

GAL Maiella Verde

PSL 2007 – 2013

Studio sugli itinerari enogastronomici nella provincia di Chieti del GAL Maiella Verde



Misura 4.1.3

a sostegno della qualità della vita e della diversificazione dell'economia rurale

Azione 3

Incentivazione di attività turistiche



Comune	Zona	Comprensorio	Itinerario	Ammissibile Leader	Pagina
Altino	C	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Archi	C	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Ari	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	Sì	26
Arielli	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	Sì	26
Atessa	B1	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Bomba	C	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Borrello	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Bucchianico	B1	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
Canosa Sannita	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	Sì	26
Carpineto Sinello	C	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Carunchio	D	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Casacanditella	C	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
Casalanguida	B1	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Casalbordino	B1	Costa dei trabocchi	Da Torino di Sangro a Punta Penna di Vasto	No	37
Casalincontrada	B1	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
Casoli	C	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Castel Frentano	B1	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Castelguidone	D	Vastese	Archeologia, arte e natura	Sì	67
Castiglione Messer Marino	D	Vastese	Archeologia, arte e natura	Sì	67
Celenza sul Trigno	C	Vastese	Archeologia, arte e natura	Sì	67
Chieti	A	Chietino ortonese	Da Francavilla a Chieti	No	18
Civitaluparella	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Civitella Messer Raimondo	C	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Colledimacine	D	Sangro Aventino	Da Palena a Roccascalegna	Sì	49
Colledimezzo	C	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Crecchio	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	No	26
Cupello	B1	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Dogliola	C	Vastese	Archeologia, arte e natura	Sì	67
Fallo	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Fara Filiorum Petri	C	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
Fara San Martino	D	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Filetto	C	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	Sì	26
Fossacesia	B1	Costa dei trabocchi	Da Ortona a Fossacesia	No	31
Fraine	D	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Francavilla al Mare	B1	Chietino ortonese	Da Francavilla a Chieti	No	18
Fresagrandinaria	B1	Vastese	Archeologia, arte e natura	Sì	67
Frisa	B1	Sangro Aventino	Lanciano	No	40
Furci	B1	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Gamberale	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Gessopalena	C	Sangro Aventino	Da Palena a Roccascalegna	Sì	49
Gissi	B1	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Giuliano Teatino	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	Sì	26
Guardiagrele	C	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
Guilmi	C	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Lama dei Peligni	D	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Lanciano	B1	Sangro Aventino	Lanciano	No	40
Lentella	B1	Vastese	Archeologia, arte e natura	Sì	67
Lettopalena	D	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Liscia	C	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Miglianico	B1	Chietino ortonese	Da Francavilla a Chieti	No	18
Montazzoli	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52

Montebello sul Sangro	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Monteferrante	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Montelapiano	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Montenerodomo	D	Sangro Aventino	Da Palena a Roccascalegna	Sì	49
Monteodorisio	B1	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Mozzagrogn	B1	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	No	52
Orsogna	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	Sì	26
Ortona	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	No	26
Paglieta	B1	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	No	52
Palena	D	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Palmoli	C	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Palombaro	C	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Pennadomo	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Pennapiedimonte	D	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
Perano	C	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Pietraferrazzana	C	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Pizzoferrato	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Poggiofiorito	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	Sì	26
Pollutri	B1	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Pretoro	C	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
Quadri	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Rapino	C	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
Ripa Teatina	B1	Chietino ortonese	Da Francavilla a Chieti	No	18
Rocca San Giovanni	B1	Costa dei trabocchi	Da Ortona a Fossacesia	No	31
Roccamontepiano	C	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
Roccascalegna	C	Sangro Aventino	Da Palena a Roccascalegna	Sì	49
Roccapinalveti	D	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Roio del Sangro	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Rosello	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
San Buono	C	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
San Giovanni Lipioni	C	Vastese	Archeologia, arte e natura	Sì	67
San Giovanni Teatino	B1	Chietino ortonese	Da Francavilla a Chieti	No	18
San Martino sulla Marrucina	C	Chietino ortonese	Da Chieti a Guardiagrele	Sì	21
San Salvo	B1	Vastese	Archeologia, arte e natura	No	67
San Vito Chietino	B1	Costa dei trabocchi	Da Ortona a Fossacesia	No	31
Santa Maria Imbaro	B1	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	No	52
Sant'Eusanio del Sangro	C	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Scerni	B1	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Schiavi di Abruzzo	D	Vastese	Archeologia, arte e natura	Sì	67
Taranta Peligna	D	Sangro Aventino	Lungo la valle dell'Aventino	Sì	43
Tollo	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	No	26
Torino di Sangro	B1	Costa dei trabocchi	Da Torino di Sangro a Punta Penna di Vasto	No	37
Tornareccio	C	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Torrebruna	D	Vastese	Archeologia, arte e natura	Sì	67
Torrevicchia Teatina	B1	Chietino ortonese	Da Francavilla a Chieti	No	18
Torricella Peligna	D	Sangro Aventino	Da Palena a Roccascalegna	Sì	49
Treglio	B1	Costa dei trabocchi	Da Ortona a Fossacesia	No	31
Tufillo	C	Vastese	Tra borghi fortificati e torri	Sì	63
Vacri	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	Sì	26
Vasto	B1	Vastese	Vasto e i suoi tesori	No	59
Villa Santa Maria	D	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	Sì	52
Villalfonsina	B1	Sangro Aventino	Lungo la valle del Sangro	No	52
Villamagna	B1	Chietino ortonese	Da Guardiagrele a Ortona	Sì	26

Sommario

EXECUTIVE SUMMARY.....	6
1 PRODOTTI TIPICI ED ATTRATTORI ENOGASTRONOMICI DELLA PROVINCIA DI CHIETI.....	7
1.1 L'olio extravergine di oliva.....	7
1.2 Il vino	7
1.3 La pasta.....	8
1.4 La tradizione del maiale.....	8
1.5 I salumi.....	9
1.6 La carne di marchigiana.....	10
1.7 I Formaggi.....	10
1.8 Il vino cotto.....	11
1.9 I prodotti da forno	11
1.10 La pasticceria	12
1.11 Il miele	13
1.12 La marmellata di cetrangolo.....	13
1.13 I prodotti della terra	13
2 LA CUCINA DEL TERRITORIO.....	15
2.1 La cucina delle aree interne.....	15
2.2 La cucina di mare.....	17
ITINERARI ENOGASTRONOMICI DEL GAL MAIELLA VERDE	18
3 ITINERARI DEL CHIETINO ORTONESE	18
3.1 Da Francavilla a Chieti	19
3.1.1 Comuni compresi nell'itinerario	19
3.1.2 Descrizione dell'itinerario.....	19
3.1.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	19
3.1.4 Altri attrattori di carattere identitario.....	20
3.1.5 Dove mangiare	20
3.1.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	20
3.2 Da Chieti a Guardiagrele.....	22
3.2.1 Comuni compresi nell'itinerario	22
3.2.2 Descrizione dell'itinerario.....	22
3.2.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	23
3.2.4 Altri attrattori di carattere identitario.....	23
3.2.5 Dove mangiare	24
3.2.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	25
3.3 Da Guardiagrele a Ortona.....	27
3.3.1 Comuni compresi nell'itinerario	27
3.3.2 Descrizione dell'itinerario.....	27
3.3.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	27
3.3.4 Altri attrattori di carattere identitario.....	28
3.3.5 Dove mangiare	28
3.3.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	29
4 ITINERARI DELLA COSTA DEI TRABOCCHI.....	31
4.1 Da Ortona a Fossacesia.....	32
4.1.1 Comuni compresi nell'itinerario	32
4.1.2 Descrizione dell'itinerario.....	32
4.1.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	33
4.1.4 Altri attrattori di carattere identitario.....	33
4.1.5 Dove mangiare	34

4.1.6	Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	35
4.2	Da Torino di Sangro a Punta Penna di Vasto	38
4.2.1	Comuni compresi nell'itinerario	38
4.2.2	Descrizione dell'itinerario.....	38
4.2.3	Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	38
4.2.4	Dove mangiare	39
4.2.5	Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	39
5	ITINERARI DEL SANGRO AVENTINO	40
5.1	Lanciano.....	41
5.1.1	Comuni compresi nell'itinerario	41
5.1.2	Descrizione dell'itinerario.....	41
5.1.3	Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	42
5.1.4	Dove mangiare	42
5.1.5	Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	43
5.2	Lungo la valle dell'Aventino.....	44
5.2.1	Comuni compresi nell'itinerario	44
5.2.2	Descrizione dell'itinerario.....	44
5.2.3	Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	44
5.2.4	Altri attrattori di carattere identitario.....	45
5.2.5	Dove mangiare	46
5.2.6	Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	46
5.3	Da Palena a Roccasalegna.....	50
5.3.1	Comuni compresi nell'itinerario	50
5.3.2	Descrizione dell'itinerario.....	50
5.3.3	Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	50
5.3.4	Dove mangiare	51
5.3.5	Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	51
5.4	Lungo la valle del Sangro	53
5.4.1	Comuni compresi nell'itinerario	53
5.4.2	Descrizione dell'itinerario.....	53
5.4.3	Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	54
5.4.4	Dove mangiare	54
5.4.5	Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	55
6	ITINERARI DEL VASTESE	59
6.1	Vasto e i suoi tesori	60
6.1.1	Comuni compresi nell'itinerario	60
6.1.2	Descrizione dell'itinerario.....	60
6.1.3	Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	61
6.1.4	Altri attrattori di carattere identitario.....	61
6.1.5	Dove mangiare	62
6.1.6	Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	62
6.2	Tra borghi fortificati e torri.....	64
6.2.1	Comuni compresi nell'itinerario	64
6.2.2	Descrizione dell'itinerario.....	64
6.2.3	Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	65
6.2.4	Altri attrattori di carattere identitario.....	65
6.2.5	Dove mangiare	65
6.2.6	Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	66
6.3	Archeologia, arte e natura.....	68
6.3.1	Comuni compresi nell'itinerario	68
6.3.2	Descrizione dell'itinerario.....	68
6.3.3	Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario	68
6.3.4	Altri attrattori di carattere identitario.....	69
6.3.5	Dove mangiare	69
6.3.6	Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario	69

EXECUTIVE SUMMARY

la realizzazione dello **Studio sugli itinerari enogastronomici nella provincia di Chieti del GAL Maiella Verde** è previsto nell'ambito della Misura 4.1.3 (misura a sostegno della qualità della vita e della diversificazione dell'economia rurale), con l'Azione 3 dedicata alla incentivazione di attività turistiche, gestita direttamente dal GAL.

Coerentemente con la pubblicazione del 2008 *"Itinerari nei gusti della provincia di Chieti"*¹, gli itinerari, 12 in tutto, abbracciano l'intero territorio della Provincia e si sviluppano in quattro comprensori così come illustrato dalla successiva tabella. Negli itinerari sono compresi anche i comuni esterni all'area di riferimento del PSL del GAL, anche se sono ammessi a finanziamento soltanto quelli rientranti in area Leader.

Comprensori	Itinerari	Comuni nell'itinerario	Comuni ammissibili Leader	Comuni non ammissibili Leader
Chietino Ortonese	Da Francavilla a Chieti	6	0	6
	Da Chieti a Guardiagrele	10	10	0
	Da Guardiagrele a Ortona	12	9	3
Costa dei Trabocchi	Da Ortona a Fossacesia	4	0	4
	Da Torino di Sangro a Punta Penna di Vasto	2	0	2
Sangro Aventino	Lanciano	2	0	2
	Lungo la Valle dell'Aventino	10	10	0
	Da Palena a Roccascalegna	5	5	0
	Lungo la valle del Sangro	26	22	4
Vastese	Vasto e i suoi tesori	1	0	1
	Tra borghi fortificati e torri	16	16	0
	Archeologia, arte e natura	10	9	1
Totale comuni inseriti negli itinerari		104	81	23

Il primo capitolo è dedicato all'illustrazione di **prodotti tipici ed attrattori enogastronomici del territorio** provinciale mentre il secondo presenta una illustrazione della **cucina tipica del territorio**, sia delle aree interne che di quelle costiere.

Per ogni comprensorio è prevista una **descrizione**, la presentazione degli itinerari e la **rappresentazione cartografica** con i comuni interessati.

Nell'ambito di ciascun itinerario i paragrafi, in successione, riportano l'**elenco dei comuni**, una **descrizione** dell'itinerario, i **prodotti tipici ed attrattori enogastronomici** presenti più gli **attrattori di carattere identitario** eventualmente segnalati (escursioni e passeggiate di particolare pregio paesaggistico, naturalistico ed ambientale, mercatini caratteristici, laboratori artigiani, manifestazioni di cultura popolare e folcloristica ecc.).

Nel paragrafo **"Dove mangiare"** viene fatta una duplice proposta: ristoranti ed osterie consigliati dalle guide italiane e agriturismi, osterie e cibo di strada segnalati a seguito di un'indagine di campo.

Infine, per ogni itinerario, vengono segnalati i produttori accreditati da Maiella Verde nell'ambito del progetto Galleria del gusto.

¹ *Itinerari nei gusti della provincia di Chieti*, Slow Food Editore, Piontello (MI), ottobre 2008

1 PRODOTTI TIPICI ED ATTRATTORI ENOGASTRONOMICI DELLA PROVINCIA DI CHIETI

1.1 L'olio extravergine di oliva

La provincia di Chieti, che per quantità è la più olivetata della Regione, produce circa 100.000 q.li di olio di oliva extravergine. La superficie totale messa a coltura, tra promiscua e specializzata è di 20.000 ha, per una produzione di olive di circa 600.000 di q.li. Le aziende olivicole interessate alla coltivazione si aggirano intorno alle 25.000 unità, con oltre 4 milioni di ulivi, che caratterizzano profondamente il paesaggio provinciale con quasi 300 i frantoi e una decina gli imbottigliatori. Le varietà autoctone più rappresentative sono Gentile di Chieti, Nebbio, Intosso, Cucco, Crognalegno, Caprina, Olivastro di Roccascalegna, frentano e di Bucchianico, Leccino, Frantoio e Moraiolo. Tutte le varietà contribuiscono al blend della **DOP (Denominazione di Origine Protetta) "Colline Teatine"** la cui composizione varietale può variare, a seconda se DOP soltanto o se accompagnata da menzione geografica territoriale come è descritto nella tabella seguente.

Denominazione	Colline Teatine	Frentano	Vastese
	Composizione		
Gentile di Chieti	>= 50%	>= 60%	<= 40%
Leccino	<= 40%	<= 30%	>= 30%
Altre	<= 10%	<= 10%	>= 10%*

*Varietà nebbio e moraiolo da sole o congiuntamente.

L'**extravergine DOP "Colline teatine"** si mostra di colore oscillante dal giallo oro al verde. Presenta un fruttato di media intensità, che ricorda l'erba, la foglia, la mandorla, con un buon equilibrio tra le note dolci, amare e piccanti. Si può acquistare solo in confezione di vetro contrassegnata con il caratteristico sigillo. Molto interessanti sono anche alcuni extravergine monocultivar ottenuti da Gentile, Intosso, Crognalegna, Ascolana, Leccino, Cucco, Moraiolo e Nebbio. Oltre all'olio extra vergine si segnalano le produzioni artigianali di oli agrumati (le olive vengono frante insieme a limoni, aranci o cedri), olive da mensa, ortaggi sott'olio e paté di olive verdi e nere. Tutto il chietino è vocato alla coltivazione dell'olivo e tante sono le "città dell'olio". Tra queste meritano sicuramente una menzione particolare quelle frentane (Lanciano, Rocca S. Giovanni, S. Vito, Fossacesia, S. Maria Imbaro e Mozzagrogna), quelle del versante est della Majella (Casoli, Palombaro, Roccascalegna e Pennapiedimonte), e quelle del vastese (Vasto, Casalbordino).

Le aziende menzionate nelle rubriche "Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario" hanno ottenuto riconoscimenti significativi dalla Guida agli extravergini 2008, edita da Slow Food.

1.2 Il vino

Una storia antica, quella del vino in Abruzzo: ne decantavano le virtù già in età romana Marco Valerio Marziale e Plinio il Vecchio e in tempi più recenti Andrea Bacci e Michele Torcia nei loro viaggi nella Regione. Ma ne hanno parlato anche Benedetto Croce, Gabriele D'Annunzio ed Ennio Flaiano che qui sono nati. La storia del vino abruzzese, dunque, parte da lontano, ma ha ottenuto notorietà solo a partire dai primi anni '50, quando alla diffusa coltura dei cereali si è sostituita gradualmente quella della vite, fino a raggiungere un livello produttivo tra i più alti in Italia. L'Abruzzo è sicuramente una delle regioni che, negli anni, ha avuto la maggiore crescita qualitativa. Lo conferma l'aumento della produzione dei vini a Denominazione di Origine Controllata, la nascita della prima DOCG a Controguerra (Te) e di diverse sottozone, l'avvio dell'imbottigliamento di numerose aziende produttrici e, soprattutto, il crescente apprezzamento da parte dei consumatori. Sono arrivati, così, i numerosi successi, riportati nei principali concorsi enologici nazionali ed internazionali, e il crescente interesse da parte della stampa specializzata di tutto il mondo, soprattutto verso il Montepulciano d'Abruzzo Doc, diventando di fatto una delle regioni della nuova enologia. Un cambio di rotta da ascrivere sicuramente ad una nuova generazione di produttori e all'affermarsi di una nuova mentalità delle cantine sociali, sempre più proiettate verso la qualità. A questo sviluppo hanno contribuito notevolmente anche le caratteristiche geopedologiche e climatiche dei terreni, collocati tra il mare Adriatico e i massicci del Gran Sasso d'Italia e della Majella. Queste consentono escursioni termiche tra il giorno e la notte importanti, che, associate ad una buona ventilazione, garantiscono alla vite un microclima ideale per vegetare e produrre uve di straordinaria qualità, ricche di profumi e sapori. La coltivazione si concentra per la quasi totalità sulla collina litoranea ed in particolare nella Provincia di Chieti, dove ricade il 75% del territorio vitato. Un primato che si

traduce anche in termini produttivi: dalla provincia teatina arriva circa l'80% della produzione complessiva di vino in Abruzzo, con la presenza di 30 cantine sociali. E' soprattutto nell'area compresa tra i comuni di Ortona, Tollo, Miglianico, Villamagna, Crecchio, Canosa Sannita, Ripa Teatina fino ad arrivare a San Martino sulla Marrucina che si concentra la gran parte delle due maggiori **DOC abruzzesi**, il **Montepulciano d'Abruzzo** e il **Trebbiano d'Abruzzo**. Qui, la percezione che l'economia è strettamente connessa con la coltivazione della vite è immediata per chiunque si trovi ad attraversare questa zona il cui paesaggio è disegnato quasi interamente da lunghe distese di tendoni, la "pergola abruzzese". La provincia annovera, inoltre, cinque **IGT** su nove, "**Terre di Chieti**", "**Colline Teatine**", "**Colline Frentane**", "**Colli del Sangro**" e "**del Vastese o Histonium**".

