fiori ed erbe officinali. L'orto, seguendo il perimetro della sede editoriale, si congiunge ad un giardino rigoglioso per deliziare il visitatore con profumi, colori, forme e sapori genuini, rari o dimenticati... Qui, tra ortaggi, frutti, fiori, erbe e prove di stampa, la biodiversità non è una tendenza dell'ultimo decennio ma una tradizione radicata che interpreta uno stile di vita in armonia con i ritmi del tempo naturale, ispirando le pagine dell'almanacco del leggendario filosofo e astronomo di Foligno, con suggerimenti utili per la casa,





Uno scorcio di Spello. In primo piano le due Torri di Propezzo. In basso, l'Orto giardino delle stagioni (firmato da Peter Curzon) e l'archivio storico della Fondazione Barbanera 1762, entrambi visitabili anche dai turisti solo su prenotazione. Una volta varcato il cancello della tenuta, per entrare nel cuore della casa di Barbanera si passa per l'orto, uno scrigno di biodiversità dove si coltivano semi rari o in via d'estinzione, frutti di archeologia arborea, fiori ed erbe officinali



Spello





È ormai uno slogan "a Spello si mangia bene": 20 attività ristorative, 3 enoteche, 11 tra lounge bar, caffè, gelaterie e sale da té consentono di programmare la propria sosta in funzione dei percorsi di visita scelti e delle proprie esigenze. Chi deciderà per una scelta "slow" potrà verificare l'elaborazione culinaria di un ricco patrimonio di prodotti tipici, sani, dove anche la filliera corta ne garantisce la qualità (www.comune.spello.pg.it)

l'orto, il giardino, la tavola e il benessere psicofisico. In estate esplode tutta la vitalità dell'orto di Barbanera. Così, da giugno si potrà passeggiare fra tenere insalate, melanzane, pomodori di varietà inusuali, zucchine e peperoni, fave, fagiolini, carote, gustose fragole che rincorrono agli e cipolle, attratti dalla pungente menta, dalla maggiorana, dalla cedronella e da ciuffetti di basilico, prezzemolo, valeriana e aiuole profumate di rosmarino, timo e salvia. Si potranno poi scoprire asparagi e carciofi tra zinnie, iris, rose e calendule... Tra gli alberi da frutto troveremo meli, susini, peri, albicocchi, corbezzoli e gelsi, incorniciati dai classici olivi umbri. Alcune specie di viti rare di lunga tradizione decorano il pergolato che sovrasta la collezione di lavande e di ortensie.

I CIBI FELICI Per essere felice, insegnano i proverbi di Barbanera, un cibo deve essere non soltanto ben preparato e salutare ma rispettoso dell'ambiente e frutto dei cicli del cielo e della terra e quindi di stagione, biologico e attento alla biodiversità, e inoltre ricco di memoria, conviviale e solidale. In altre parole: consapevole e perché no... di buon auspicio.

LA RICETTA: ZUPPETTA D'ORZO E POMODORO VERDE CON MOZZARELLA DI COLFIORITO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE: 200G ORZO PERLATO, 1 KG POMODORI VERDI, 150G MOZZARELLA DI COLFIORITO, 1 CUCCHIAIO COLATURA DI ALICI, 1 SPICCHIO AGLIO, 1 PORRO, 6DL BRODO VEGETALE, 4 FOGLIE DI BASILICO, SALE, PEPE NERO, OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA.

PREPARAZIONE: Tagliare i pomodori a pezzi e cospargerli di sale per eliminare l'acqua di vegetazione. Soffriggere in poco olio, aglio e porri tritati e aggiungere i pomodori sgocciolati. Cuocere per circa 15 minuti aggiustando di sale, poi frullarli e passarli al setaccio. In una casseruola cuocere l'orzo come un ri-

sotto, aggiungendo brodo vegetale durante la cottura. A metà unire la salsa di pomodoro. Quando è pronto aggiungere il basilico, la colatura di alici, il pepe. Servire in una fondina con cubetti di mozzarella e un filo di olio extravergine di oliva a crudo.

L'EVENTO CON I FIORI Quest'anno chi avesse in programma un viaggio all'inizio dell'estate potrebbe scegliere il weekend del 21 e 22 giugno, per vivere, con l'occasione, tutta la magia delle infiorate di Spello e l'emozionante notte dei fiori. Dal 14 al 22 giugno la taverna degli infioratori propone corsi di cucina con i fiori e gustosi menu floreali. Tra le specialità: tacchino alle rose, suino con purea di fave e melissa o farcito con calendula, ginestra e finocchietto, gnocchi di polenta con carbonara di tagete e pancetta croccante, semifreddo di carota e garofano, gelatina di cocomero con fiori di basilico.

TRA CIELO E TERRA, DOVE MANGIARE E BERE NEI DINTORNI... ALLA VIA DI MEZZO, DA GIORGIONE ORTO E CUCINA (c/o Antico Frantoio Brizi, Via S. Chiara 60 - Montefalco Pg) menu fissi giornalieri con prodotti del territorio semplici, genuini e di stagione: i prodotti disponibili nell'orto!

CANTINA TENUTA CASTELBUONO A BEVAGNA (Voc. Castellaccio, Bevagna Pg) tra Bevagna e Montefalco una tenuta in piena riconversione biologica. È il "Carapace", prima scultura al mondo dove si vive e si lavora, firmata da Arnaldo Pomodoro, nata dall'amore della famiglia Lunelli (Cantine Ferrari) per la terra umbra e per un vino potente e longevo come il Sagrantino.

AZIENDA AGRARIA HISPELLUM (Via Rosi/ via Lombardia, Spello Pg) dalle terre rosse tipiche del monte Subasio un olio extravergine di oliva 100% Moraiolo con certificazione biodinamica. Profumo fruttato intenso, sapore forte ma equilibrato nei toni di amaro e piccante.