



14 Spoleto-Bagnoregio

LA CULTURA SPOSA LA NATURA

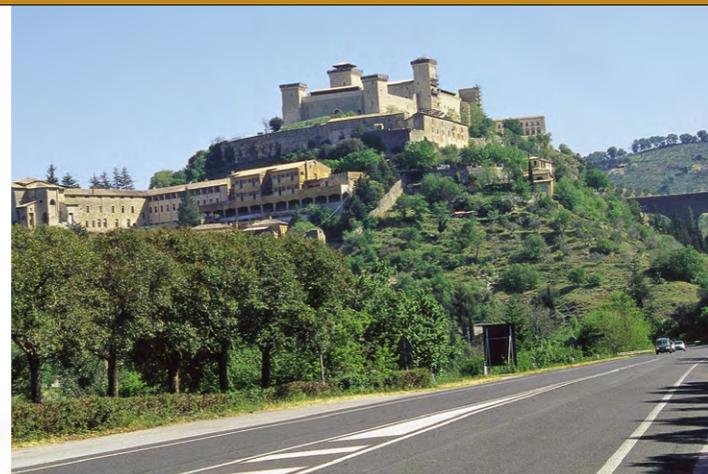
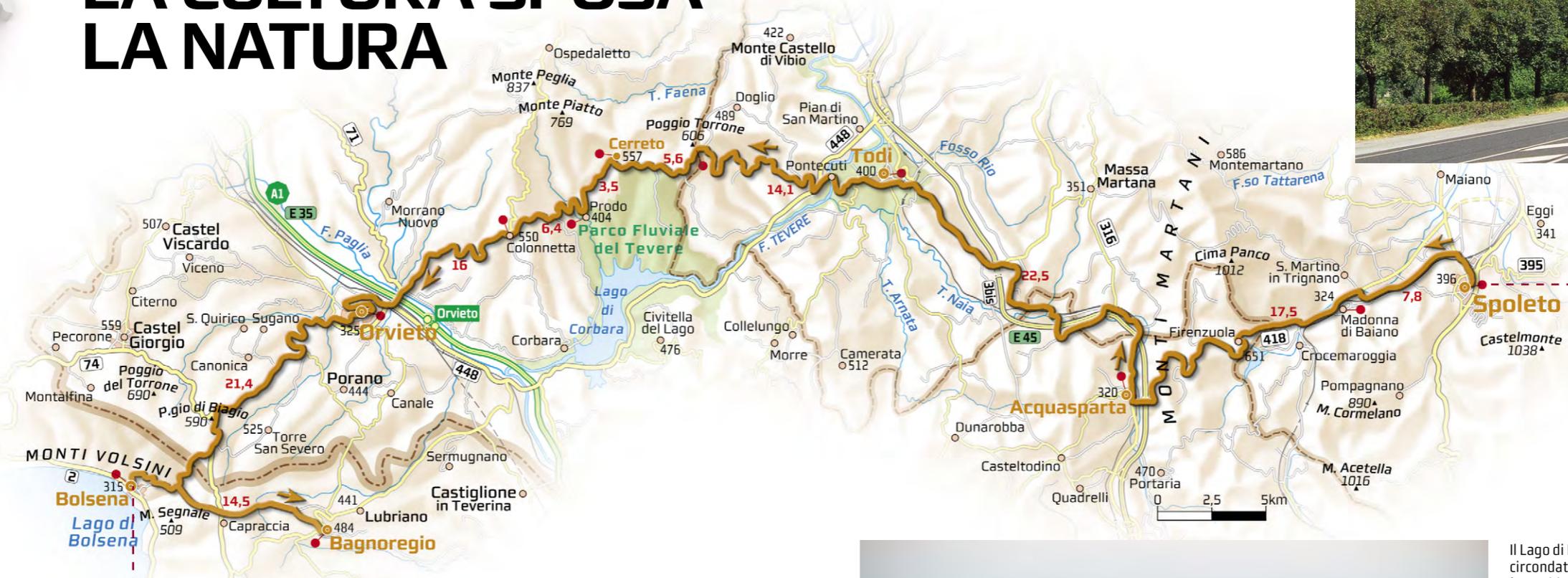
IL VIAGGIO IN CIFRE

Distanze in km

COMPLESSIVI	129,3
TAPPE	
SPOLETO-ACQUASPARTA	25,3
ACQUASPARTA-TODI	22,5
TODI-ORVIETO	45,6
ORVIETO-BOLSENA	21,4
BOLSENA-BAGNOREGIO	14,5
TEMPO DI PERCORRENZA	
2 ORE E 45 MINUTI	
Soste escluse	