Il vino Montepulciano d'Abruzzo dalle tonalità del rubino intenso con sfumature violacee (granata quando è invecchiato), esprime profumi di ciliegia e amarena fresche quando il vino è giovane, di conserve dei medesimi frutti quando è invecchiato a cui si associano sempre sentori di liquirizia. In bocca si presenta vellutato, morbido, di buona struttura, persistente. Dalle stesse uve, lasciate fermentare per un breve periodo a contatto con le bucce (10-12 ore), si ottiene il **Montepulciano d'Abruzzo Cerasuolo**, un vino dal caratteristico colore ciliegia (cerasa, da cui Cerasuolo) più o meno carico, dai profumi intensi di ciliegia, di visciola e amarena fresche, dal sapore delicato e fresco e con retrogusto mandorlato. Il Trebbiano d'Abruzzo è il bianco abruzzese per eccellenza. Ha un colore giallo paglierino più o meno carico con riflessi appena verdognoli che si fanno dorati con la maturazione, profumi di media intensità e persistenza associabili alla mela golden, più di rado all'agrumo maturo, con sentori talvolta minerali. Il retrogusto tipico è quello di mandorla amara.

Molti produttori teatini stanno ottenendo buoni risultati anche dal vitigno **pecorino**, particolare per i sentori floreali e fruttati, spezie e per la intrigante freschezza gustativa. Interessante anche un altro vitigno bianco autoctono, la **cococciola**, coltivato soprattutto nei territori di Villamagna, Vacri, Ari e Rocca San Giovanni. Recentemente vinificato in purezza, ha un colore giallo paglierino scarico, una discreta struttura, con un'acidità sostenuta che si conserva per lungo tempo, ed un tipico aroma erbaceo poco intenso, ma persistente.

Tutto il territorio della provincia è vocato alla coltivazione della vite. Le aziende che producono vino in provincia sono numerose ed è facile trovare un buon prodotto. Quelle menzionate nella rubrica "Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario" hanno ottenuto riconoscimenti significativi dalla Guida al vino quotidiano 2008, edita da Slow Food e da Vini d'Italia 2008 edita da edita da Slow Food e Gambero Rosso.

1.3 La pasta

Fare la pasta fresca, fino alla fine degli anni '50 era pratica quotidiana in molte famiglie della Regione: maccheroni alla chitarra, rentroceli, sagne a pezzi, sagnette e tacconcilli, mentre la pasta secca (pasta all'ingegno) veniva consumata solo la domenica e i giorni di festa. Oggi la pasta fresca viene preparata soprattutto a livello artigianale e industriale con qualità eccellenti e la pasta secca è addirittura famosa nel mondo. I segreti della pasta fresca sono la farina e l'acqua mentre, per quella secca, oltre all'acqua e alla semola, rivestono grande importanza le trafile in bronzo e la cura nella lunga essiccazione all'aria. Ci sono diversi produttori di pasta secca in provincia, ma il luogo deputato alla sua produzione è Fara San Martino. Incassata nella Majella, annovera diversi pastifici che attingono tutti però le acque del Rio Verde che consegna la sua purezza alle oltre 100 forme tra lunghe e corte che vi si producono. Fara San Martino e Gragnano sono le capitali mondiali indiscusse della pasta secca di grano duro.

1.4 La tradizione del maiale

Il "**salvadanaio**" della famiglia contadina. Il maiale, simbolo dell'abbondanza nella tradizione contadina regionale, occupa ora ma non come nel passato un posto importante nell'economia della famiglia contadina. Diverse di esse continuano ad allevarlo come un tempo, nutrito soprattutto con scarti aziendali e familiari, crusca e tritello, prevalentemente allo stato semibrado in attesa dell'agognato raggiungimento "peso forma" tra 180 e 200 chili. Se ne ricava soprattutto carne da conservare: salami, salsicce, prosciutti, pancetta, un vero e proprio investimento per i tempi futuri, "*un salvadanaio*". La tradizione voleva che maialetti di due tre mesi, appena svezzati, venissero acquistati nelle fiere di paese o da allevamenti della zona ai primi di giugno e comunque in prossimità del giorno di S. Antonio da Padova. La scelta del periodo dell'ingrasso era legata alla maggiore disponibilità nella fattoria di prodotti

per l'alimentazione degli animali, soprattutto cereali, mais e altre granaglie, pastoni di fave e favino, in autunno ghiande e mele.

Il maiale nero abruzzese. I maialetti venivano scelti in relazione all'utilizzo futuro delle carni: quelli chiari per le carni più magre erano destinati normalmente alla vendita, quelli scuri con le carni più grasse erano riservati al consumo domestico e alla produzione di saporiti insaccati. Il maiale nero, oggi pressoché scomparso, ma con lodevoli iniziative per la sua reintroduzione, ha consentito produzioni di norcineria di elevata qualità nella zona del vastese interno (Guilmi, Carunchio, Scerni), basti ricordare la grande fama della ventricina, il più tradizionale dei salumi locali, e del salsicciotto di Guilmi.

La maialatura. Normalmente l'uccisione del maiale, operazione chiamata appunto "*maialatura*" avveniva con l'arrivo dei primi freddi invernali, che cadeva nel mese di gennaio, in fase di luna calante, in un periodo compreso tra le festività natalizie e il 17 gennaio, giorno di S. Antonio abate "*protettore degli animali*". L'uccisione del maiale il taglio delle carni e le successive preparazioni erano dei veri e propri riti a cui partecipavano parenti e vicini di casa dando vita ad una vera manifestazione corale con canti e balli

Le preparazioni. Tanti erano i piatti popolari che si preparavano con le carni fresche e che venivano consumati i giorni immediatamente successivi al taglio: *cif e ciaf*, pezzetti di carni grasse e pancetta fritte con aglio e cipolla, polenta unta, condita con spezzatino di maiale, brodo con la testa, sangue con aglio, cipolla e peperoni, costole e salsicce di carne e fegato alla brace. E poi le preparazioni per i tempi futuri a breve, medio e lungo termine: il sanguinaccio dolce, una sorta di crema con zucchero, cioccolato, cannella, da usare come farcitura per i dolci, l'annoia, le salsicce di carne e di fegato, la coppa di testa con erbe aromatiche, il capocollo, le soppressate, la ventricina, il prosciutto, la pancetta il lardo e lo strutto. Dopo l'asciugatura e la maturazione, soppressate e salsicce, affinché il loro consumo potesse essere protratto nel tempo, venivano immerse in un vaso di vetro riempito di strutto: questo consentiva sia di consumarle nel corso dell'intero anno, sia la formazione di flavour complessi e unici. La lunga stagionatura della ventricina è resa possibile proprio dallo strutto con cui viene abbondantemente cosparso il globo dopo l'asciugatura. Lo strutto aveva anche altri impieghi, era infatti un sostituto dell'olio extravergine e quindi un condimento per cucinare carni ma anche ragù e soprattutto per friggere. Diffusa in tutta la Regione, ma particolarmente in provincia di Chieti è la **porchetta**: un maiale intero, disossato, cotto al forno, a fuoco lento, per ore, farcito di mandorle, amarene, alloro, rosmarino, aglio e una infinità di altre spezie; farcitura e spezie sono diverse da zona a zona. Presente in tutte le feste patronali di paesi e città, rappresenta il cibo di strada per antonomasia in questo territorio, una vera squisitezza.

A suggello del profondo legame culturale, alimentare e rituale tra gli agricoltori abruzzesi e il maiale, all'animale è stato dedicato un museo recentemente inaugurato a Carpineto Sinello, nel cuore del Comunità montana del medio Vastese dove sicuramente più intense e forti sono le tradizioni.

1.5 I salumi

La produzione casalinga di salumi è pratica abbastanza diffusa nell'entroterra chietino per la tradizione di allevare maiali nelle famiglie contadine. Da ciò deriva un'antica tradizione che ha prodotto alcuni apprezzatissimi esempi di artigianato norcino.

Il **Salsicciotto Frentano** e la **Salsiccia a Campanella** (prodotti tradizionali d'Abruzzo) sono tradizionalmente prodotti nell'alta e media valle del Sangro e dell'Aventino, in un'area collinare alle pendici orientali della Majella. Il Salsicciotto Frentano è un salume stagionato pressato dalla forma di parallelepipedo irregolare lungo 22 – 25 cm che viene realizzato con tagli pregiati quali il lombo e il capocollo. I salsicciotti vengono conservati sott'olio, sotto strutto o sottovuoto. La Salsiccia a Campanella, di carne o di fegato, è un insaccato a corta stagionatura, dalla tipica forma a ferro di cavallo che ricorda le campanelle dei bovini al pascolo. Le salsicce possono essere consumate subito dopo la stagionatura o successivamente, sott'olio o sottostrutto o, come è più in uso oggi, sotto vuoto.

La preparazione del **Salsicciotto di Pennapiedimonte** (prodotto tradizionale d'Abruzzo), viene da sempre tramandata da padre in figlio e tuttora praticata dagli abitanti e dai macellai del posto. Si tratta di un salame a base di carne di maiale, preparata con i tagli magri di spalla e coscia (70%) e per la restante parte con tagli più grassi o semigrassi come

la pancetta. Prima di essere stagionato, il salsicciotto viene cosparso di sugna “fiore” e rotolato su un letto di spezie e erbe aromatiche (pepe nero macinato, timo, ginepro, rosmarino, alloro, erba cipollina, peperoncino piccante, finocchio e salvia), che si attaccano al salame conferendogli la caratteristica colorazione esterna verde. La stagionatura dura 70 – 80 gg.

Lannoia (prodotto tradizionale d’Abruzzo) è un insaccato dall’aspetto simile alla salsiccia, ottenuto dalle interiora del maiale che, una volta lessate, vengono tagliate a striscioline insieme alla rosetta, ossia le parte finale del budello, e conciate con sale, aglio, peperoncino, semi di finocchio e bucce d’arancio, per poi essere insaccate nel budello naturale di suino. Esempio di saggezza rurale, che ha trovato con l’annoia il modo di utilizzare alcune parti del maiale solitamente scartate. L’annoia si consuma fresca, alla brace o saltata in padella con vino bianco.

Altra specialità caratteristica della zona dell’Ortonese è il **fegatazzo** che si ottiene da fegato, milza, polmone, ventresca e guancia. La carne tritata grossolanamente viene condita con sale, peperoncino, buccia d’arancia e aglio, impastata e messa a riposare per qualche ora e poi insaccata nel budello di suino e legato in rocchi più o meno lunghi. A questo punto viene lasciato asciugare e poi fatto stagionare per un mese. Infine viene messo sotto strutto o sott’olio dove si conserva per oltre un anno.

La **Ventricina del vastese** (prodotto tradizionale d’Abruzzo) vanta, nel vastese, una lunga tradizione produttiva. Le carni utilizzate, sempre tagliate a mano, sono insaccate prevalentemente nella vescica del maiale che gli fa assumere la tipica forma ovale con un peso che oscilla tra uno e due kg e un diametro tra i 10 e i 20 cm. Un tempo come oggi, pur essendo un salume dalla lunga stagionatura fatta in vecchie cantine o grotte naturali, la ventricina si caratterizza per l’assenza di additivi, conservanti di sintesi o naturali ad eccezione delle spezie peperone secco e fiore di finocchio e del sale usati per la concia. Al taglio si presenta di grana grossa, dalla caratteristica colorazione rosso arancio che gli conferisce il peperone. La zona di produzione di questo antico pregiato salume è situata tra i fiumi Sinello e Trigno, nei comuni del medio ed alto vastese con altimetrie comprese tra i 200 ei 1.000 metri. Sul territorio si contano circa 35 imprese che trasformano e commercializzano in proprio e che, insieme alle moltissime famiglie che producono per autoconsumo, realizzano mediamente in un anno circa 220 quintali di prodotto dei quali circa 180 destinati alla vendita. L’azienda tipica, tranne poche eccezioni, ha una struttura familiare che negli ultimi anni va mostrando una inversione di tendenza con un interessante fenomeno di ricambio generazionale nell’attività di conduzione.

1.6 La carne di marchigiana

La carne di razza Marchigiana (prodotto tradizionale d’Abruzzo) si è conquistata la piazza d’onore fra le carni bovine italiane di alta qualità, assieme alla più blasonata cugina d’occidente, la Chianina. Oggi le carni di razza marchigiana, assieme a quelle delle razze Chianina e Romagnola, hanno ottenuto dall’Unione Europea il riconoscimento di Indicazione Geografica Protetta (IGP) con il marchio “Vitellone bianco dell’Appennino Centrale” e vengono prodotte nel rispetto di un specifico disciplinare. Allevamenti, trasformatori e rivenditori sono controllati da un organismo di certificazione e i dati anagrafici e di rintracciabilità insieme al marchio ed al certificato di garanzia accompagnano tutti i passaggi del prodotto fino al consumatore finale. La Provincia di Chieti conta circa 50 allevatori ed oltre 1.700 capi di razza Marchigiana, spesso dotati di punti vendita aziendale dove si può acquistare la carne certificata.

1.7 I Formaggi

La produzione di formaggi è abbastanza praticata nell’entroterra chietino. Gli ampi pascoli montani sono a disposizione di un settore zootecnico che, seppur in difficoltà, continua ad assicurare produzioni e prodotti di qualità.

La **Caciotta Frentana** (prodotto tradizionale d’Abruzzo) è forse la tipologia di formaggio a latte vaccino, intero, semi stagionato più antica e diffusa sul territorio. Un tempo il latte utilizzato era solo crudo e proveniva esclusivamente da vacche di razza marchigiana, oggi può essere anche termizzato e le razze sono la bruna alpina, la frisona e la pezzata rossa. Si tratta di un formaggio dolce a pasta morbida, dal peso di 500–800 g, di forma cilindrica con le caratteristiche impronte lasciate sulla superficie dalle “friscelle”, utilizzate per la messa in forma. Viene consumato sia fresco di pochi giorni (primo sale), e allora si presenterà di pasta bianca, con qualche leggera occhiatura, dai sentori lattici, e alla masticazione risulterà un po’ gommoso; stagionato una ventina di giorni, i sentori saranno ancora lattici ma con

rimandi al burro, la consistenza più morbida e la superficie esterna cerata. Molto utilizzato per la preparazione del fiadone sia dolce che salato ma anche per essere arrostito (nella versione primo sale).

Il **Caciocavallo abruzzese** (prodotto tradizionale d'Abruzzo) è un formaggio vaccino a pasta filata prodotto con latte crudo, di forma globosa a pera, di colorazione esterna dall'avorio al marrone scuro in relazione ai tempi e modalità di stagionatura, del peso da 1 a 3 Kg. I formaggi dopo la filatura vengono modellati e poi legati a coppia con una corda, e posizionati a cavallo di aste per la maturazione. Incerta la derivazione del nome escludendo che il latte provenga da giumente perché non idoneo per la caseificazione, due sono le ipotesi: la prima è che la stagionatura avvenga a cavallo di pertiche, però anche altri formaggi di forma sferica con nomi diversi, vengono così stagionati; la seconda che la denominazione sia stata mutuata dai paesi balcanici e Turchia, dove formaggi a pasta filata e non, da tempo si chiamano Kascaval, Qasqaval. La zona di produzione più tipica in provincia di Chieti è quella dell'alto Trigno, nei territori della comunità dell'alto vastese. Il formaggio al taglio presenta struttura compatta con le tipiche sfogliature, colore dal giallo chiaro, paglierino al giallo intenso (nei prodotti stagionati) e profumi che rimandano all'erba o al fieno in relazione al momento della produzione. Lo si inizia a consumare non prima dei 60-70 gg. ma il periodo di stagionatura ideale va da 100 a 120 gg. per le pezzature del peso intorno ad 1-1,5 Kg, fino ad un massimo di 12 mesi. Il sapore è dolce e pastoso nel prodotto più fresco, diventa più intenso e piccante con la stagionatura.

1.8 Il vino cotto

Il vino cotto (prodotto tradizionale d'Abruzzo), considerato da sempre il vino delle "occasioni speciali", è un vino da dessert, già conosciuto al tempo dei Romani. Ancora oggi, soprattutto nell'entroterra abruzzese, in molti banchetti nuziali viene spillato al termine del pranzo dal padrone di casa da una piccola botte di legno preparata alla nascita del figlio maschio e conservata fino al giorno del suo matrimonio. Seppure esistono numerose varianti, la tradizione del vino cotto vuole che attraverso l'ebollizione in grossi calderoni di rame, si riduca il mosto fresco di uve bianche o rosse, al 25 -30 % di quello iniziale. Il mosto concentrato, chiamato sapa, viene fatto raffreddare, decantare e travasato in una botte di legno. Qui viene aggiunta una quantità di mosto fresco, dal doppio fino a cinque volte il volume del mosto iniziale, in relazione al grado alcolico che si vuole ottenere, e si lascia fermentare. Dopo una lunga e lenta fermentazione, il vino viene travasato e messo in botte. L'invecchiamento in botte ha una durata di almeno due anni, a quindici anni si può fregiare del marchio Gran Riserva. La gradazione alcolica è intorno ai 15°, il colore è ambrato più o meno intenso, i profumi ricordano la frutta secca e il caramello, in bocca si presenta da lievemente dolce ad un piacevole asciutto con un gradevole sentore di mandorle tostate. Caratteristiche uniche che hanno portato il Comune di Roccamontepiano ad avviare nel 2000 un progetto di valorizzazione e tutela di questo prodotto, favorendo la costituzione di una associazione che ne curi l'immagine e detti le norme di produzione e di commercializzazione.

1.9 I prodotti da forno

Il **pane di Cappelli** è ottenuto da una lunga e complessa lavorazione della farina di frumento duro della varietà Cappelli, preparazione che viene tramandata da padre in figlio sin dal 1930. Si presenta all'esterno con una consistente crosta di colore giallo oro e all'interno una struttura voluminosa gialla paglierina, con pronunciati alveoli di forma ovale. Viene prodotto in diverse pezzature che assumono le denominazioni dialettali seguenti: filoncino di municarella; coppiette; pagnotta alta; filone; cuscino; schirone. Può conservarsi per una decina di giorni.

