

Giugno 2008 > € 3,00



# Tutto Turismo

Il mondo provato per voi

## SARDEGNA

5 sentieri vista mare

## AZZORRE

Le regine dell'Atlantico

## FIRENZE

Calcio storico: altro che Europei...

## E INOLTRE...

- > Un'estate a San Pietroburgo
- > Islanda: ghiaccio bollente
- > Dossier villaggi

Cicladi: 3 isole in barca

# Grecia



Ecco come i cibi più poveri della tradizione si sono trasformati in ricercate delizie del palato. E come una performance teatrale messa in scena in un'abbazia medievale si conclude con un calice di vino novello e fresca ricotta di pecora



**A**D APRIRCI IL PORTONE DELL'ABBZIA DI MONTELABATE È IL FRATE CELLARIO, OSSIA L'ECONOMO DEL CONVENTO, colui che custodisce le chiavi di cantina, frantoio e granaio. Da tempo immemorabile le grandi botti per l'invecchiamento hanno trovato posto in quella che era la chiesa inferiore dell'abbazia medievale. Accanto c'è la cripta che rappresenta il nucleo più antico di questo cenobio benedettino le cui origini risalgono all'VIII-IX secolo. Il chiostro è invece duecentesco, come anche i bellissimi affreschi della Sala Capitolare dovuti alla mano di un anonimo maestro che richiama molto da vicino la scuola di Cimabue.

Siamo in uno dei complessi monastici più belli e meglio conservati non solo del Perugino, ma dell'intera Italia Centrale. Al cellario si uniscono adesso due musicisti con salterio, viella e altri strumenti antichi e la visita si conclude con la degustazione di prodotti della zona: **vino novello** e **ricotte di pecora**. Sì, perché il frate è finto. Si chiama Graziano Vinti ed è un animatore culturale che, con Valeria Puletti e Vladimiro Vagnetti, organizza visite "teatralizzate" del complesso abbaziale, di proprietà della Fondazione Gaslini di Genova insieme alle centinaia di et-

Dai prodotti semplici e poveri della terra nascono



GUSTO

tari delle colline circostanti. Frate finto, ma **sapori veri**, quelli che si degustano al termine della rappresentazione. Come appunto la **ricotta di pecora** appena uscita dal caseificio artigianale di Francesco e Antonello Mameli, padre e figlio, pastori sardi trapiantati qui da anni, che allevano 400 pecore da latte sulle pendici del monte che sovrasta l'abbazia. Nella loro fattoria, un tipico casale umbro perfettamente restaurato, centinaia di forme di **pecorino** stagionano in attesa di arrivare sui mercati con il loro inconfondibile gusto dovuto alla varietà delle erbe primaverili di cui si nutrono gli animali.

#### CIAMBELLE E FOCACCE

Da Montelabate ci spostiamo adesso all'estremità opposta del territorio perugino, alla ricerca di altri sapori. Arriviamo così a **Fontignano**, dove si trova l'ultima opera del grande pittore rinascimentale **Pietro Vannucci**, detto il **Perugino**, morto qui di peste nel 1523 proprio mentre stava ultimando gli affreschi della chiesa dell'Annunciata (per la visita: tel. 3403720086). Qui, la seconda domenica di Quaresima, si tiene la **Festa del Torcolo**, dal nome di una ciambella che, in passato, veniva preparata per annunciare il fidanzamento tra due giovani. La futura suocera, nel porgere il dolce alla futura nuora,

diceva: «Non è di paglia, ma di candito. Per la Maria che prende marito». Torcoli di paglia erano invece offerti per scherno dai giovani alle ragazze non ancora fidanzate.

Il vero piatto principe della cucina fontignanese è però la **torta al testo**, protagonista a luglio di una festa durante la quale ne vengono consumati in media tra i 120 e i 130 chili. Un tempo cibo rustico per eccellenza, oggi è diventata un'autentica delizia da gourmet. «Farina bianca, olio, sale, formaggio grana, un poco di latte e lievito sono gli ingredienti base del preparato», ci spiega Felicetta Ficarelli, mentre impasta il tutto, simile esteriormente alla pasta fatta in casa.

Il segreto sta però nel "testo", ossia nella piastra - che può essere di ghisa, di pietra o in cotto - su cui la pasta viene fatta cuocere. «In modo che non sia né troppo secca né troppo morbida», puntualizza Felicetta. Ottenuta così una specie di focaccia, la si farcisce con i condimenti più diversi. La tradizione più rigorosa imporrebbe **erbe campagnole** (spinaci, cicoria e bietola) oppure prosciutto o salicce. Ma oggi c'è anche chi la arricchisce con **stracchino** e **rucola** o perfino nutella. E l'abbinamento riesce sempre perché la cuoca, se è abile, sa dosare perfettamente nell'impasto il dolce e il salato e sa portare lo spessore e la cottura al punto giusto.

oggi vere e proprie specialità gastronomiche ricercate dai gourmet



*Qui sopra, da sinistra: Graziano Vinti, nel ruolo del frate nell'abbazia di Montelabate, mesce vino novello; Felicetta Ficarelli prepara la "torta al testo"; il casaro Antonello Mameli mostra una forma di pecorino. In alto, a sinistra, uno scorcio della campagna perugina*



# Tutto Turismo

PRESENTA

L'estasi dei 5 sensi

# Perugia

Testo di AURO BERNARDI  
Foto di MASSIMO BREGA