DA NON PERDERE

- **A Spoleto**, il Duomo (secoli XII-XVII), la Rocca Albornoziana (XIV secolo) e la cinta muraria (XIV secolo).
- **Ad Acquasparta**, i resti delle mura medievali e Palazzo Cesi (XVI secolo).
- **A Todi**, il Duomo (secoli XII-XIV) e le chiese di San Fortunato (XIII secolo) e di Santa Maria della Consolazione (secoli XVI-XVII).
- **A Orvieto**, almeno il Duomo (secoli XIII-XIV) e il Pozzo di San Patrizio (1527-32).
- **A Bolsena**, la Rocca Monaldeschi (XII secolo), il Museo territoriale del Lago di Bolsena (simulabo.it), la basilica di Santa Cristina (basilicasantacristina.it), la cappella del Miracolo (XVII secolo) e una passeggiata davanti al lago.
- **A Civita di Bagnoregio**, l'intero borgo medievale, la chiesa di San Donato (VII-XVI secolo), la casa natale di San Bonaventura (XIII secolo).



La Rocca Albornoziana, uno dei simboli di Spoleto, città d'arte tra le più affascinanti dell'Umbria

S

plendide città d'arte, paesaggi suggestivi, un parco naturale, quello del Tevere, e il punto di arrivo sulle sponde

di un lago incantevole: ecco gli ingredienti che danno sapore a un itinerario, tra Umbria e Lazio, assai piacevole.

Si parte, allora, da Spoleto, località che non avrebbe bisogno di presentazioni: perdetevi nelle sue vie, passeggiando tra il celebre Duomo (le cui origini risalgono al XII secolo) e la Rocca Albornoziana, inoltratevi tra i vicoli e i palazzi. Poi, saliti in auto, imboccate la strada statale 418 Spoletina in direzione di Acquasparta; il percorso è inizialmente pianeggiante, poi si fa piacevolmente mosso e sale fino a raggiungere i 650 metri di altitudine, per ridiscendere, passando sotto il tracciato della superstrada s.s. 3 bis (conosciuta anche come E45) Orte-Ravenna, fino ai 320 di Acqua-

sparta. Dove potete prevedere la prima sosta, così da apprezzare i resti delle mura medievali e il cinquecentesco Palazzo Cesi. La tappa successiva è Todi, altra città d'arte di fama internazionale: la potete raggiungere rapidamente con la già citata statale 3 o percorrendo le provinciali 316, 414 e 382 (nell'ordine), che corrono nelle immediate vicinanze della superstrada.

LA CITTÀ CHE MUORE

Todi, naturalmente, vale un'altra visita prolungata, almeno per poter gustare meraviglie come i suoi quartieri medievali, il Duomo, le chiese di Santa Maria della Consolazione e San Fortunato.

Senza dimenticare i piaceri della cucina umbra della zona, alla quale dedichiamo un approfondimento nelle prossime pagine. Il nostro viaggio proseguirà in direzione di Orvieto: da Todi, invece di percorrere la s.s. 448, che passa in prossimità del Lago di Corbara, potete uscire



Il Lago di Bolsena, circondato dai Monti Volsini, è considerato il più grande bacino vulcanico d'Italia

che la impreziosiscono, per fermarvi magari anche in una delle sue innumerevoli trattorie; poi lascerete la città umbra per imboccare la s.s. 71, da percorrere godendosi la campagna circostante, fino all'intersezione con la provinciale che porta a Bolsena e al suo lago: a quel punto, sarete entrati nel Lazio.

Potreste anche fermarvi qui, soddisfatti delle meraviglie già viste: oppure, come vi suggeriamo, avrete la possibilità di tornare brevemente sui vostri passi e proseguire sulla provinciale 54 fino all'incrocio con la s.p. 6, dove girerete a destra per raggiungere Bagnoregio e la vicina e suggestiva frazione di Civita, arroccata su un'altura che si sta inesorabilmente sgretolando per l'erosione. Non a caso è stata soprannominata "la città che muore": raggiungetela percorrendo il lungo ponte pedonale che ne garantisce l'accessibilità. E affrettatevi a visitarla, perché primo o poi potrebbe essere troppo tardi.