La **Pizza Scime** (çime) è un pane azzimo (senza lievito), nel dialetto frentano açime significa azzimo. Diffusa probabilmente dagli ebrei, che dal XII al XVIII secolo vivevano a Lanciano. La pizza scime sostituiva il pane al bisogno ed era consumata per accompagnare il cibo durante il lavoro. Si ottiene impastando a mano farina, acqua, sale e a volte olio e vino, l'impasto è appiattito in una sottile sfoglia di dimensioni diverse, la cottura era eseguita sotto il "coppo", oggi viene cotta al forno, ha consistenza croccante e si conserva per più giorni.

Con il nome di **Fiadone**, è compresa un'intera famiglia di prodotti da forno tradizionali, la caratteristica comune è l'essere costituiti da una parte esterna di pasta semi-frolla (fatta con farina, olio d'oliva e vino bianco) ed una farcitura interna a base di formaggio fresco o semi stagionato e uova.

Le numerose varianti di Fiadone afferiscono sostanzialmente a due categorie:

- Dolce, a forma di ciambella; ha un interno, formaggio fresco o ricotta che, nelle versioni più riuscite si presenta umido e spugnoso dal gusto delicato.
- Salato, che ha la stessa forma, con un ripieno più asciutto ed elastico, se ne fanno di piccoli di forma tronco conica. Al taglio i sentori sono intensi di formaggio e uovo cotti insieme a cui si accompagnano i profumi dell'olio e del vino dell'impasto.

Il fiadone rappresenta da sempre un cibo di rito, legato alla Pasqua (scambiato come dono fra le famiglie), oggi lo si trova nei forni della provincia durante tutto l'anno.

1.10 La pasticceria

L'arte dolciaria nel chietino è legata, più che in altri luoghi, ai doveri delle ritualità delle tradizioni locali. Alcuni dolci tipici prodotti dai forni con ingredienti semplici e genuini: "cielli pieni, pizzelle, spume, dolcetti di mandorle", sono da sempre protagonisti dei banchetti e meritano di essere riscoperti e valorizzati come "tradizioni e sapori antichi" capaci di creare un ponte tra passato e presente. Grande importanza per questi dolci tra i vari ingredienti hanno le mandorle, presenti in buona parte delle preparazioni, siano usate intere o ridotte a farina. Altrettanto frequente è l'impiego della confettura d'uva Montepulciano d'Abruzzo, del mosto cotto, del miele e del cioccolato. Esiste sul territorio una fitta rete di forni che si approvvigionano da produttori locali di farine, marmellate, olio e miele. Si tratta generalmente di aziende per la maggior parte rappresentate da forni di piccole dimensioni a conduzione familiare, alcune con attività cinquantennale, sono accomunate da una profonda conoscenza e selezione delle materie prime e dai metodi di lavorazione dove, il lento e prezioso processo di lavorazione a mano, permette un continuo perfezionamento di ricette tradizionali.

La pasticceria della Maiella. La tradizione dolciaria di quest'area trae origine dalle festività religiose più importanti ma anche dalle tradizioni locali: ecco le natalizie "**nevole**" o neole di Ortona, cialde (anche arrotolate a forma di cono) preparate con impasto di farina, mostocotto, olio e anici, cotte sul fuoco con un ferro particolare che ne disegna il tradizionale formato. Un altro esempio è dato dalle **sise delle monache**, dette anche Tre Monti, il dolce simbolo della città di Guardiagrele. Il dolce, con la forma tipica a tre ciuffi accostati a triangolo, è costituito da due alti strati di soffice Pan di Spagna farciti con crema pasticceria. Di rilievo anche il **torrone di Guardiagrele**, un gustoso croccante, costituito da mandorle intere tostate e mescolate a zucchero, cannella e frutta candita. A Rapino vale la pena di assaggiare i **pasticci**, di forma tronco conica, con involucro di pasta frolla ripiena di una crema a base di latte, cioccolato fondente, limone e di un trito di mandorle tostate e cannella in polvere e i **cavalli, le pupe e i cuori**, tipici dolci pasquali dell'intera provincia, ma qui felicemente interpretati, e finemente decorati. Tipico dolce di Fara Filiorum Petri è invece il **serpentone**, localmente 'lu serpendone' che veniva preparato anticamente in coincidenza della macellazione del maiale perché per la sua farcitura veniva impiegato il sanguinaccio.

I celli pieni. Un dolce di rito questo, si consuma in famiglia nelle feste di natale, come il panettone per i milanesi, molto diffuso in provincia, ma particolarmente nella zona frentana e a San Vito. L'amministrazione comunale del paese marinaro recentemente ha registrato il marchio figurativo e sta avviando le procedure per farne un prodotto a marchio. Forte è il legame con i sanvitesi che in agosto ne celebrano una evocativa festa. Oltre ad essere il dolce delle feste natalizie fino a poco tempo fa veniva fatto in famiglia in occasione del matrimonio della figlia e se ne riempivano canestri che accompagnavano, volando, la ragazza, che lasciava, sposandosi, il nido familiare per costruirne uno nuovo da riempire, e da qui il nome cellipieni. Dolce simbolo del volo e della fertilità. La forma è quella di un uccelletto, oggi rara, più diffusa quella di un tortellone. L'involucro è costituito da una pasta ottenuto da farina, vino, olio extravergine, zucchero. La farcitura è marmellata d'uva, arricchita con cioccolato, cannella e buccia di limone. Si conservano a lungo.

Il bocconotto di Castel Frentano. "Lu buccunotte" è un pasticcino dalla forma tipica di coppetta, un involucro di tenera pasta frolla che racchiude una farcitura di consistenza morbida e vellutata, con granelli di mandorla tostata, dal profumo intenso e speziato di cannella, di cioccolato fondente e mandorle. La pasta frolla delicata e friabile, che costituisce l'involucro esterno del dolce, ed il sapore ricco e pieno della farcitura conferiscono al bocconotto castellino caratteristiche uniche, e ne fanno un vero e proprio "must" della pasticceria regionale. La ragione del successo forse

dipende dal riuscito matrimonio tra ingredienti di origine locale, quali l'olio extravergine di oliva, la farina, le uova e le mandorle, ed esotici, come la cannella e il cioccolato fondente, oltre, naturalmente alla abilità delle massaie di Castel Frentano. La zona di produzione tipica è quella dei comuni di Castel Frentano e Lanciano. Se ne trovano degne di attenzione un po' ovunque in tutto il Sangro Aventino e non solo.

Nonostante si mantenga tranquillamente (in frigo) sino a 7-8 gg., il Bocconotto va gustato fresco ed a temperatura ambiente. Tra le numerose pasticcerie e forni del territorio che producono Bocconotti si segnalano due indirizzi: Liliana e Lobosco.

La sfogliatella di Lama dei Peligni. La "sfuiatell" è un dolce tipico del comune di Lama dei Peligni, anche se in altri piccoli comuni montani della provincia si realizzano dolci simili con ingredienti diversi.

Il dolce dalla forma ricorda una tellina molto grande le cui valve di sottile pasta sfoglia racchiudono una farcitura costituita da un mix di marmellata d'uva e di amarena, mosto cotto, noci e cacao. A fine cottura, le numerose e ondulate sfoglie assumono un bell'aspetto dorato. Prima del consumo viene spolverata con zucchero a velo. La sfoglia è ottenuta da un impasto di farina, uova, strutto e acqua, la cottura è al forno. Le sfogliatelle di Lama hanno avuto origine alla fine del 1800 ad opera di Donna Anna di Guglielmo in Tabassi baronessa di Lama dei Peligni. Gli ingredienti della originaria ricetta napoletana furono modificati per utilizzare le materie prime del territorio. La ricetta, così rielaborata, fu gelosamente custodita e solo intorno agli anni '60 è stata resa di dominio pubblico. Il comune, insieme alla locale pro-loco, organizza ogni anno in aprile, un concorso fra le famiglie, per l'assegnazione della sfogliatella d'argento, al migliore dolce in gara.

1.11 Il miele

L'Abruzzo è la terza regione d'Italia per la produzione di miele che per la maggior parte viene prodotto in Val di Sangro. In questo territorio l'apicoltura moderna è stata avviata agli inizi del secolo scorso e si è notevolmente sviluppata: già prima della seconda guerra mondiale esisteva un'associazione di produttori e dal 1960 opera la prima ed unica cooperativa apistica abruzzese. Grazie alle relazioni fra aziende specializzate, facilitate dalla prossimità geografica e, soprattutto, grazie al lavoro di animazione di grandi appassionati come Nicola Caniglia ed Enzo Santeusano oggi operano imprese molto professionali e si producono mieli di elevato livello qualitativo. L'adozione di tecniche produttive che prevedono lo spostamento delle api da un territorio all'altro in coincidenza con le epoche di fioritura, ha favorito in Val di Sangro la produzione, oltre che del caratteristico millefiori, di una grande varietà di mieli monoflora. Di questi, alcuni sono tipici del territorio come sulla, lupinella, acacia, girasole e santoreggia; altri vengono "bottinati" portando le api sulle fioriture tipiche di altre regioni come l'Eucalipto nel Lazio e gli Agrumi in Calabria e Puglia. La "capitale" del miele è il paese di Tornareccio ove ogni anno in settembre si organizza una manifestazione specializzata con mostra mercato

1.12 La marmellata di cetrangolo

Non si sa bene come e quando siano arrivate le arance in questo lembo di terra. Ma è ragionevole ipotizzare un'origine risalente al XVIII secolo, quando ebrei sefarditi, profughi dalla penisola iberica, si rifugiarono nel Regno di Napoli. Per questa ragione l'arancia sarà chiamata "purtuhalle". Il commercio degli agrumi tra l'800 e il 900 era una attività fiorente e remunerativa. Poi arrivò il declino. Oggi giardini di aranci, estesi pochi ettari con diversi esemplari secolari, sono disseminati lungo la cosiddetta costa dei trabocchi, e la varietà caratterizzante, è il "cetrangolo", un arancio amaro dalla maturazione tardiva che da frutti biondi e profumati. Per apprezzarne appieno le qualità gustative il periodo migliore va da febbraio-marzo in avanti. Ma dove i risultati vanno davvero al di sopra della mediocrità, è nella loro trasformazione in marmellata, pratica diffusa in tutte le famiglie di questa parte di Abruzzo. Da qualche anno anche grazie alle iniziative di una specifica associazione di tutela, è tornato forte l'interesse per questa attività e diversi piccoli laboratori artigianali producono e vendono eccellenti confetture di agrumi. Il medesimo sodalizio organizza - ogni anno la seconda domenica di marzo a Vallevò - un colorito mercatino di arance e confetture.

1.13 I prodotti della terra

Il comparto agricolo dell'area chietina è caratterizzato, oltre che dalla viticoltura, dalle produzioni ortofrutticole: meritano di essere assaggiate, l'uva Regina di Ortona, comunemente detta Pergolone, le ciliegie di Giuliano Teatino e i

pomodori a pera di Francavilla al Mare. **L'uva Regina Bianca** dell'ortonese, fu importata dalla Spagna dalla famiglia D'Avalos nel XVI secolo e ha trovato un microclima perfettamente adeguato nei territori di Ortona, Tollo, Crecchio e Canosa Sannita. Accanto al Pergolone è molto diffuso il **Cardinal**, la cui coltivazione è stata introdotta nel secondo dopo guerra. È di colore rosso violaceo ed ha grappoli tondeggianti ed acini croccanti.

A Giuliano Teatino è, invece, forte il legame con la produzione delle **ciliegie**. Questo comune insieme a Canosa Sannita, Ari e Torrevecchia Teatina, costituisce il principale centro produttivo della Regione.

Una menzione particolare merita la **cipolla piatta di Fara Filiorum Petri**, antica e tradizionale coltivazione in appezzamenti di terreno molto ricchi di acqua detti appunto cipollari.

Il **pomodoro "a pera"**, coltivato nel comune di Francavilla al Mare e nei paesi limitrofi, prende il nome dalla sua caratteristica forma, lievemente allungata con costole più o meno pronunciate; i frutti possono raggiungere i 600 g di peso. Il colore rosso molto intenso, rimane giallo verso la parte apicale, che tende un po' a fessurarsi. Risulta essere molto ricco in zuccheri, in sali minerali e in licopene (potente antiossidante naturale con proprietà antitumorali). Facilmente pelabile, quando è maturo ha pochi semi, caratteristiche queste che lo rendono particolarmente adatto alla produzione casalinga di salsa in bottiglia. Il frutto, consumato fresco è dolce, sapido, dai profumi mediterranei, ottimo per le insalate, da solo o con altre verdure.

La presenza del **Tartufo del Sangro** sia spontaneo che coltivato in Abruzzo, è molto significativa. Si ritiene che circa 500.000 siano gli ettari di tartufaie naturali, rappresentando il 40% della superficie complessiva concentrati maggiormente nei territori montani, pedemontani e collinari delle province di L'Aquila e di Chieti. Tutte le specie sono rappresentate. In provincia di Chieti molto importante è la produzione di tartufi bianchi pregiati prevalentemente nella vallata del Sangro, Borrello, Pizzoferrato, Roio del Sangro, Quadri, e nella vallata del Trigno, Torrebruna e Carunchio. Interessati alla produzione di tartufi neri (il diamante nero d'Abruzzo) sono i comuni di Casoli, Guardiagrele, Fara S. Martino, Lama dei Peligni, prevalentemente scorzone estivo.

Le pesche di San Salvo. Negli anni 60 la peschicoltura a San Salvo è diventata attività economicamente importante grazie alla vocazionalità del territorio, ai fertili terreni lungo il Trigno ed alla abnegazione degli agricoltori che hanno consentito eccellenti qualità della produzione. Negli stessi anni venne costituita la Cooperativa Euroortofrutticola che oltre a porre le basi per una commercializzazione organizzata ha promosso il miglioramento continuo della qualità della peschicoltura, puntando al rinnovamento varietale e alla estensione delle superfici a coltivazione integrata e biologica. Con oltre 1.200 soci oggi è diventata una delle più grandi organizzazioni di produttori d'Italia e le produzioni di pesche, nettarine e percoche per circa il 60% vengono esportate prevalentemente verso la Germania e l'Inghilterra. I ben informati riferiscono che le pesche di San Salvo sono presenti sulla mensa della casa reale inglese. Nel 2008 la città di San Salvo è stata insignita per il secondo anno di fila della bandiera verde, dalla Confederazione italiana Coltivatori per la genuinità delle produzioni frutticole e aderisce per le produzioni peschicole a "Res Tipica" istituita dall'ANCI per favorire l'incontro tra i produttori e i consumatori nei diversi comuni d'Italia, meritando così l'appellativo di "città delle pesche".

Le Percoche di Atesa A Piazzano di Atesa si coltivano pesche gialle dalla fine degli anni '50. La qualità eccellente delle produzioni ne hanno fatto subito crescere la fama. Per molto tempo ha fornito le famiglie del territorio frentano di ottime percoche, le pesche gialle a polpa dura, per la frutta sciropata. Il terreno l'ambiente, la capacità degli agricoltori, hanno permesso alle *percoche* di Piazzano di essere considerate fra le migliori d'Italia.

La Patata di montagna del medio Sangro. Nei comuni di Montenerodomo, Pizzoferrato, Gamberale e Civitaluparella, piccole aziende contadine coltivano da tempo la patata, prodotto importante per l'alimentazione delle comunità che là vivono. L'alta qualità delle produzioni l'ha resa di fatto una protagonista indiscussa della gastronomia del territorio: gnocchi, patate fritte o lesse sotto il coppo, polenta bianca e *frascarielli*. Previa lessatura, sono anche aggiunte all'impasto per la preparazione del pane più tradizionale del comprensorio, di cui allungano la conservazione.

Il peperone dolce di Altino Oasi di Serranella. Il Peperone dolce di Altino rappresenta una tipologia morfologica tipica di peperone dolce – Tipo “*Paesanello di Altino*” o “*A cocce capammonte*” con i frutti rivolti verso l’alto di colorazione rosso porpora, riconosciuto dalla regione Abruzzo ed inserito nell’elenco dei prodotti tipici tradizionali o minori. Viene coltivato, venduto fresco o confezionato in serte, essiccato ed in parte ridotto in polvere per essere usato in cucina o nella produzione di ventricine e salumi in genere. La zona geografica di produzione è quella di Altino e delle aree limitrofe comprese tra i fiumi Sangro ed Aventino attorno all’Oasi di Serranella. Ogni anno l’Associazione di tutela del Peperone dolce di Altino, in stretta collaborazione con l’amministrazione comunale, promuove il “*Festival del Peperone dolce di Altino*” con il suo “*Palio culinario delle contrade*”, una sorta di punto d’incontro tra tradizione e gusto, che riscuote successo e notorietà anche oltre i confini regionali. Ogni volta il centro storico, con i suoi laboratori di vimini, legno, rame, merletti, orti didattici, diventa, com’è ormai tradizione, “*Teatro di degustazione*” grazie a sette differenti menu valutati da una giuria composta di giornalisti, gastronomi, chef ed esperti di folklore che, nella serata conclusiva, decreta il reone vincitore. La manifestazione che si tiene l’ultimo fine settimana di agosto di ogni anno, ha celebrato nel 2013 la sua quinta edizione.

Il carciofo di Cupello. Si tratta di un ecotipo locale della specie *cynara scolymus*, diffuso nel comune di Cupello e nei comuni limitrofi di Furci, Lentella, Montedodorisio, San Salvo e Vasto. La raccolta dei capolini in relazione all’andamento stagionale va da marzo ad aprile. La forma è rotondeggiante ma un po’ più allungata del romanesco e ricorda una “mazzaferrata”, l’antica arma medievale, tant’è che viene chiamata anche così nella zona di produzione. Il colore delle brattee, circa un centinaio, è verde con intense sfumature violacee, non presenta spine, né la lanugine nel cuore del carciofo. Notizie certe della coltivazione del carciofo in questa area si trovano nel catasto agrario del 1929, ma solo tra la fine degli anni Cinquanta e l’inizio degli anni Sessanta iniziò una sua razionale coltivazione. Furono costituite le prime cooperative per la commercializzazione e iniziarono le produzioni dei sottoli e dei paté. La scarsa fibrosità, l’assenza di lanugine ne fanno un carciofo eccellente sia per il consumo fresco che per la trasformazione. La prima sagra del carciofo si tenne a Cupello nel 1965 e dopo alcuni anni di interruzione, dal 1990 ad oggi sono state sempre organizzate con connotati sia gastronomici che tecnici. Il carciofo di Cupello si fregia del marchio collettivo comunitario.

Le fave di San Nicola a Pollutri. Quando sia iniziato il culto per San Nicola di Bari a Pollutri non lo sappiamo con certezza, ma notizie documentate di questa festa popolare molto sentita e partecipata risalgono al 1703. In una “Cronaca” in tale data, lo storico abruzzese Diego Marciano racconta della festa, della grande partecipazione popolare, delle preparazioni precedenti, con dovizia di particolari. I festeggiamenti avvenivano e tuttora si svolgono il 6 dicembre e la prima domenica di maggio. La settimana prima viene macinato il grano per ottenerne farina, che alla vigilia della festa sarà impastata su lunghe tavole; la mattina dopo la lievitazione dall’impasto si otterranno piccoli pani su cui verrà impresso l’antico sigillo del santo di Mira, subito avviate alla cottura in forno da una processione di fanciulle che portano in testa, in equilibrio, le tavole su cui sono appoggiati. Nel primo pomeriggio i deputati della confraternita preparano nove enormi caldai con acqua e fave precedentemente tenute in ammollo. Al gruppo, fra deputati e cittadini, che per primo fa bollire il caldaio, come in una sorta di competizione, vengono assegnati premi in natura. A cottura ultimata le fave lesse saranno distribuite ai fedeli e consumate insieme ai pani e al vino. Questa antica tradizione si ritiene abbia avuto origini durante una delle ricorrenti carestie: la popolazione di Pollutri venne salvata dalla fame, da un pugno di fave donate dal santo durante uno dei suoi numerosi viaggi in occidente.

2 LA CUCINA DEL TERRITORIO

2.1 La cucina delle aree interne

Nel chietino, la cucina è sempre stata povera, abituata a fare uso solo dei prodotti del territorio: quindi accanto all’olio e al vino, ecco i cereali, i legumi e le tante verdure spontanee, che hanno sempre avuto un ruolo preponderante nella gastronomia tradizionale. Una cucina legata anche alla pastorizia: gli **arrostiticini** (gli spiedini di carne di pecora), **l’agnello cacio e uova**, i **pecorini** di varie stagionature, la **giuncatella** o le **caciotte**. Particolarmente importante è l’allevamento del maiale, dal quale nascono i tanti salumi tipici e specialità come la **porchetta al forno**, sempre protagonista nelle feste patronali e nelle sagre. Un occhio di riguardo merita la gastronomia tipica guardiese

che ha saputo esaltare le diverse anime delle sue tradizioni, l'artigiana, la contadina e la borghese. La caratterizza una grande variabilità dei piatti dovuta alle tante "contaminazioni" culturali. Da ricordare, tra i piatti, le **sagnarelle** con il lardo fritto, i **frascarelli**, le **lahanelle** al sugo di papera e le **corde di chiochie** al ragù dell'aiuto (preparato con vari tipi di carni in occasione della trebbiatura o della vendemmia), accanto alle **pallotte cace e ove**, coniglio **pipidigne e pummadore** e **cif e ciarf** di maiale. Ma forse il piatto che più di ogni altro rappresenta l'anima guardiese, soprattutto quella artigiana, sono le **bracirole di cavallo o di asino**, polpette di carne equina condite con sale, pepe, peperoncino, aglio e prezzemolo e poi rosolate lentamente nel tegame. Sono nate probabilmente dall'antica arte dei **chiochiar** che utilizzavano le pelli equine per fare le **chiochie**, antiche calzature dei contadini, e poi consumavano le carni di asini e cavalli. Più in generale, i piatti della tradizione del chietino sono, fra i primi, il **brodo delle feste di Natale** di cappone, gallina e vitello, con polpettine e cardone (grosso cardo coltivato). Linguine al sugo di baccalà, sagnette e fagioli, timballo con strati alterni di mozzarella, ragù, polpettine, uova sode e parmigiano. Molti anche i piatti con verdure e ortaggi, cime di rapa saltati in padella, **fagioli bianchi** all'olio, minestra di cicoria e fagioli. Fra i secondi uova ad occhio di bue con peperoni rossi secchi fritti, baccalà o stocco con la pizza di granturco, pallotte cacio ed uova, oltre a papera al sugo.

Nel lancianese e nel Sangro Aventino sono tipici i **rintrocele**, la classica pasta fresca senza uovo, a forma di lungo maccherone pieno, condita con ragù alla Lancianese (castrato, polpa di maiale e di manzo), le **sagne a pezze**, una sfoglia senza uovo tagliata a forma romboidale (pezze) che si condisce tipicamente con il sugo di castrato o con i legumi (ceci o fagioli), e le **linguine o spaghetti alla trappetara**: era il piatto degli operai che lavoravano nei frantoi (trappeti). Si tratta di una preparazione simile ad un aglio (vestito) e olio con aggiunta di peperone rosso dolce secco tritato e acciughe, servita con prezzemolo tritato fino: profumato, saporito e colorato, molto mediterraneo. Tra i **Secondi e contorni** si segnalano **pizze' foje** misticanza di verdure di campo (foje), cotte in poca acqua e "ripassate" con aglio e olio assieme a tocchetti di pizza di farina di mais (grandinje), il **coniglio sotto il coppo**: coniglio a pezzi, patate aglio e erbe aromatiche, cotto in un'apposita teglia munita di coperchio cilindrico (il coppo) e sistemata nel camino ricoperta di brace. Il pesce più diffuso nell'entroterra è il **baccalà**, venerato dai lancianesi (ancora oggi a Lanciano opera uno dei principali importatori) è inoltre cibo di rito, molto utilizzato nelle feste natalizie e nella quaresima. Tante sono le preparazioni tipiche, segnaliamo quello **alla brace con peperoni** freschi arrostiti, olio, aglio e prezzemolo (anche la variante con peperoni secchi è particolarmente buona e più digeribile). Molto tradizionale è il baccalà al sugo di pomodoro con cipolla, peperoni e patate,. I filetti impanati o avvolti da pastella e poi fritti (**ciabbottelli**) da consumare ancora caldi, sono irresistibili. Una vera rarità del basso Sangro, è la **pasta alla mugnaia**, ottenuta da un impasto di acqua e farina: dopo numerose manipolazioni, si ottiene un maccherone pieno lungo 10-15 metri avvolto in matassa, che poi viene tagliato. Una volta cotta la pasta viene condita con ragù di involtini di castrato. Quando i mulini erano azionati dall'acqua il condimento si preparava con pesci grassi e gamberi di fiume che rimanevano incastrati nelle derivazioni che muovevano la ruota: era questo il piatto forte dei mugnai. Interprete d'eccezione il mugnaio Nicola Di Lallo di Paglieta. Come si intuisce si tratta di una cucina molto semplice la cui bontà è affidata alla qualità e genuinità degli ingredienti, fra cui primeggia l'olio extra vergine di oliva.

Incontaminata interpretazione del territorio è la **cucina del vastese**, dove la natura, qui particolarmente prodiga, e l'inventiva umana, che ha affinato tecniche di cottura del tutto peculiari come le **pizze di farina di mais** o il **coniglio ripieno, cotti "al coppo"**, hanno distribuito per stagioni le loro specialità. Carciofi ripieni e fritti, asparagi in frittata, giuncate, lumache in guazzetto pomodoro e rosmarino o menta. Begli abbinamenti di pasta e legumi sono le **"sagnetelle e fasciule"** e i **"tacconi"** coi piselli (sagne e tacconi vengono tagliati in losanghe da una "péttele" di pasta, composta da acqua, farina e sale).

Il rituale quasi sacro dell'uccisione del maiale, è padre di straordinarie porchette e ventricine. Alla tradizione natalizia risale la preparazione del brodo di gallina, con pezzi di cardo e polpette di carne.

E per concludere un'infinita carrellata di dolci: calcionetti, **"caggiune e caggiunitte"**, di pasta fritta e farcia ai ceci o mostarda, pizzelle, cotte con il tipico ferro, tramandato con la **"dote"**, a volte riempite di mostarda e frutta secca, e ancora le **scrippelle**, soffici dolci di pasta lievitata, fritta nello strutto e arrotolata su un tappeto di zucchero. I ravioli di ricotta e cannella e **cicerchiate**, dadini di pasta fritta, assemblati con miele.

2.2 La cucina di mare

Nel chietino, i fondali relativamente alti, le scogliere diffuse, i ciottoli e la sabbia, generano areali marini così diversi che consentono la vita ad una varietà di pesci molto ampia e ad una altrettanta ricchezza di piatti e di preparazioni spesso associate ai prodotti della terra. I pesci non sono quasi mai di grandi dimensioni, ma sempre di sapori ricchi e pieni. Il piatto più diffuso in casa come al ristorante è il **brodetto di pesce** che nella maggior parte dei casi utilizza quantità di pomodoro che in peso sono pari a quelle del pesce, più peperone rosso dolce e peperoncino piccante insieme al basilico. Nell'assortimento dei pesci, oltre ai classici sono da rimarcare lo scorfano, il testone e la tracina. E' d'uso dopo aver mangiato i pesci, affogare nel sugo rimasto, spaghetti o linguine spezzate e lessate. Obbligatoria è la cottura nel coccio che associa alle fragranze del pesce e degli altri ingredienti quello della creta (più il coccio è usato, più sono intensi gli aromi). Il piatto più importante, tipico e riservato alle grandi occasioni è **lu rentrocele** col **sugo di pelosi**, un granchio che vive sugli scogli con le grosse chele con ispidi e radi peli e che esperti gourmet preferiscono all'aragosta. Anche con la **seppia** si preparano svariati piatti: ripiena al forno, ripiena al sugo, con i piselli o i fagioli, con la pasta. Caratteristico è l'arrosto di **mormore** e di **cefali**, la frittura di **paranza** (calamari, seppie, triglie, cianghette ed altri piccoli pesci) l'imbarcazione più utilizzata dai pescatori di S. Vito, sono altre preparazioni classiche **Chitarrina** ai frutti di mare o agli scampi, **tacconcelli** al sugo con cozze e fagioli, **cozze** ripiene al sugo o gratinate tubetti con cicale e ceci o con vongole e ceci, le **lumachine di mare** (bummalitt) con pomodoro e rosmarino, la pasta con le **alici** fresche, **sgombri** lessi con peperoni arrosto, **polpi** in purgatorio o lessi con patate, le sarde spinate panate e fritte.

Il re della **cucina vastese** è il **brodetto**, perfetto connubio tra sapori di terra e di mare. Questo piatto incomincia ad essere preparato probabilmente nell'Ottocento, quando pesce e pomodori -mezzi tempi o a susina- venivano barattati tra pescatori di paranza e ortolani. "Lu vrudatte" si differenzia dagli altri guazzetti della costa adriatica per la semplicità degli ingredienti (pesce, pomodoro, olio, erbe aromatiche), non prevede soffritti né l'aggiunta di acqua, brodo o aceto. Il pesce viene cucinato intero (tranne alcune tipologie, come la razza, che vanno tranciate) e, durante la cottura, va scosso, roteando il tegame, non girato, per evitarne la rottura. I giusti tempi di cottura delle varie specie ittiche e la marmitta di terracotta, la "tijella de craite", in cui il pesce viene cucinato, fanno il resto: rompere la tijella equivale a perdere un patrimonio di sapienza e aromi! Il mare ci regala inoltre: i **cavatelli**, piccoli gnocchi acqua e farina, conditi con ragù di pescatrice, "**sagnetelle e piluse**", cioè i favolli, e le **seppie ripiene** o arrosto con peperoni. Discorso a parte merita la **scapece**: si tratta di una conserva di pesce a base di diverse specie ittiche, quali la razza o il pesce azzurro di media e piccola taglia, in particolare sgombri, a volte con l'aggiunta di molluschi. Il pesce freschissimo viene eviscerato, diliscato e tagliato i tranci, quindi fritto in olio e conservato in tini di legno o recipienti di acciaio, immerso in un'emulsione a base di aceto e zafferano che conferisce il caratteristico colore dorato. Su tutto l'immaneabile peperoncino.

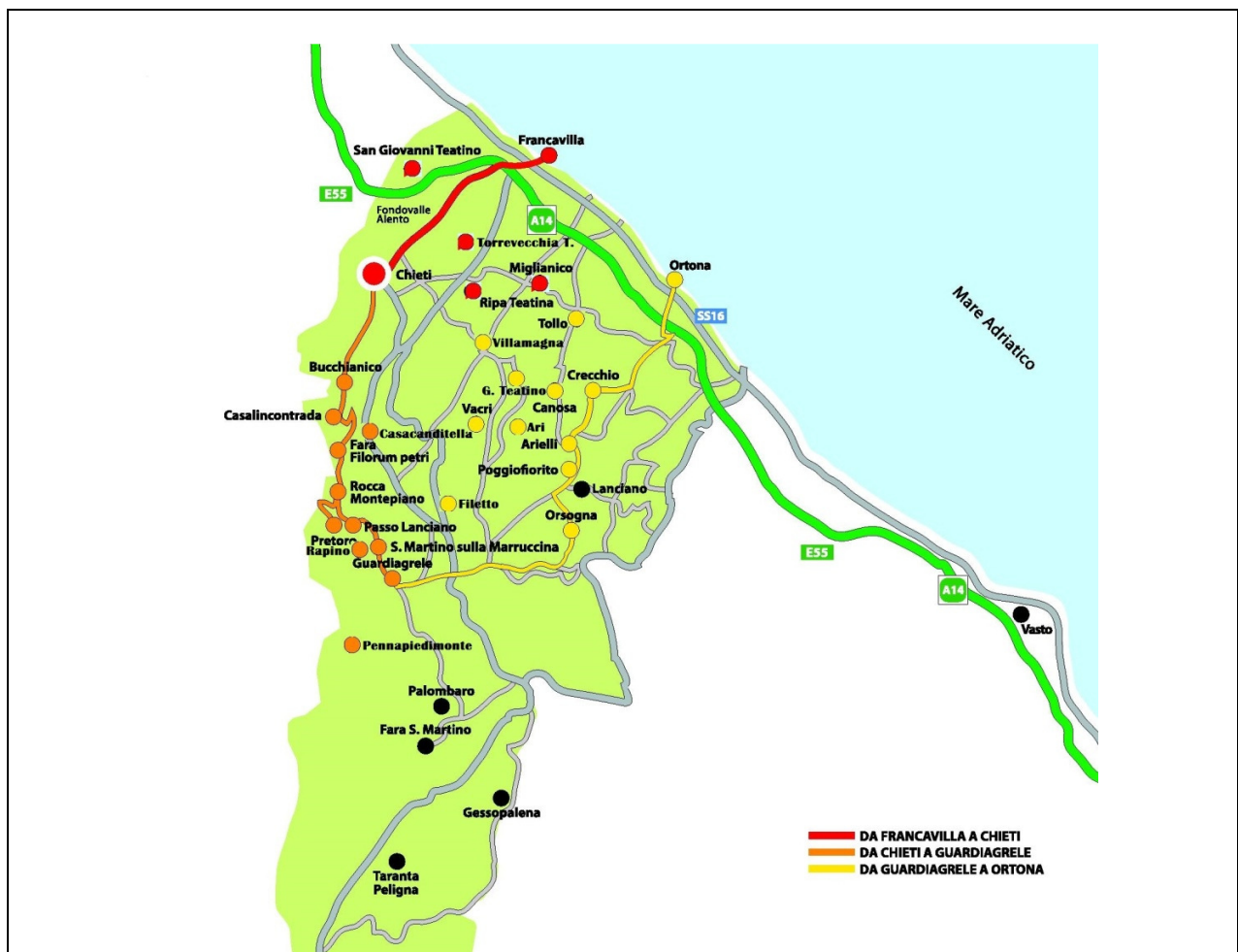
ITINERARI ENOGASTRONOMICI DEL GAL MAIELLA VERDE

3 ITINERARI DEL CHIETINO ORTONESE

Un territorio ricco di vigneti e di oliveti, posto tra le spiagge sabbiose dell'Adriatico e le montagne dell'Appennino abruzzese. Da un lato lo splendido scenario della Majella, dall'altro il mare, *"che verde è come i pascoli dei monti"* per citare D'Annunzio; in mezzo un'area pervasa da colori e profumi intensi che cambiano con il mutare delle stagioni. Ecco un territorio dell'Abruzzo che più di ogni altro sintetizza la straordinaria biodiversità della regione verde d'Europa e in pochi chilometri racchiude una molteplicità di ecosistemi differenti. E' lo sguardo d'insieme di un tratto della provincia di Chieti in cui si conservano incontaminate culture e tradizioni, borghi incantevoli, rigogliose campagne e imponenti montagne. Gli itinerari offrono l'occasione davvero unica per vivere una molteplicità di esperienze: dall'artigianato artistico di Guardiagrele e Rapino ai siti archeologici di Chieti, dai vigneti di Tollo e Miglianico alla pesca sostenibile del litorale teatino, dalle specialità dolciarie alle suggestive escursioni sul versante orientale della Majella.

Tutte queste peculiarità vengono illustrate attraverso 3 itinerari:

- il primo, **"Da Francavilla a Chieti"**, ruota intorno alla città di Chieti, alla scoperta delle tracce di epoca romana sparse nel centro cittadino e ed esposte nei musei;
- il secondo, **"Da Chieti a Guardiagrele"**, segue la vallata del fiume Alento, costeggiando i suggestivi calanchi e le colline dell'entroterra chietino per raggiungere Guardiagrele, incantevole borgo ai piedi della Majella.
- il terzo, **"Da Guardiagrele a Ortona"** collega idealmente la montagna con il mare, attraversando una delle aree principali per la produzione di vino.



3.1 Da Francavilla a Chieti

(Francavilla al Mare – Chieti 16 chilometri)

3.1.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Chieti	A	No
Francavilla al Mare	B1	No
Miglianico	B1	No
Ripa Teatina	B1	No
San Giovanni Teatino	B1	No
Torrevicchia Teatina	B1	No

3.1.2 Descrizione dell'itinerario

L'itinerario parte da Francavilla al Mare, centro balneare turistico dove F. P. Michetti, G. D'Annunzio, F.P. Tosti e C. Barbella alla fine dell'Ottocento crearono, nel Convento michettiano, un cenacolo che irradiò in Italia e in Europa la sua fama di centro artistico. Qui è possibile ammirare alcune delle opere di Michetti, "La processione degli Storpi" e "Le Serpi" (due tele che furono esposte a Parigi nel 1900), all'interno delle sale del **Mumi**, museo dedicato al pittore francavillese, che ospita tutto l'anno mostre ed iniziative culturali. Nella Civitella, la parte alta della città, merita una visita la monumentale chiesa di **S. Maria Maggiore**, opera moderna dell'architetto Ludovico Quaroni e decorata da Pietro Cascella.