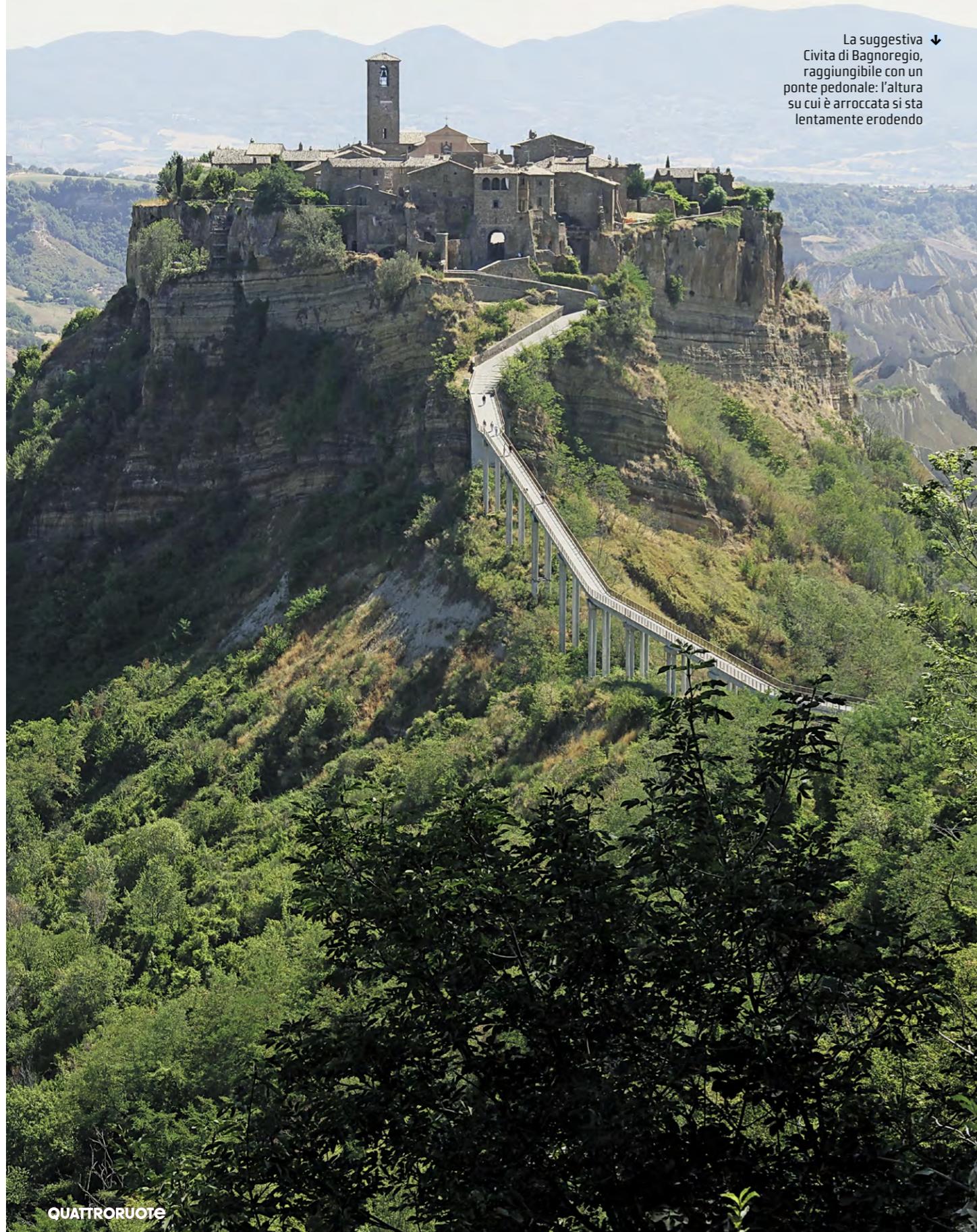
con la s.s. 79 bis e poi utilizzare brevemente la s.s. 448 fino a Ponte, dove dovrete cercare le indicazioni per Quadro.

Giunti in questa località, vi troverete sulla strada regionale 79 bis, che costeggia il Parco fluviale del Tevere e sale fino ai 606 metri di altitudine di Poggio Torrone. Ad attendervi successivamente, dopo una serie di piacevoli saliscendi, ci sarà Colonna, paese dal quale, imboc-

cando una strada secondaria sulla vostra sinistra, potrete scendere fino alle rive del suggestivo Lago di Corbara; proseguendo sulla s.r. 79 bis, invece, affronterete una serie di tornanti fino a raggiungere l'Autostrada del Sole e Orvieto Scalo.

Inevitabilmente, a questo punto, salirete fino al cuore di Orvieto per ammirare il suo Duomo, le chiese e i palazzi

La suggestiva
Civita di Bagnoregio,
raggiungibile con un
ponte pedonale: l'altura
su cui è arroccata si sta
lentamente erodendo



GLI INDIRIZZI GIUSTI

PER DORMIRE

Residenza d'Epoca Eremo delle Grazie
Località Monteluco 13,
Spoleto
Tel. 074349624
Prezzo medio: €€
eremodellegrazie.com

Locanda degli Alberti
Via Giacomo Matteotti 38, Todi
Tel. 0758944904
Prezzo medio: €
locandadeglialberti.it

Altarocca Wine Resort
Località Rocca Ripensa 62,
Orvieto
Tel. 0763393437
Prezzo medio: €€
altaroccapineresort.com

Agriresort le Porcine
Via Cassia, km 108,600,
Bolsena
Tel. 07611763259
Prezzo medio: €€
agiresortleporcine.it