Da Francavilla al Mare in direzione ovest si costeggia il fiume Alento e in pochi chilometri si arriva a Chieti dove si possono ammirare il mare e i due massicci della Majella e del Gran Sasso. Intorno all'anno 1000 a. C. qui si stanziò una parte della gente dei Marsi che prese il nome di Marrucini; nel 91 a.C. Roma riconobbe a Teate lo status di municipio. Risalenti a quel periodo si possono ammirare i due **Tempietti gemelli** (I secolo d. C.), il grandioso anfiteatro da cinquemila posti, il **Teatro** e le **Terme** con le cisterne. Al termine di Corso Marrucino, nella **Villa comunale**, c'è il palazzetto ottocentesco Frigerj, sede della Sovrintendenza Archeologica e del **Museo Archeologico d'Abruzzo** che ospita la più importante raccolta archeologica della regione sulla civiltà romana e italica, simboleggiata in Abruzzo dal **Guerrigero di Capestrano** del VI secolo a. C.. Nel moderno **Museo della Civitella** si conservano numerosi reperti, a partire dalla preistoria, rinvenuti nelle aree interne della regione, e una collezione di 15 mila monete dal periodo preromano al secolo scorso sono. Superato l'ottocentesco **Teatro Marrucino** si erge la **Cattedrale di S. Giustino**, di origini antichissime ma oggetto nei secoli di innumerevoli rifacimenti. Da visitare anche la chiesa di **S. Francesco della Scarpa** e, fuori dal centro cittadino, la trecentesca chiesetta ottagonale di **S. Maria del Tricalle**.

3.1.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo
Vino Pecorino
Vino Cococciola
Vino cotto
Pasta fresca
Pasta secca
Porchetta
Salsicciotto
Salsiccia a campanella
Annoia
Carne di marchigiana

Fiadone
Cavalli, pupe, cuori
Celli pieni
Miele
Uva Regina Bianca
Pomodoro a pera

3.1.4 Altri attrattori di carattere identitario

Comprare il pesce dai pescatori. Da sempre la pesca è tra le principali risorse dell'economia provinciale, grazie alla cospicua flotta peschereccia dei porti di Ortona e Vasto, ma anche alle numerose imbarcazioni della piccola pesca ormeggiate sulle spiagge del litorale teatino. Ne è un esempio la comunità di pescatori di Francavilla al Mare che raccoglie attualmente circa 20 famiglie ed incarna tuttora gli aspetti più significativi della storia e della cultura di questo territorio, una realtà che ancora oggi utilizza in mare sistemi di cattura tradizionali a basso impatto ambientale, quali le nasse, le retine, i cerchi. Nelle prime ore del mattino è possibile acquistare il pescato giornaliero presso le bancarelle disposte sul lungomare della città, generalmente in prossimità dei chioschi di colore viola utilizzati per il rimessaggio delle attrezzature. Tra i prodotti ittici, il più diffuso è il **pescce azzurro**, dalle sarde alle alici, agli sgombri. Le acque di questo tratto di costa sono poi ricche di **seppie, calamari, polpi, vongole, cozze, telline e crostacei** (scampi e pannocchie o cicale di mare), ma anche di specie minori ma davvero saporite come gli *usbani* o busbane, *suri* o sugheri, *chianchette* o zanchette, oltre a sogliole, triglie e ai tipici pesci da brodetto come ragnoli, mazzolini e testoni. Un piatto tipico di Francavilla sono le lumachine di mare, prima scottate e poi soffritte con aglio, olio d'oliva e rosmarino e infine cucinate con il pomodoro.

3.1.5 Dove mangiare

Consigli dalle guide italiane: Osterie d'Italia, Ristoranti d'Italia (di Gambero Rosso) I ristoranti d'Italia (de l'Espresso)

Francavilla al Mare	L'angolino sul mare	Contrada sette venti, 9 tel. 085/810486. Cucina creativa a base di pesce, accostamenti insoliti ma gustosissimi per salse, mousse di verdure e crostacei, sushi mediterranei e tanto altro ancora
----------------------------	----------------------------	--

Osterie, agriturismi e cibo di strada

San Giovanni Teatino	Da Umberto	Corso Marconi, 24 tel. 085.4463132 Pur essendosi diffusi nell'area pedemontana della provincia di Pescara, gli arrosticini si possono trovare attualmente un po' in tutta la regione. Davvero gustosi sono quelli proposti dalla famiglia Minichini in questo bar-trattoria affacciato sulla piazza di questo paese a breve distanza da Chieti. Come da costume, nell'attesa dei fumanti arrosticini, vi sarà servito un antipasto a base di salumi, formaggi e pane e olio. Chiuso il mercoledì. Orari: sera, pranzo su prenotazione. Prezzi: 12- 16 euro
-----------------------------	-------------------	--

3.1.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

Chieti	Vino	Tenuta I Fauri Via strada corta, 9 (info: tel. 0871 332627; www.tenutaifauri.it) L'azienda di Domenico Di Camillo ha dimostrato negli ultimi anni una notevole evoluzione qualitativa. Merito anche dell'ingresso in azienda dei figli Valentina e Luigi, capaci di dare nuovo impulso ad una produzione che vede tra i prodotti più rappresentativi il Pecorino I Fauri e la linea Santa Cecilia. La cantina dispone anche di un punto vendita lungo la strada che dal fondo valle Alento conduce a Chieti.
	Carni e salumi	Beccheria di Graziano Di Nisio Via Smeraldo e Vincenzo Zecca, 1 (info: tel 0871 65810; www.beccheria.it) Seguendo le orme paterne, da circa venticinque anni, a Chieti e dintorni Graziano è un'istituzione. Nella sua piccola macelleria la carne è rigorosamente selezionata da allevatori locali e non mancano mai gli insaccati, i torcinelli e l'annoia di produzione propria, e la chicca col cinghiale della Maiella. A due passi si trova anche un suo piccolo negozio di specialità regionali. Orario di apertura: 9/13 - 17/19:30. Chiuso domenica e lunedì

	Olio extravergine di oliva	<p>Cantinarte Via L'Aquila, 8 (info: tel . 0871575427 www.caninare.com) Nata nel 2006, questa azienda può contare su terreni olivati distribuiti in parte a Serramonacesca, nell'entroterra pescarese, e in parte sulle colline di Bucchianico. Qui vale la pena visitare il frantoio del XVI secolo. Dal blend di alcune delle varietà tipiche nasce l'ottimo extravergine Oropuro.</p> <p>Santa Barbara Strada Peschiera (info: tel . 087169737) Gregorio Di Luzio dispone di circa 10 ettari di superficie dove sono messe a dimora oltre 3000 piante delle tipiche cultivar come la Gentile di Chieti e il Cucco. Ed è proprio dalle olive di queste varietà che si ottengono due interessanti monovarietali, entrambi da agricoltura biologica.</p>
Francavilla al Mare	Vino	<p>Pasetti Contrada Pretaro - Via San Paolo (info: tel. 085 61875; www.pasettivini.it) L'azienda di Mimmo Pasetti e la moglie Laura è diventata negli anni una delle cantine più affermate in regione e non. Non stupisce, quindi, l'elevata qualità della produzione, che può contare su vigneti coltivati ad altitudini e in province diverse. Tra i vini top il Montepulciano d'Abruzzo Harimann e il Tenuta di Testarossa ma buona è anche la linea Pasetti con l'apprezzato pecorino</p> <p>Rapino Setteventi, 20 (info. tel. 085.810804; www.aziendarapino.it) E' sulle colline di Francavilla al Mare che si incontra questa nuova realtà produttiva, fondata su una tradizione familiare consolidata ma rinnovata e migliorata dal giovane Emiliano Rapino. Ecco che allora vale la pena assaggiare il Cabernet Sauvignon Pegaso oppure il più economico Montepulciano d'Abruzzo</p>
	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Trifone Via Monfalcone, 36 (info: tel. 085 4910848) Questo forno artigianale propone i classici dolci locali (tarallucci, taralli di lievito, biscotti e cavicionetti), un buon assortimento di piccola pasticceria e, durante le feste, i tipici parrozzi e le pupe e i cavalli di pastafrolla . Da segnalare gli uccelletti ripieni con la scrucchiata, una marmellata d'uva realizzata anche con le bucce, e fiadoncini di formaggio</p>
	Ortofrutta	<p>Cooperativa Piattelli C.da Cerreto (info: tel. 085 810146) A ridosso del casello autostradale, è usuale incontrare ai bordi della strada, diversi contadini che vendono ortaggi e frutta di stagione. Quest'ultimi sono riuniti in una cooperativa che ha sede in un capannone nelle immediate vicinanze. Tra i prodotti d'eccellenza, una nota di merito va al pomodoro "a pera" francavillense, ideale per insalate e per le sa</p>
Miglianico	Vino	<p>Ciavolich, C.da Cerreto, 37 (info: tel. 0871 958797; www.ciavolich.com) Chiara Ciavolich guida con caparbietà questa piccola ma storica azienda di Miglianico di cui si possono vedere nel centro del paese ancora i resti della vecchia cantina. Dai vigneti delle quattro tenute dislocate tra le province di Pescara e Chieti arrivano le uve per la linea Divus che negli anni sta ottenendo risultati lusinghieri</p>
Torrevecchia Teatina	Formaggi	<p>Caseificio La Rocca Via Fondo Valle Alento, 11 (info: Tel. 0871 360329; www.caseificiolarocca.it) Il caseificio prende il nome da Roccamorice, il comune dove a metà anni '80 venne avviata l'attività. Tra le tante produzioni a base di latte di pecora e capra, alcune delle quali vendute anche nella grande distribuzione, come le ricotte, la quagliata di pecora, la giuncata di capra, è noto per il suo Rocchè, un formaggio di pecora realizzato seguendo le tecniche del taleggio</p>
	Carni e salumi	<p>Beccheria di Graziano Di Nisio Via Smeraldo e Vincenzo Zecca, 1 (info: tel 0871 65810; www.beccheria.it) Seguendo le orme paterne, da circa venticinque anni, a Chieti e dintorni Graziano è un'istituzione. Nella sua piccola macelleria la carne è rigorosamente selezionata da allevatori locali e non mancano mai gli insaccati, i torcinelli e l'annoia di produzione propria, e la chicca col cinghiale della Maiella. A due passi si trova anche un suo piccolo negozio di specialità regionali. Chiuso domenica e lunedì. Orario di apertura: 9/13 - 17/19:30</p>

3.2 Da Chieti a Guardiagrele

(Chieti Bucchianico 11 chilometri; Bucchianico Casalincontrada 7 chilometri; Casalincontrada Fara Filiorum Petri 11 chilometri; Fara Filiorum Petri San Martino sulla Marrucina 9 chilometri; San Martino sulla Marrucina Guardiagrele 6 chilometri)

3.2.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Bucchianico	B1	Si
Casacanditella	C	Si
Casalincontrada	B1	Si
Fara Filiorum Petri	C	Si
Guardiagrele	C	Si
Pennapedimonte	D	Si
Pretoro	C	Si
Rapino	C	Si
Roccamontepiano	C	Si
San Martino sulla Marrucina	C	Si

3.2.2 Descrizione dell'itinerario

Si esce da Chieti in direzione Guardiagrele, sulla strada che scende al fondo valle Alento. Con una breve deviazione si raggiunge Bucchianico che offre un bel panorama verso la montagna. Ha dato i natali a **S. Camillo de Lellis** (1550-1614), fondatore dell'Ordine dei Chierici regolari, dedicati alla cura degli infermi. La chiesa seicentesca che porta il suo nome si trova alla fine della via principale. Belle anche la chiesa di **S. Antonio**, quella di **S. Urbano** (XIV secolo) e quella di **S. Francesco**, eretta nel 1290 e rimaneggiata nel 1518. Da qui si scende sulla ss 81 dell'Alento e si riprende il percorso in direzione della Majella. Sul versante opposto, si trova il piccolo centro di Casalincontrada, patria del critico letterario Cesare De Lollis, nota per le sue "**case di terra**", caratteristiche abitazioni costruite con un impasto di argilla e paglia, materiali poveri, facilmente reperibili in passato dalle famiglie rurali. Di questo splendido esempio di bioedilizia, sono testimonianza oggi la **casa D'Orazio**, in località Colle Petrano, o il suggestivo aggregato rurale denominato **Case Aceto**.

Tra Chieti e Guardiagrele il paesaggio, denso di vigneti, offre il raro fenomeno dei **calanchi**. Dopo alcuni chilometri, si incontra Fara Filiorum Petri, di origini sicuramente longobarde, come testimonia il termine "fara", che rappresentava la più piccola unità amministrativa, mentre "filiorum petri" probabilmente ricorda la gratifica concessa a tale Pietro Castaldi, padre di una numerosa famiglia, che amministrava i terreni longobardi. Per l'arte sacra si può visitare la chiesa di **S. Salvatore**. Fara Filiorum Petri merita una visita in occasione dell'annuale **fiesta di S. Antonio** meglio conosciuta come quella delle "**farchie**": si tratta di altissimi fasci di canne che vengono accese e lasciate ardere tutta la notte del 16 gennaio per rinnovare la memoria dell'intercessione del santo durante l'assedio francese del 1799.

Gli amanti della montagna potranno proseguire verso Pretoro, suggestivo paesino della Majella, dove è diffuso l'artigianato del legno. Chi fosse interessato alla ceramica può invece dirigersi verso Rapino, in bella posizione panoramica. Una interessante deviazione porta a Roccamontepiano, zona di produzione del vino cotto. Da Pretoro, la statale 614 porta al comprensorio sciistico di Passolanciano- Majelletta: una prima sosta è la chiesetta della **Madonna della Mazza**, venerata dai pastori, mentre poco distante c'è la **riserva del lupo**, un'area protetta dove è possibile scorgere le diverse famiglie di lupi presenti all'interno.

Al termine della strada di fondovalle, svoltando a sinistra per Guardiagrele si incontra il bivio per S. Martino sulla Marrucina, piccolo borgo medioevale con splendida veduta sulla Majella. Si entra così in una delle zone emergenti della regione per la coltura della vite e dell'olivo, grazie al microclima creato dalla montagna e dal mare. A qualche chilometro si erge Guardiagrele: situata sul colle alle pendici della montagna e sede del Parco nazionale della Majella.

Vi si accede dalla porta S. Giovanni, e dopo poche decine di metri sulla sinistra si apre via Roma, mentre di fronte si può ammirare la splendida facciata gotica della chiesa di **S. Maria Maggiore**, costruita in pietra della Majella. Sul fianco destro della chiesa, in un grande porticato sono raccolti gli stemmi delle famiglie nobili della città. Il museo annesso custodisce i frammenti della croce processionale di **Nicola da Guardiagrele**, il più famoso artista di oreficeria abruzzese del XV secolo. Nei pressi, la chiesa trecentesca di **S. Francesco** è arricchita da un suggestivo chiostro medievale.

Per gli amanti della gastronomia, una tappa obbligata è rappresentata dalle pasticcerie del centro dove si possono gustare le specialità dolciarie. Ma Guardiagrele è famosa anche per la lavorazione artigianale di rame, ferro battuto, oro e bronzo, i cui prodotti sono esposti nelle vetrine dei tanti negozi della cittadina. Da Guardiagrele, percorrendo la suggestiva statale 263, immersa nel verde del Parco della Majella, si raggiunge Pennapiedimonte. Arroccata sul versante orientale della Majella, si contraddistingue per il piccolo centro storico, con le abitazioni scavate nella roccia e come importante punto di partenza per escursioni in montagna.

3.2.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo
Vino Pecorino
Vino cotto
Pasta fresca
Pasta secca
Porchetta
Salsicciotto di Pennapiedimonte
Salsiccia a campanella
Annoia
Fegatazzo
Carne di marchigiana
Caciotta frentana
Caciocavallo abruzzese
Pane di Cappelli
Pizza Scime
Fiadone
Sise delle monache
Torrone di Guardiagrele
Cavalli, pupe, cuori
Serpentone
Celli pieni
Miele
Cipolla piatta di Fara Filiorum Petri

3.2.4 Altri attrattori di carattere identitario

Le arti artigiane. Le vallate del Foro e dell'Alento e l'area pedemontana della Majella, raccontano un'antica storia di saperi e manualità artigiane, tutt'ora motivo di interesse per una visita tra i numerosi laboratori. Uno dei settori più vitali dell'artigianato è la lavorazione dei metalli, che vanta da queste parti una nobile tradizione. Celebre è stata la scuola orafa di Guardiagrele (sec. XV e XVI), nata con **Nicola da Guardiagrele**, il più grande orafo della regione. Quest'arte è tutt'oggi fiorente, tanto che nelle gioiellerie del centro vengono impiegate ancora le secolari tecniche di lavorazione, tra cui la filigrana, per realizzare i tradizionali ciondoli, la "**presentosa**", collane orecchini e anelli. Famosa è anche la lavorazione del ferro, bronzo e rame che ebbe tra i suoi centri più noti la stessa Guardiagrele. Diversi sono gli artigiani che ancora lavorano il ferro. Nelle antiche botteghe all'ingresso del paese il ferro viene ancora forgiato per

realizzare lampadari, ringhiere, letti, alari, ecc.. Fulcro della lavorazione della ceramica è invece Rapino, dove la prima fabbrica è stata impiantata nel secondo decennio dell'ottocento. Tipiche sono le decorazioni con il "fioraccio", le **roselline**, il **galletto**, che si trovano nelle poche botteghe oggi rimaste. Qualche traccia attesta ancora l'arte del legno che era un tempo diffusa nei centri di Pretoro, Pennapiedimonte e altri comuni ai piedi della Majella. Soprattutto a Pretoro alcuni artigiani testimoniano l'antica arte dei fusai, che la rese famosa nell'intera regione.

Le escursioni sulla Majella. La Majella costituisce uno dei più rigogliosi parchi naturali d'Europa e rappresenta uno straordinario esempio di biodiversità: ospita oltre il 78% delle specie di mammiferi della regione e circa il 45% di quelle italiane, nonché oltre 142 specie vegetali. Si spiega così l'attrattiva di questo ecosistema davvero molto suggestivo per le escursioni a piedi.

Un tragitto davvero interessante è quello che parte dal **Balzolo**, nel borgo arroccato di Pennapiedimonte, e attraverso una stradina a mezza costa attraversa la valle dell'Avello e conduce nella scenografica valle di **Selva Romana** (circa 8 ore a.r.). Dallo stesso accesso si possono anche raggiungere il **Monte Rapina** ed il **Blockhaus**.

Breve e piacevole, invece, è il sentiero che in quindici minuti poco lontano da **Rapino** porta alla **Grotta del Colle**, ampia e suggestiva cavità, ricca di stalattiti, che risulta frequentata fin dalla preistoria. In breve, si può raggiungere anche la torre medievale che domina dall'alto la grotta.

Un'alternativa, adatta anch'essa alle famiglie, è il sentiero tra rocce e bosco che conduce da **Bocca di Valle** alla **cascata di San Giovanni**.

I più sportivi potranno, invece, dilettarsi spingendosi dalla **Majelletta** al **Blockhaus**, un fortino costruito nel 1866 nel corso delle campagne contro il brigantaggio (poco più avanti, merita una sosta la "Tavola dei briganti"). L'ampio sentiero, molto frequentato in estate, passa a pochi metri dalla cima di Monte Cavallo per poi scendere verso la Selletta Acquaviva. Chi vuol proseguire può salire in meno di un'ora al bivacco **Fusco**, affacciato sull'anfiteatro delle Murelle, dove è facile avvistare i camosci, oppure continuare verso i 2694 metri di **Monte Focalone**, la più settentrionale delle vette della Majella. Chi si sente veramente allenato potrà concludere l'escursione sul **Monte Amaro** (2795 mt), la cima più alta della Majella e seconda dell'Appennino

3.2.5 Dove mangiare

Consigli dalle guide italiane: Osterie d'Italia, Ristoranti d'Italia (di Gambero Rosso) I ristoranti d'Italia (de l'Espresso)

Fara Filiorum Petri	Casa D'Angelo	Via San Nicola, 5 tel. 0871/70296 Ristorante a gestione familiare ai piedi della Maielletta, dotato di una terrazza panoramica su cui è possibile mangiare in estate. Propone pasta fatta in casa e piatti della tradizione rivisitati
Guardiagrele	Grotta dei Raselli	Via Raselli, loc. Comino tel. 0871/83354. Assortito tagliere di formaggi e salumi, pasta rigorosamente fatta in casa (sfoglie tirate a mano e maccheroni fatti con la tradizionale chitarra), secondi a base di anatra, cinghiale, agnello e vitello.
	Santa Chiara	Via Roma, 10 tel. 0871/801139. Piatti della tradizione guardiese e chietina: paste artigianali e fatte in casa, capretto farcito, lumache alla guardiese, cif e cial di maiale, coniglio ripieno alle patate, dolcetti secchi della tradizione guardiese, spumone al croccante di mandorle, tortino al cioccolato, pizzelle, sanguinacci ed altro ancora
	Villa Maiella	Via sette Dolori, 30 tel. 0871/809319. Pane e pasta fatti in casa, zuppe di farro con legumi e ortaggi, carni bianche, agnello e cacciagione, straordinaria pasticceria e ricca selezione di vini. Il ristorante è all'interno di un moderno albergo con 14 camere curate nell'arredamento, luminose e accoglienti
San Martino s. Marrucina	La vineria del Salnitro	Via Circonvallazione Est tel 0871/801017. La vineria è un caratteristico locale allestito all'interno di un vecchio mulino per l'aperitivo propone una pregiata lista di vini regionali e nazionali serviti al tavolo con antipasti di prodotti tipici. Al primo piano la sala ristorante propone cucina tradizionale e non

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Bucchianico	Crazy Bar – Trattoria di D’Angelo Patrizia	C.da Casoni tel. 333.2168679 330.342362 Poco lontano da Bucchianico, lungo la strada che fra vigne ed oliveti segue il crinale tra la Val di Foro e quella Alento, si incontra, proprio a ridosso di una curva, questa simpatica e semplice trattoria. In estate, sulle panche di legno e con le tovaglie di carta, vi saranno proposti ottimi arrosticini accompagnati da formaggi, salumi, pane unto e da deliziose patate fritte tagliate a mano. Su prenotazione è possibile assaggiare il pollo o il galletto nostrano arrosto, il coniglio o la cacciagione
Guardiagrele	Ta Pù	Via Modesto della Porta, 37 tel. 087183140 Il locale prende il nome da una raccolta di componimenti in dialetto del poeta guardiese Modesto della Porta. Il patron Diego Ottaviano propone con estro una cucina di personalità che fa uso delle materie prime del territorio. Accanto al ristorante si trova il wine e cocktail bar. Prezzi da 10 a 35 euro vini esclusi.
Rapino	Ristorante Di Martino	via Giardino Rapino Tel. 0871.84533 Si incontra questa piccola osteria popolare adiacente al bar appena usciti dal centro di Rapino, in direzione Bocca di Valle. Nel locale semplice e dall’atmosfera decisamente familiare, la signora Maria, racconta a voce i piatti di una cucina genuina che ben rappresenta la tradizione gastronomica abruzzese. Quindi, chitarra con il sugo di ragù, le sagne con i fagioli o con i ceci, la pizza e fojje, pollo casereccio, coniglio o agnello al forno e, per finire, bocconotti e amaretti fatti in casa. Chiuso il martedì. Prezzo 18-20 euro vini esclusi

3.2.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l’itinerario

Guardiagrele	Vino	Santoleri Via dei Cavalieri, 20 (info: tel. 0871 893301; www.nicolasantoleri.it) Quella del compianto Nicola Santoleri, scomparso lo scorso anno, è una delle cantine più antiche della zona. L’azienda, guidata attualmente dal figlio Giovanni, ha una produzione non molto elevata ma di qualità consente di proporre al mercato sempre vini corretti e di buon spessore tra cui il Montepulciano d’Abruzzo Crognaletto
	Formaggi	Coop. La Maielletta C.da San Domenico (info: tel. 0871.85321; www.maielletta.it) Questo caseificio raccoglie il latte dell’allevamento di proprietà e quello conferito dai soci. La Maielletta produce e distribuisce mozzarelle, scamorze, trecce, ricotte, pecorini e caciotte di mucca.
		Verna Loc. Villa San Vincenzo C.da Colle Tripio (info: tel. 0871 893278) Lungo la direttrice che porta da Guardiagrele a Lanciano, si incontra la fattoria di Mario Verna, produttore artigianale noto per le paste filate fresche (la stracciata e la treccia) provenienti dal latte delle proprie mucche, allevate allo stato brado e semi-brado. L’azienda, che produce anche formaggi e ricotta, ha un punto vendita al centro di Guardiagrele vicino a Santa Maria Maggiore
	Miele	Apicoltura Bianco Fraz. Villa San Vincenzo Via Sciusciardo, 10 (info: tel. 0871 893422; www.apiculturabianco.it) Situata ai piedi della Majella, l’azienda di produce da circa 30 anni ottimi mieli a base di sulla, lupinella, acacia, erba medica, millefiori, tiglio, castagno. A disposizione pappa reale, propoli, cera vergine e diverse specialità a base di miele (biscotti, frutta secca sotto miele, crema di nocciole e caramelle)
	Carne	Jubatti Via Roma, 150 (info: tel. 0871 84090) Proprio sul corso principale della cittadina, i fratelli Jubatti selezionano capi ovini e suini che integrano quelli di proprietà. Inoltre in questa macelleria si possono trovare altre specialità alimentari regionali
	Pasticceria	Lullo Via Roma, 99 (info: Tel. 0871 82242) Questa pasticceria vanta oltre cento anni di attività ed è conosciuta per la produzione delle famose “Sise delle Monache”. Accanto al tipico dolce di Guardiagrele, si possono acquistare paste di mandorle, torrone, frutti di marzapane, amaretti, pasta reale e biscotti da latte.

		<p>Palmerio Via Roma, 65 (info: tel. 0871 82727) La storia di questa pasticceria si lega indissolubilmente con il nome di Giuseppe Palmerio, l'ideatore delle sise delle monache e dei torroni. Fu proprio lui ad aprire nel 1884 questa caratteristica pasticceria, dal bancone e i cassettoni in legno, oggi gestita da Annamaria Giovanetti, e dal figlio Nino. Oltre alle sise, vale la pena assaggiare i piccoli torroni</p>
	Cereali	<p>Casino di Caprifico Loc. Piane di Caprafico (info: tel. 0871 897492) Giacomo Santoleri è uno tra i più noti produttori abruzzesi di cereali e olio extravergine di oliva biologici, provenienti dai suoi terreni situati a Piane di Caprifico: farro semiperlato, farricello, orzo perlato, lenticchie, ceci, orzo mondo per preparare il caffè d'orzo nonché differenti formati di pasta di farro tra cui la nota ma'kaira</p>
Pennapiedimonte	Carne e salumi	<p>Az Silvano Scioli C.da Spinaro (info: tel. 0871 897513) È interessante visitare l'allevamento di maiali di Silvano Scioli, intento nel recupero della varietà del "Maiale grigio" o della pregiata "Cinta Senese", dai quali ricava ottime carni e salumi, tra cui è famoso il "salsicciotto di Pennapiedimonte" ricoperto di spezie. I suoi prodotti si possono acquistare anche nel negozio nel centro del paese. Orari: 7:30 - 12:30 e 17:00 - 19:00 da mercoledì al sabato</p>
Rapino	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Luigi Cocciaglia Via Giardino, 76 (info: tel. 0871 84465; cocciaglia.luigi@tiscali.it) Luigi Cocciaglia da quasi mezzo secolo produce gli inconfondibili "pasticci", i caratteristici dolci del piccolo centro di Rapino, simili al bocconotto frentano ma ripieni di una crema a base di latte, cioccolato, limone, mandorle tritate e cannella. In questo forno troverete, inoltre, sfogliatelle, fiatoni e altre specialità dolciarie abruzzesi</p>
San Martino sulla Marrucina	Vino	<p>Masciarelli Via Gamberale, 1 (Info: tel. 0871 85241; www.masciarelli.it) Poche presentazioni per un'azienda capace di raggiungere i vertici dell'enologia italiana e di far conoscere i vini abruzzesi ben oltre i confini regionali. Il merito è senz'altro di Gianni Masciarelli, scomparso proprio quest'anno, e della moglie Marina Cvetic, bravi nel tempo ad ottenere grandi risultati con il Montepulciano d'Abruzzo e non solo. Un nome su tutti, il Villa Gemma</p>
	Pasticceria	<p>I pensieri del poeta Via Fonte Giardino, 48 (info:tel. 0871 809101; www.ipensieridelpoeta.it) Questa piccola azienda artigianale è impegnata da qualche anno nella produzione dei "Pensieri del poeta", dolci di pasta frolla ripieni di miele e noci, recuperando una ricetta risalente alla prima metà dell'ottocento</p>

3.3 Da Guardiagrele a Ortona

(Guardiagrele Orsogna 9 chilometri; Orsogna Crecchio 11 chilometri; Crecchio Ortona 14 chilometri)

3.3.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Ari	B1	Sì
Arielli	B1	Sì
Canosa Sannita	B1	Sì
Crecchio	B1	No
Filetto	C	Sì
Giuliano Teatino	B1	Sì
Orsogna	B1	Sì
Ortona	B1	No
Poggiofiorito	B1	Sì
Tollo	B1	No
Vacri	B1	Sì
Villamagna	B1	Sì

3.3.2 Descrizione dell'itinerario

Da Guardiagrele, si lascia la s.s. 81 per proseguire con la s.s. 583 in direzione di Orsogna. Delle sue antiche origini v'è testimonianza nel ritrovamento di alcune monete romane di età imperiale. Nel periodo pasquale (martedì dopo Pasqua, ma la festa si ripete in agosto) è consigliabile partecipare alla **Festa dei Talami** durante la quale giovani fanciulli trasportati su sette tavolati rappresentano episodi tratti dalla Bibbia. Poco dopo Orsogna, una piccola deviazione a sinistra porta a Crecchio, borgo caratterizzato dal fiabesco **castello ducale** di epoca medioevale: costruito dai De Riseis Aragona che oggi ospita il **Museo dell'Abruzzo bizantino e alto medioevale**, la più importante esposizione regionale del periodo fra tarda antichità e alto medioevo. Sono esposti reperti ed oreficerie tardo romane, gotiche, longobarde e bizantine, nonché una documentazione aggiornata sulle ricerche archeologiche nella zona. Entro le mura del castello trascorsero la notte precedente la partenza per la Puglia, il Re Vittorio Emanuele III e la sua consorte: era l'8 settembre 1943.

Si raggiunge quindi Ortona, cittadina situata su un promontorio a picco sul mare e con un porto di cruciale importanza per i traffici commerciali già al tempo dei Frentani prima e degli Svevi poi. Nel 1943 rappresentò il limite orientale della Linea Gustav ed a causa dei durissimi combattimenti che vi si tennero la distruzione fu pressoché totale. Rimangono i resti del **castello aragonese**, fatto costruire da Alfonso d'Aragona nel 1445, e la duecentesca **Torre dei Baglioni**, nonché l'imponente **Cattedrale di S. Tommaso Apostolo** eretta nel 1127. Alla cattedrale è annesso un Museo-pinacoteca con pitture dal '300 al '600, frammenti archeologici e oggetti di alto artigianato. Poco distante c'è palazzo **Farnese**, fatto costruire nel 1584 da Margherita d'Austria ed oggi sede della pinacoteca Cascella. Altre chiese di rilievo sono quella barocca di **Santa Maria di Costantinopoli**, e quella della **Santissima Trinità**. Nell'ex convento di **S. Anna** è allestito il Museo della Guerra con vari cimeli del secondo conflitto mondiale. Il più illustre artista ortonese è senza dubbio il musicista Francesco Paolo Tosti al quale è dedicato il Museo all'interno del Palazzo Corvo. L'edificio ospita al piano terra l'**Enoteca regionale**, dove ogni giorno è possibile acquistare e degustare l'intera produzione vinicola abruzzese.

3.3.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo

Vino Pecorino
Vino Cococciola
Vino cotto
Pasta fresca
Annoia
Fegatazzo
Carne di marchigiana
Caciotta frentana
Pane di Cappelli
Fiadone
Nevole
Cavalli, pupe, cuori
Celli pieni
Miele
Uva Regina Bianca
Ciliegie
Pomodoro a pera

3.3.4 Altri attrattori di carattere identitario

Comprare il pesce dai pescatori. Da sempre la pesca è tra le principali risorse dell'economia provinciale, grazie alla cospicua flotta peschereccia dei porti di Ortona e Vasto, ma anche alle numerose imbarcazioni della piccola pesca ormeggiate sulle spiagge del litorale teatino. Nelle prime ore del mattino è possibile acquistare il pescato giornaliero presso le bancarelle disposte sul lungomare della città, generalmente in prossimità dei chioschi di colore viola utilizzati per il rimessaggio delle attrezzature. Tra i prodotti ittici, il più diffuso è il **pesce azzurro**, dalle sarde alle alici, agli sgombri. Le acque di questo tratto di costa sono poi ricche di **seppie, calamari, polpi, vongole, cozze, telline e crostacei** (scampi e pannocchie o cicale di mare). Vale la pena, inoltre, assistere alle aste del pesce che ancora oggi sono tenute da un banditore all'interno del **mercato del pesce** di Ortona, nei pressi del porto, accessibile contattando la direzione del mercato.

3.3.5 Dove mangiare

Consigli dalle guide italiane: Osterie d'Italia, Ristoranti d'Italia (di Gambero Rosso) I ristoranti d'Italia (de l'Espresso)

Ortona	Al vecchio teatro	Largo Ripetta, 7 tel. 085 9064495. Ristorante di mare in posizione panoramica (lungo l'Orientale) offre la possibilità di mangiare all'aperto. La cucina propone: insalatina di mare, maltagliati con fagioli e frutti di mare, chitarrina allo scoglio, spigola ai ferri, orata all'acqua pazza e altro ancora	
	Il Sestante	Via Marina 42. 085 9061878. Il ristorante offre il pescato locale che varia secondo la stagione e la disponibilità. Si consiglia di prenotare con largo anticipo	
	Trattoria dell'Apostolo	P.zza San Tommaso tel. 085 9067338. locanda propone piatti della tradizione contadina. I menù cambiano nel corso dell'anno in funzione della disponibilità di prodotti freschi	La

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Crecchio	Taverna ducale	C.so Umberto I, 4 tel. 0871 941810 In questo piccolo ristorante nel cuore del paese (il cui borgo dopo una serie di interventi di recupero ha riportato alla luce il suo carattere medievale) situato in quello che era un vecchio emporio, la signora Nella e la mamma Maria preparano piatti dimenticati della tradizione abruzzese, oltre ad altre sfiziose a base di formaggi, salumi, sott'olio. Buona la selezione delle grappe. Aperto a pranzo e cena. Chiuso il mercoledì
-----------------	-----------------------	---

Miglianico	Campo Letizia	<p>C.da Elcine (Strada provinciale per Giuliano Teatino) Tel 0871/951225; Cell. 335/7839722; www.capoletizia.it</p> <p>Tra le vigne e gli oliveti della sua fattoria, Nicola Piattelli ha ricavato un orto ed un piccolo allevamento di maiali neri a servizio dell'agriturismo. In un ambiente piacevole e rilassante, si possono gustare i piatti di mamma Letizia e della moglie Livia (artefice di un fornitissimo erbario), capaci di abbinare con disinvoltura cucina del territorio e invenzioni sfiziose. Si può scegliere fra il menù è fisso (circa 25 euro) o la sola degustazione di salumi e formaggi, bisogna prenotare</p>
-------------------	----------------------	---