Corte della Maestà Antica Residenza
Vicolo della Maestà,
Bagnoregio
Tel. 3358793077
Prezzo medio: €€€
cortedellamaesta.com

PER MANGIARE

Il Capanno
Località Torrecola 6, Spoleto
Tel. 074354119
Chiuso: lunedì
Prezzo medio: 30 euro
(tartufo escluso)
*Una cucina autentica
e salda che si fa portavoce
del territorio, con qualche
picco d'innovazione.
Funghi, tartufi (in stagione),
cacciagione. Ampia cantina.*

Roccafioro – Fiorfiore
Collina, Località Chioano, Todi
Tel. 0758942416
Chiuso: martedì
Prezzo medio: 30 euro
*Nel ristorante di questo
affascinante relais troverete
una cucina affidabile,
che pone grande rispetto*

*per la materia prima che,
quando è possibile, proviene
dall'orto o dagli allevamenti
di proprietà.*

Vissani
S.s. 448, km 6,600,
località Civitella del Lago,
Baschi
Tel. 0744950206
Chiuso: lunedì a pranzo,
giovedì a pranzo, domenica
sera e mercoledì
Prezzo medio: 170 euro
*Un vero e proprio toponimo
della cultura gastronomica
italiana, quello di Gianfranco
Vissani, che qui ha creato
scuola e tracciato
un percorso.*

I Sette Consoli
Piazza Sant'Angelo 1/a,
Orvieto

Tel. 0763343911
Chiuso: domenica sera
e mercoledì
Prezzo medio: 40 euro
*Cura esasperata dei dettagli,
ricerca del particolare
e del piacevole allo stesso
tempo, assieme a una cucina
concreta, ma mai banale:
sono tutti fattori
che trasformano questa
sosta in un luogo davvero
piacevole.*

DA COMPRARE

Vantaggi
Via Flaminia 25,
località Strettura,
Spoleto
Tel. 074354102
*Il pane di tradizione, così
come si è sempre fatto:*

*acqua, lievito madre e farina
di grano duro autoctono.
E, ancora, pizza pasquale
al formaggio, salumi
e formaggi del territorio,
a partire dal prosciutto
di Norcia.*

Pasticceria Adriano
Via della Pace 26, Orvieto
Tel. 0763342527
*Una pasticceria che propone
dolci della tradizione,
ma anche innovativi.
Specialità della casa: il Dolce
Orvieto, con note al cioccolato
e cannella.*

Alta Tuscia Formaggi
Strada Umbro Casentinese,
km 9, Bagnoregio
Tel. 0761780759
*Pecorini e formaggi freschi
oppure stagionati in grotta.*

LA CIVILTÀ DELLO SPIEDO

CHE SIA IL VERTICE altissimo della scintillante faccia del Duomo di Orvieto, che sia il placido specchio d'acqua del Lago di Bolsena, il panorama è sempre abbacinante: e in continuo movimento. Così com'è in continuo movimento la cucina di queste lande spesso scabre e spigolose, ma generose di prodotti di grande e profonda verità. C'è il riferimento dell'Orvieto Classico, un vino bianco che racchiude nell'accessibilità la sua principale caratteristica: semplice, spensierato, da bere fresco, anche se nella versione Superiore estrae dal procanico – una varietà tipica della Toscana dell'uva trebbiano – e dal grechetto pienezza e struttura. Lo si manda in tavola con una merenda di pane e salumi oppure con le "pizze" al formaggio: in realtà, torte di pasta lungamente lievitata e riempite di un opulento composto di pecorino, parmigiano e uova. Sapori rotondi, profumi decisi, regali di un territorio attraversato dalla storia dell'uomo e dalle sue preferenze: dunque, profusione di funghi, di tartufi, di cacciagione. Tanta carne in cucina, d'ogni ordine e grado, con ogni tipo di cottura: dalla fiamma alla brace, dal cocchio alla griglia, senza dimenticare le abitudini più schiette. Ecco comparire tra i piatti della tradizione, infatti, la palomba alla todina (foto a destra), un saporitissimo piatto che porta il colombaccio – di questo si tratta – a cottura sullo spiedo, lentamente. Sul fuoco

una leccarda con vino, aceto e aromi con cui si spennella il volatile durante le sue rotazioni, raccogliendo ed emulsionando il fondo e restituendolo alle carni. Poi, il tocco finale delle acciughe sciolte: non facile, non rapido, ma di ancestrale soddisfazione. Però non di sola carne vive l'uomo e, quindi, vanno valorizzati anche certi prodotti agricoli, a volte dimenticati, ma che, se riscoperti, sanno parlare anch'essi di storia: ecco, allora, il sedano nero di Trevi, così detto per la caratteristica ormai perduta nelle varietà commerciali di mantenere il gambo verde intenso fino a maturazione.