3.3.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

Giuliano Teatino	Confetture	<p>D'Alessandro Via Piane, 15 (info: tel. 0871 718190) Una delle prime in regione ad iniziare la produzione di confetture artigianali, la famiglia D'Alessandro ha avviato un piccolo laboratorio nel 1986 diventando nel tempo nota anche fuori i confini regionali. Seppure le dimensioni aziendali siano aumentate ha conservato un buon livello qualitativo. Meritano l'assaggio la marmellata d'uva nera con pezzetti di buccia, la <i>scrucchijate</i>, e le confetture di fichi e nocciola</p>
Orsogna	Vino	<p>Il Feuduccio di Santa Maria d'Orni Via Feuduccio, 2 (info: tel. 0871 891646; www.ilfeuduccio.it) Tornato dopo 40 anni dal Venezuela, Gateano Lamaletto realizza il suo sogno nel cassetto, dedicarsi alla produzione di vini di qualità nella sua terra natale. Nasce, così, questa bella cantina, oggi guidata dalla figlia Laura e dal marito Paolo Neri, che ha nei Montepulciano d'Abruzzo Margae e Ursonia e nei due pecorino le etichette più affermate</p>
	Carni e salumi	<p>F.Ili Primante Via R. Paolucci, 77 (info: tel. 0871 86287) Questa macelleria è da anni una tappa obbligatoria per gli amanti della norcineria artigianale. I fratelli Franco e Remo preparano nel laboratorio di Canosa Sannita, lonze, salsicce aromatizzate di carne e di fegato, filetti, pancette e soprattutto ottimi prosciutti stagionati.</p>
Ortona	Vino	<p>Agriverde Località Caldari Via Monte Maiella, 118 (info: tel. 085 9032101; www.agriverde.it) Giannadrea Di Carlo e la sua famiglia hanno realizzato in pochi anni una bella cantina con annesso un'attività agrituristica e centro benessere con vinoterapia. Numerosi sono i riconoscimenti attribuiti al Montepulciano d'Abruzzo Plateo ma ben figurano anche le linee Riseis di Ricastro e Piane di Maggio nelle tre diverse tipologie</p>
		<p>Citra C.da Cuculo (info: tel. 085 9031342; www.citra.it) Nata nel 1976, Citra è la più grande realtà cooperativa della regione. Davvero tante le etichette in commercio ma il prodotto di punta è senz'altro il Montepulciano d'Abruzzo Caroso. Una buona interpretazione della tipologia è data anche dalla linea Palio e dalla più economica Citra così come tra i cerasuoli e i bianchi merita attenzione il Sistina</p>
		<p>Farnese Loc. Castello Caldora Via dei Bastioni (info: tel. 085 9067388; www.farnese-vini.com) Farnese è un vero e proprio colosso del mondo vitivinicolo regionale. Le milioni di bottiglie prodotte sono diffuse in tutto il mondo e per ogni tasca. Tra le tante etichette sveltano i rossi tra cui l'Edizione 5 Autoctoni, il Montepulciano d'Abruzzo Colline Teramane Opi Riserva oppure il Montepulciano d'Abruzzo Yume</p>
		<p>Feudo d'Ugni C.da san Pietro (info: tel. 349 1479800; http://dugni.simplicissimus.it/) Davvero pochi ettari per l'azienda di Cristiana Galasso, una giovane che, spinta da grande passione e determinazione, è riuscita in poco tempo ad ottenere vini di buona personalità cercando di incidere il meno possibile sul corso naturale della vinificazione. Tra questi spicca un'interessante Trebbiano d'Abruzzo</p>
		<p>Dora Sarchese Località Caldari (info: tel. 085 9031249; www.dorasarchese.it) Completamente rinnovata, la cantina della famiglia D'Auria è oggi una moderna realtà produttiva che ha nella linea Pietrosa, nel Montepulciano d'Abruzzo Rosso di Macchia e nel pecorino Dorad'oro le etichette più convincenti. Accanto ai vini è possibile acquistare anche le ottime confetture, le salse e i sott'oli di produzione propria</p>

	Pesce	<p>Pescheria Carbone Piazza San Francesco, 13 (info: tel. 085 9065792) La famiglia Carbone conduce questa pescheria situata proprio nel centro del paese. Rocco si occupa personalmente dell'approvvigionamento giornaliero dalle imbarcazioni del fratello o nel mercato del porto di Ortona e dalla piccola pesca locale dove trova triglie, calamari, alici, sarde e altre specie ittiche che popolano questo tratto dell'Adriatico</p>
	Pasticceria	<p>Pasticceria Di Cantelmi GiulioC.so Vittorio Emanuele 73, (info: tel. 085 9066001)Giulio e Luciano Cantelmi propongono una buona selezione di pasticceria fresca, dai bignè alle torte fino ai dolci tradizionali come le nevole ortonesi, i bocconotti e i taralli con marmellata d'uva</p>
Tollo	Vino	<p>Cantina Tollo Viale Garibaldi, 8 (info: tel. 0871 96251; www.cantinatollo.it) Cantina Tollo è una delle più importanti cantine sociali della regione e tra le prime a saper coniugare quantità e qualità. Si spiegano così i tanti successi riportati nei principali concorsi enologici nazionali ed internazionali per le linee Aldiano e Colle Secco, per il Montepulciano d'Abruzzo Cagiolo e per il Cerasuolo Hedos</p>
Villamagna	Vino	<p>Fattoria Licia Via Val di Foro, 64 (info: tel. 0871 300252; www.fattorialicia.it) Situata proprio sul fondovalle Foro, la cantina è guidata da Enzo De Luca, bravo a sviluppare una piacevole attività di accoglienza in cantina. Qui si può apprezzare la linea Maiestas oppure il Montepulciano d'Abruzzo I Calanchi, ispirato alle tipiche venature che caratterizzano parte delle colline della zona.</p>
		<p>Torre Zambra Via Regina Margherita, 18 (info: tel. 0871 300121; www.torrezambra.it) L'azienda prende il nome da un'antica torre di avvistamento, eretta nel 1522, nel territorio di Villamagna. Oggi Torre Zambra è una bella realtà riuscendo ad ottenere risultati apprezzabili sia con la linea più economica Colle Maggio sia con le etichette più rappresentative come Brume Rosse e Diomede.</p>
		<p>Valle Martello Contrada Valle Martello (info: tel. 0871 300330; www.vallemartello.net) L'azienda della famiglia Masci ha dimostrato in pochi anni una buona crescita qualitativa. Lo dimostra, infatti, uno dei suoi prodotti più conosciuti, la Cococciola Brado (sono stati i primi a produrla in purezza) con cui ogni anno ottengono davvero delle belle soddisfazioni e il Montepulciano d'Abruzzo Primaterra</p>
	Olio extravergine di oliva	<p>Oleum – L'antico frantoio Via Piana, 9/b (info: tel. 0871 300790; www.lanticofrantoio.info) Il prodotto più rappresentativo della famiglia D'Onofrio è senz'altro l'olio extravergine d'oliva ma è davvero interessante anche la selezione di verdure ed ortaggi sott'olio come gli <i>scordarelli</i> o agretti, zucchini e peperoncini piccanti. Buoni, inoltre, i confetti artigianali a base di mandorle, cacao oppure con cacao e peperoncino</p>

4 ITINERARI DELLA COSTA DEI TRABOCCHI

È un itinerario incantevole che da Ortona porta a Vasto per una lunghezza di circa 50 Km lungo la S.S. 16 Adriatica e che conduce il viaggiatore sul tratto più bello di costa abruzzese, detta appunto dei trabocchi per la presenza numerosa di quelle “macchine” da pesca del passato che ci appaiono come enormi ragni posati sul mare. L’itinerario è percorribile in auto benché, grazie al tracciato di risulta per l’arretramento della ferrovia su un percorso più l’interno, è percorribile anche a piedi o in bicicletta, per gustare gli scorci di insospettabile bellezza. Manufatti e gallerie della ferrovia dei primi del novecento, cale e calette ora rocciose, poi ghiaiose e sabbiose, baie e insenature, piccoli moli e porti turistici e commerciali caratterizzano l’intero percorso. Il tracciato si srotola tra mare e colline di arenaria coperte di macchia mediterranea e, dove le pendenze lo consentono, coltivati di argentati olivi, di viti a tendone e di antichi aranci (i cetrangoli).

Tutte queste peculiarità vengono illustrate attraverso 2 itinerari:

- il primo, **“Da Ortona a Fossacesia”**, ci conduce per la Statale 16 o lungo il tracciato dismesso della ferrovia attraverso un ambiente costiero suggestivo e particolare tra trabocchi e testimonianze di arte, cultura ed architettura;
- il secondo, **“Da Torino di Sangro a Punta Penna di Vasto”**, un viaggio tra paesaggi suggestivi, natura, cultura ed antiche testimonianze di insediamenti monastici



4.1 Da Ortona a Fossacesia

(Ortona San Vito Chietino 18 chilometri; San Vito Chietino Treglio 5 chilometri; Treglio Rocca San Giovanni 8 chilometri; Rocca San Giovanni Fossacesia 4 chilometri)

4.1.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Fossacesia	B1	No
Rocca San Giovanni	B1	No
San Vito Chietino	B1	No
Treglio	B1	No

4.1.2 Descrizione dell'itinerario

L'antico porto di Ortona, più volte rimaneggiato, è costituito da due lunghi moli che si protendono in mare racchiudendo l'area portuale. Poche centinaia di metri oltre il molo sud inizia una spiaggia sabbiosa dalla quale, percorrendo a piedi l'ex tracciato ferroviario si può raggiungere Fossacesia sullo stupendo percorso della costa dei trabocchi. Sempre da Ortona, in direzione S. Vito Marina per la SS 16, dopo 3-4 km, si arriva al **cimitero di guerra canadese** che merita una sosta. Vi riposano le spoglie di 1.615 soldati del reggimento canadese caduti nell'ultimo conflitto mondiale durante la battaglia di Ortona del dicembre 1943. Circa 2 Km più a sud, sulla sinistra, una ripida stradina scende al mare in località **Acquabella** con la sua piccola baia, le suggestive scogliere ed un trabocco. Riprendendo la strada in poco tempo si arriva alla marina di S. Vito dove vale la pena di effettuare una passeggiata sul piccolo **molo di Gualdo**, un tempo avamposto di un approdo commerciale, dove sono ubicati due trabocchi. Volgendo lo sguardo ad ovest appare sullo sfondo la Majella e in primo piano, San Vito. Attraversata la statale, si segue la direzione Lanciano e lasciato alle spalle l'ardito ponte ferroviario della Sangritana, dopo pochi Km, si raggiunge la **P.za Garibaldi**. Le stradine del centro storico danno vita ad un fantastico percorso che conduce al **belvedere Marconi**. Da S. Vito prendendo la provinciale per Lanciano, circa 8 Km si raggiunge il **pittoresco borgo affrescato** di Treglio un vero e proprio laboratorio permanente di pittura a fresco. Si torna indietro per San Vito fino a incrociare nuovamente la S.S. 16, direzione sud. Dopo un paio di Km, in C.da Portelle sulla destra, una bella casa di campagna in mattoni, con il piano rialzato rispetto a quello stradale, riconoscibile per una lapide sul muro, si tratta dell'eremo rustico che ospitò il "Vate" nell'estate del 1889. Sulla sinistra opportunamente segnalato, un promontorio, "**l'eremo dannunziano**", da cui si gode una spettacolare vista sul mare. Nei pressi dell'eremo sorgono alcuni trabocchi fra cui quello del **Turchino** descritto dallo stesso D'Annunzio nel "*Trionfo della morte*". Si riprende la statale e dopo pochi Km si raggiunge, nel comune di Rocca S. Giovanni, **Vallevò**, piccolo borgo marinaro da cui diversi sentierini portano al mare, al porticciolo, al trabocco di **Punta Tufano** e a quello del **Sasso della Caiana**. Usciti dall'abitato, sulla destra un ampio stradone affronta una erta salita e che ci conduce alla "**pinetina**" di Rocca, una distesa di pini d'Aleppo. Da qui si può facilmente raggiungere il bel Borgo di Rocca S. Giovanni. Dal bivio per la pinetina parte una pista ciclabile attrezzata, parallela alla statale 16 per pedalate fra la natura. Si ritorna sull'adriatica alla volta di Fossacesia, superata la località Foce, con belle e ampie spiagge di ghiaio incontriamo i trabocchi di **Punta Cavalluccio** e **Punta Punciosa** e un piccolo stabilimento balneare arroccato sugli scogli, molto defilato ma suggestivo. Si entra nel territorio di Fossacesia e subito troviamo l'indicazione per il trabocco "**Pesce palombo**", pochi Km dopo lungo la strada che porta a Fossacesia appaiono in cima ad una collina olivata i contorni dell'abbazia di **S. Giovanni in Venere**: si tratta di uno stupendo monastero del XII secolo in suggestiva e strategica posizione da cui si domina l'intero golfo. Visita d'obbligo ad uno dei complessi monastici più belli d'Italia, costituito da un edificio di culto a tre navate e da un monastero con chiostro interno. In poco tempo dal complesso religioso si giunge al paese di Fossacesia per una visita alla casa museo "**palazzo Mayer**" edificato nell'Ottocento da una famiglia austriaca stabilitasi a Fossacesia. Si Riprende la statale per raggiungere la marina, una lunghissima spiaggia sassosa dove in prossimità della foce del fiume Sangro è stato ricavato il porto turistico.

4.1.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo
Vino Pecorino
Vino Cococciola
Vino cotto
Pasta fresca
Caciotta frentana
Pane di Cappelli
Pizza Scime
Fiadone
Nevole
Cavalli, pupe, cuori
Serpentone
Celli pieni
Marmellata di cetrangolo
Bocconotto
Miele

4.1.4 Altri attrattori di carattere identitario

I trabocchi. D'Annunzio acuto e attento osservatore, che soggiornò in questi luoghi nell'estate del 1889, affascinato dai trabocchi e dal loro meccanismo più volte ne "Il trionfo della morte" (scritta nelle sue parti più importanti proprio a S. Vito, il paese delle ginestre) così mirabilmente li descrive *"..grossa macchina pescatoria simile allo scheletro colossale di un anfibio antediluviano.."* e ancora *"..la lunga e pertinace lotta contro la furia e l'insidia del flutto pareva scritta, su la gran carcassa per mezzo di quei nodi, di quei chiodi, di quegli ordigni.."* L'architetto Borrone che ha curato recentemente il completo rifacimento del trabocco del Turchino di proprietà del comune di S. Vito, quello caro al Vate, utilizzando materiali e tecniche costruttive del passato e anziani trabocchianti del posto così lo racconta *"l'intelaiatura di funi e travi, dall'apparenza fragile, ma con una stabilità insospettabile, è tale da resistere alle sollecitazioni delle reti ed alla furia del mare. I pali in legno di acacia, a loro volta incastrati negli scogli, assecondano l'impeto del mare facendosi aiutare dalle funi metalliche. La macchina pescatoria si concentra sul movimento rotatorio dell'argano e con un complesso sistema di antenne e di bozzelli, la rete viene affondata in mare e periodicamente ritirata"* Ma le parole non bastano per descrivere queste affascinanti e misteriose macchine pescatorie: una loro visita si impone per vivere momenti unici ed irripetibili sospesi tra mare e cielo, in balia dei venti. Si ritiene che i primi trabocchi su questa costa siano stati realizzati intorno alla fine del Seicento, non da pescatori e marinai ma da falegnami e funai che poco conoscevano il mare, probabilmente sefarditi profughi della penisola iberica. Il pescato serviva per alimentarsi ma anche e soprattutto per barattarlo con altre merci. Si diffusero rapidamente, negli anni successivi: ai primi del novecento G. Finamore antropologo ne censì oltre cinquanta attivi, nel tratto di costa che va da Ortona a Vasto, che servivano al sostentamento di oltre cento famiglie, integrando l'attività prevalente, l'agricoltura. Questo si rendeva oltremodo possibile perché il trabocco veniva messo in funzione solo in due periodi dell'anno: nei mesi di ottobre, novembre e dicembre per la pesca prevalentemente di cefali, ombrine e spigole e di giugno per la pesca di sarde e di novellame. L'integrazione delle due attività ha caratterizzato enormemente anche la cucina della costa, tanti i piatti di pesce con legumi ed ortaggi che oggi sono presentati nei menu delle osterie di mare e di blasonati ristoranti della costa. Le mutate condizioni economiche, l'impoverimento della fertilità del mare, la trasformazione dei fondali marini, hanno fatto sì che i trabocchi pian piano non sono più stati utilizzati e molti siano stati anche abbandonati. La mancata manutenzione e la furia del mare ne hanno provocato in numerosi casi la rovina. Soltanto grazie ad una legge regionale che concede contributi per la loro ristrutturazione e alle importanti iniziative di valorizzazione messe in opera tra gli altri da Slow Food con il coinvolgimento delle amministrazioni locali, che i trabocchi sono tornati ad essere al centro dell'attenzione della economia della costa, non quali ingegnose macchine

da pesca, ma come attrattive per i viaggiatori, per far vivere loro le suggestioni di un tempo, magari consumando piccoli assaggi della cucina della costa al chiaro di luna. La manifestazione più importante a loro dedicata è Calalenta, il cui nome evoca il lento incedere della rete dentro il mare, organizzata dalla condotta Slow Food di Lanciano. L'appuntamento è diventato biennale, con svolgimento solitamente in luglio. I trabocchi tornati oggi a vario titolo operanti per visite e degustazioni sono: Punta Turchino a S. Vito, Punta Tufano, Sasso della Caiana, Punta Isolata, Punta Torre, Punta Cavalluccio e Punta Punciosa a Rocca S. Giovanni; Pesce Palombo e Punta Rocciosa a Fossacesia.

Il mercatino di pesce e dei prodotti della terra a Vallevò. Aperto tutti i giorni dell'anno e fornito solo di prodotti locali di stagione (di mare e di terra) nel piccolo mercato di Vallevò, è possibile acquistare pesci, ortaggi e frutta, peperoni secchi dolci e piccanti, olio extravergine, oli agrumati, confetture di arance e di uva. I punti vendita sono in realtà piccoli atrii o cortiletti dinanzi alle case dei venditori, riparati da sole e pioggia con teloni e ombrelloni sotto cui trovano posto tavoli e bilance. I venditori, poco più di una decina, sono pescatori, trabocchianti e contadini, ma nella maggior parte dei casi i ruoli coincidono e tutto quello che si vende è pescato o è prodotto in proprio. Il pesce proviene da reti che tutte le sere vengono posizionate in mare e ritirate la mattina. Numerosi sono sempre i cefali, i saraghi, le spigole, le mormore - eccellente pesce da arrosto - ma anche scorfani e cicale, polpi, seppie e cozze. E' possibile comprare pesce fresco anche al porticciolo, sempre a Vallevò, di mattina al rientro delle piccole imbarcazioni dei pescatori: una vera risorsa per chi abita da queste parti o per chi ci viene in vacanza.

Percorsi da fare a piedi. La ferrovia dismessa corre più o meno parallela alla costa a breve distanza dal mare; è interamente pedonale, non presenta alcuna difficoltà di percorrenza ma, essendo ancora coperta di ghiaia e ciottolame frantumato, sarebbe preferibile percorrerla con scarpe adeguate. L'itinerario è molto lungo e pittoresco: noi suggeriamo la tratta che parte dalla vecchia stazione di San Vito Marina e giunge a Fossacesia dopo circa 7 km. Se ne possono percorrere anche brevi tratti. Mare, scogliere, strapiombi, trabocchi, piazzole di difesa in mattoni, baie e calette altrimenti inaccessibili, promontori, e tanta vegetazione di costa e macchia mediterranea: è un'esperienza davvero entusiasmante. Sono allo studio iniziative per rendere l'intero percorso ciclabile. Il "sentiero della pineta" unisce la pinetina di Rocca S. Giovanni con il Fosso delle farfalle: 1,5 chilometri suggestivi e rilassanti, con l'occasione per visitare anche la splendida pineta, attrezzata per soste e picnic. Alla grotta delle farfalle si accede anche dalla statale 16 dopo il chilometro 482 tra San Vito e Fossacesia; in pochi minuti si raggiunge una grotta scavata nell'arenaria che, secondo una credenza popolare, per alcuni mesi all'anno si riempie di farfalle. Infine è consigliabile una passeggiata naturalistica dalla foce del Sangro, alla lecceta di Torino di Sangro.

4.1.5 Dove mangiare

Consigli dalle guide italiane: Osterie d'Italia, Ristoranti d'Italia (di Gambero Rosso) I ristoranti d'Italia (de l'Espresso)

San Vito Chietino	Angolino da Filippo	Via Nazionale Adriatica, 31 tel. 0872 61632 In un antico palazzo, vicino al mare, ristrutturato e arredato con gusto, Carlo propone piatti di pesce della tradizione rivisitati con estro e fantasia. Chiuso il lunedì
	La scialuppa	Via Sangritana, 19 tel. 0872 619048; cel. 338 3248389 Marco Marone e la moglie Rosa, preparano il pescato proveniente dalle barche di famiglia. Cucina di pesce della tradizione marinara della costa. Chiuso il lunedì
	Bottega culinaria biologica	Via Pontoni, 72 tel. 0872 61609; cel. 339 1421111 Ristorante biologico con certificazione Icea, abilmente condotto da Cinzia Mancini esperta ed appassionata creatrice di piatti con prodotti della tradizione. No pesce. chiuso il lunedì
	La Valletta	Località Sant'Apollinare tel. 0872 58587; cel. 380 3064741 A 5 Km dalla costa si trova la trattoria dove Carlo Dragani e la mamma Anna Concetta propongono con sapienza i piatti della tradizione culinaria frentana anche sotto il "coppo". Chiuso il martedì
	Greco e Levante	Via Naz. Adriatica Nord, 75 tel. 0872 61274 Venti che portano il profumo del mare in cucina. Crudi e piatti marinari della tradizione rielaborati con ingegno. Chiuso il mercoledì e il lunedì a pranzo

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Fossacesia	Agriturismo Casale San Giovanni	Viale San Giovanni in Venere, 33 tel. 0872 607353; cel. 347 6362574; www.agriturismocasalesangiovanni.it Aurelio e consorte nei bei locali dell'agriturismo, posti in prossimità della stupenda abbazia di S. Giovanni in Venere, vi propongono la cucina tradizionale frentana con passione e competenza.
	Macelleria Pagliarone Alessandro	Via Sangro, 2 tel. 0872 60134 Ottima è la porchetta tradizionale cotta al forno, la preparano il mercoledì, il venerdì e il sabato
	Trabocco Pesce Palombo di Bruno Veri	s.s. 16 Adriatica tel 0872 608574; cel. 333 3055300; www.traboccepescopalombo.it Per indimenticabili serate estive, una cena con piatti di pesce della tradizione della costa dei trabocchi, insalate di polpi, cozze ripiene, brodetti e frittiture di paranza e di trabocco
Rocca S. Giovanni	Trabocco Punta Cavalluccio di Giuseppina Paolucci	s.s. 16 Adriatica Loc. Cavalluccio cel. 333 3010800 Per indimenticabili serate estive, una cena con piatti di pesce della tradizione della costa dei trabocchi, insalate di polpi, cozze ripiene, brodetti e frittiture di paranza e di trabocco.
	Trabocco Punta Tufano di Rinaldo Veri	s.s. 16 Adriatica Km 483 Località Vallevò cel. 333 4436831; mail: infoturismo@traboccopuntatufano.it ; www.traboccopuntatufano.it) Oltre all'assaggio di prodotti tipici locali e di menù degustazione, sono possibili visite guidate sul trabocco per apprendere le tecniche costruttive e le modalità di pesca.
	Agriturismo "Za Culetta"	Contrada Novella, 1 tel. 0872 620506; www.agriturismozaculetta.it Situato a pochi Km dalla costa, l'agriturismo di Nicoletta propone la cucina tradizionale frentana, spaghetti alla chitarra, rentrocele, coniglio e patate sotto il coppo, polli ruspanti al forno.
San Vito Chietino	Gastropescheria "BLU MARE"	Via Frentana tel. 61567; cel. 338 8809404; cel. 339 4925329 Questa è la più fornita gastronomia di piatti di pesce da asporto, preparato in mille modi, dagli antipasti ai primi, ai secondi, la frittura al cartoccio è una ottima alternativa ai chips dei fast food. Volendo i cibi possono essere consumati anche davanti al locale che è dotato di panche e tavoli.
	Lido Esperia	Via Lungomare, 38 tel. 0872 618206; cel. 335 6392901; www.lidoesperia.com Il più antico stabilimento balneare della costa, gestito oggi da Vincenzo che si cimenta con lusinghieri risultati, nel preparare deliziose focacce e pizze da asporto o da consumare nello stabilimento, nonché di zuppe di pesce alla sanvitese, rigorosamente nel coccio di creta, in cui affogare dopo l'ultimo pesce mangiato un nido di pasta fresca
Treglio	Agriturismo Doris	Via Puglianna, 6 tel. 0872 54235; cel. 338 4486223 Fra i primi ristoranti agrituristici del territorio, propone piatti della cucina tipica abruzzese, anche con riuscite rivisitazioni. Fra le proposte meritano particolare attenzione le preparazioni con il baccalà

4.1.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

Fossacesia	Olio extravergine d'oliva	Antico frantoio di Aladino e Felice Stante Via Sant'Egidio, 12 (info: 0872 608433; 011 4363142; mail: info@frantoioistante.it ; www.frantoioistante.it) Frantoiani da generazioni, continuano a produrre olio con un frantoio tradizionale. Le olive in parte proprie e in parte acquistate da selezionate aziende del territorio, sono quelle tipiche della zona, con prevalenza di gentile di Chieti e leccino, intosso
------------	---------------------------	---

		<p>Olio & Olivi Località Abbazia di Giovanni in Venere (info: 0872 60361; fax 0872 620107; mail: ursini@ursini.com; www.ursini.com) Peppino ha sempre avuto una passione per l'olio extravergine, i suoi prodotti sono famosi in tutto il mondo. Uno dei primi a puntare sui monovarietali che sono il fiore all'occhiello dell'azienda. Poi ci sono la dop "Colline teatine" Tandem, l'Opera Mastra e Terre dell'Abbazia. Completano la gamma gli oli agrumati, nonché salse e patè. Le olive provengono dai propri fondi o da aziende della zona</p>
	Vino	<p>Cantina Sangro Strada per S. Maria Imbaro, 1 (info: tel. 0872 57412; fax 0872 57722; mail: cantinasangro@cantinasangro.it; www.cantinasangro.it) Oltre 600 soci, una buona produzione complessiva, buon rapporto prezzo qualità. Vasta è la gamma, ma meritano di essere segnalati il Trebbiano e il Montepulciano d'Abruzzo doc della linea "Colle Cesi" e lo Chardonnay Fonte Veneris igt. I vini sono disponibili nel punto vendita aziendale</p>
	Formaggi	<p>Azienda Agricola Fonte dei Sapori di Davide Paolucci Via Fonte Antoni, 2 (info: 0872 608083; cel. 348 3854846) Davide e Giuliana nella propria azienda, allevano mucche da latte brune alpine e pezzate rosse. Gli animali vengono nutriti con foraggi aziendali. Trasformano il latte crudo in caciotte, giuncate e ricotte, ma anche in formaggi fantasia. Molto interessante la caciotta stagionata. Il punto vendita si trova nell'azienda</p>
		<p>Azienda agricola Iezzi Teresa Via Casone, 53 (info: tel. 0872 607183) Da molti anni la signora Teresa coadiuvata dalla famiglia produce formaggi con il latte proveniente dai propri animali circa 50 mucche tra brune alpine e frisone. Il latte viene lavorato a crudo per produrre primo sale, caciotta frentana di diversa stagionatura, e ricotta. Molto interessanti le caciotte in olio extravergine. Punto vendita aziendale</p>
	Agrumi	<p>Azienda agricola Caravaggio Donato Statale Adriatica, 40 (info: 0872 606204; cel. 339 6115320) Coltiva oltre 500 piante di cui diverse secolari, fra cetrangoli, aranci, mandarini, limoni e pompelmi con la maestria di un giardiniere di altri tempi. Tutti i prodotti sono acquistabili in azienda. Oltre ai tipici agrumi presso l'azienda si possono acquistare gli oli agrumati. E' possibile la visita aziendale previo appuntamento</p>
Rocca San Giovanni	Olio extravergine d'oliva	<p>Della Fazia Località Codacchie, 96 (info: tel. 0872 60483; mail: info@dellafazia.com; www.dellafazia.com) Pietro erede delle tradizioni di famiglia continua con professionalità a produrre olio di qualità nel moderno frantoio aziendale. Trasforma olive proprie e di selezionate aziende della zona. "Colline Teatine" e le monocultivar Gentile di Chieti e Leccino sono gli oli extravergini prodotti</p>
	Vino	<p>Cantina Frentana Via Perazza, 32 (info: tel. 0872 60152; fax 0872 608322; mail: info@cantinafrentana.it) Una delle prime cooperative in terra d'Abruzzo, con torre vinaria ora trasformata in un uffici, presenta una vasta gamma di vini dai doc montepulciano rosso e Cerasuolo, trebbiano, agli igt pecorino e cococciola. Tutti i prodotti sono acquistabili presso il bel punto vendita aziendale. Si segnalano tra i rossi, Rubesto e Panarda, e il Cerasuolo Terre Valse</p>
	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Forno Zulli Via Mazzini n. 12/a (info: tel. 0872 60268; fax 0872 620888; cel. 328 7284524; mail info@fornozulli.it; fornozulli.it) Antico forno operante dalla fine dell'ottocento, oggi con Nicola siamo alla quarta generazione. Forno a legna, pane e dolci tradizionali, accanto a cellipieni, bocconotti di mandorla e fiadoni, pizza pane farcita (il coccodrillo), pizze diverse da asporto. Chiuso il lunedì sera</p>
	Confetture	<p>Agrumi della costa dei Trabocchi Località Vallevò, 78 (info: cel. 333 4436831; cel. 339 6115320; mail: agrumi@trabocco.it; www.trabocco.it/agrumi) Associazione costituita recentemente, di una decina di produttori di agrumi, che trasformano i propri prodotti in confetture di cetrangoli (arancio amaro di antica coltivazione), arance, mandarini e limoni. Le vendite sono gestite dall'associazione</p>
San Vito Chietino	Vino	<p>Tommaso Olivastri Contrada Quercia dei corvi, 37 (info: 0872 61543; mail: info@olivastri.com) Giovane e piccola azienda a conduzione familiare quella di Tommaso, che già si è imposta all'attenzione per alcune produzioni di qualità. I vini sono quelli doc abruzzesi, trebbiano e montepulciano d'abruzzo rosso e cerasuolo. Buon successo per il Montepulciano d'Abruzzo doc "La Grondaia".</p>

	Pasticceria e prodotti da forno	<p>L'arte del pane Via Nazario Sauro, 31 (info: tel. 0872 61450) - Via Frentana, 5 S. Vito Marina (Info: tel. 0872 61432) Venceslao, fornaio appassionato, propone una gamma molto varia di pani, quello di Cappelli è il fiore all'occhiello. Vi si affiancano i dolci tipici del territorio, cellipieni, fiadone dolce e bocconotti. Fra i salati, pizza al taglio, fiadoni, pizza scime e pizza pane. Nel punto vendita di via Frentana anche pizze da asporto</p>
		<p>La Margherita C.so Matteotti, 49 (info: 0872 618035; cel. 338 1216162) L'intera famiglia è coinvolta nell'attività di questa pasticceria tradizionale. Cellipieni olio e vino e all'uovo, bocconotti di mandorle e al cioccolato, calcionetti di ceci, biscotti all'arancia, biscotti all'anice. Un vero must è la pizza dolce, la torta tradizionale delle feste, fatta di pan di spagna, crema pasticcera, alchermes. Pizze al taglio numerose</p>
		<p>Lidia Via Paolini, 31 (info: tel. 0872 61540) La signora Lidia interpreta con gusto la pasticceria tradizionale e classica. Nel moderno laboratorio appena fuori il paese propone cellipieni, bocconotti di cioccolato e alle mandorle sia in versione asciutta che morbida con crema di limone, pizzelle croccanti all'anice e quelle morbide. Ampia gamma di pasticceria alle mandorle e torte gelato</p>
	Gelaterie	<p>Gelateria Copa de' Dora Via Nazionale Adriatica, 10 S. Vito Marina (info: tel. 0872 61046) La gelateria più antica del territorio, gestita dalla signora Rosalinda sempre attenta alla tradizione e alla innovazione, propone una vasta gamma di gusti, dalle creme tradizionali, ai gusti alla frutta, cioccolato fondente, pannanute, pescarancia e pompelmo rosa solo per citarne alcuni, in cialda e in coppa, in vaschette da asporto. La specialità è lo zuccotto prodotto in tanti formati</p>
Treglio	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Doris Sergio Piazza S. Giorgio, 10 (info: tel. 0872 54186) Antico forno al centro del carino e affrescato paese, dove Sergio con orgoglio e professionalità propone le sue specialità. Pane di grano tenero e duro, pizza pane e dolci tradizionali. Si segnalano i bocconotti di mandorle, vera specialità del paese e denominati "bocconcini di fata", oltre ai cellipieni e mostaccioli</p>
	Ciliegie	<p>Azienda agricola " Il Ciliegio" Via San Martino, 51 (info: 0872 54359) Da circa venti anni Donato cerasicoltore provetto produce con indiscusso successo le migliori ciliegie della zona. Quasi 1000 le piante, delle varietà durone di Vignola, durone dell'anella e bigarreau, coltivate con il metodo dell'agricoltura integrata. Grazioso punto vendita allestito davanti casa dove vendono ciliegie dal 20 maggio al 20 giugno</p>

4.2 Da Torino di Sangro a Punta Penna di Vasto

(Torino di Sangro Casalbordino 9 chilometri; Casalbordino Punta Penna 11 chilometri)

4.2.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Casalbordino	B1	No
Torino di Sangro	B1	No

4.2.2 Descrizione dell'itinerario

Appena entrati nel territorio di Torino di Sangro, il benvenuto ci viene dato da un biotopo di estremo interesse naturalistico la **Riserva Naturale Regionale Lecceta Litoranea** di Torino di Sangro, un'area compresa tra il fiume (foce del Sangro) e il mare, 175 ettari di bosco costiero costituito da lecci, ornielli, roverelle e macchia mediterranea (lentisco e liquirizia in particolare). L'ultimo tratto del fiume è caratterizzata da tipica vegetazione ripariale. Anche dal punto di vista faunistico l'interesse è notevole, infatti, sulle rive del Sangro, trovano rifugio un gran numero di uccelli migratori. Nel bosco merita particolare attenzione la testuggine terrestre (*testudo hermanni*) adottata come simbolo della riserva. Proseguendo sulla statale poco dopo la lecceta, una erta stradina sulla destra porta al **Cimitero di guerra inglese** del fiume Sangro che raccoglie le spoglie di 2.617 soldati caduti nella battaglia del Sangro del novembre e dicembre 1943: durante il II conflitto mondiale il territorio tra il fiume Moro e il Sangro era attraversato dalla linea fortificata tedesca Gustav. Ripresa la statale si costeggiano lidi sabbiosi e ghiaiosi, stabilimenti balneari e spiagge libere. Prima di arrivare alla località **Morge**, la lunghissima spiaggia sabbiosa, si può effettuare una breve sosta al **Fosso del diavolo**, caletta di fronte alla quale emergono strani scogli dal mare di cui uno delle dimensioni e fogge di un mostro degli abissi. Lasciata la s.s. 16 percorrendo una deviazione sulla destra si giunge alla **Madonna dei Miracoli** santuario mariano nel comune di Casalbordino, paese molto antico ricco di storia. Al Santuario, meta di numerosi pellegrinaggi è annessa la ricca **biblioteca monastica benedettina** che raccoglie ben 70.000 volumi di cui 5.000 manoscritti e incunaboli. In località Santo Stefano, vicino al mare, i ruderi del **monastero benedettino di S. Stefano ad Rivum Maris** risalente all' VIII secolo. Si riprende la statale verso sud, direzione porto, ma poco prima, con una breve deviazione a sinistra si può raggiungere la **riserva naturale di Punta Aderci**, dove tratti di piano ricchi di vegetazione di macchia mediterranea incontrano pendii che scendono ripidi verso il mare. Si torna indietro per l'ultima tappa del viaggio **Punta Penna**, il porto commerciale di Vasto, subito si staglia davanti a noi il faro alto 70 metri, il secondo in altezza dopo quello di Genova, la cui lanterna ha una portata di 25 miglia e nelle vicinanze si possono visitare una torre di avvistamento del XVI secolo e la piccola chiesa di S. Elena del 1887, da cui parte, la seconda domenica di maggio, una processione marina con destinazione Vasto. Lasciata la zona portuale ci portiamo verso la grande spiaggia di dune sabbiose di Punta Penna, caratterizzata dalla splendida vegetazione di macchia mediterranea.

4.2.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo
Vino Pecorino
Vino Cococciola
Vino cotto
Pasta fresca
Caciotta frentana
Pizza Scime
Fiadone
Cavalli, pupe, cuori

Celli pieni
Miele
Pomodoro mezzotempo

4.2.4 Dove mangiare

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Casalbordino	La Collina degli Allori	Località Piana d'Alloro, 8 tel. 0873 900369; fax 0873 900369 In bella posizione collinare a 15 minuti dal mare, i coniugi Travaglini propongono piatti della tradizione culinaria abruzzese
---------------------	--------------------------------	--

4.2.5 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

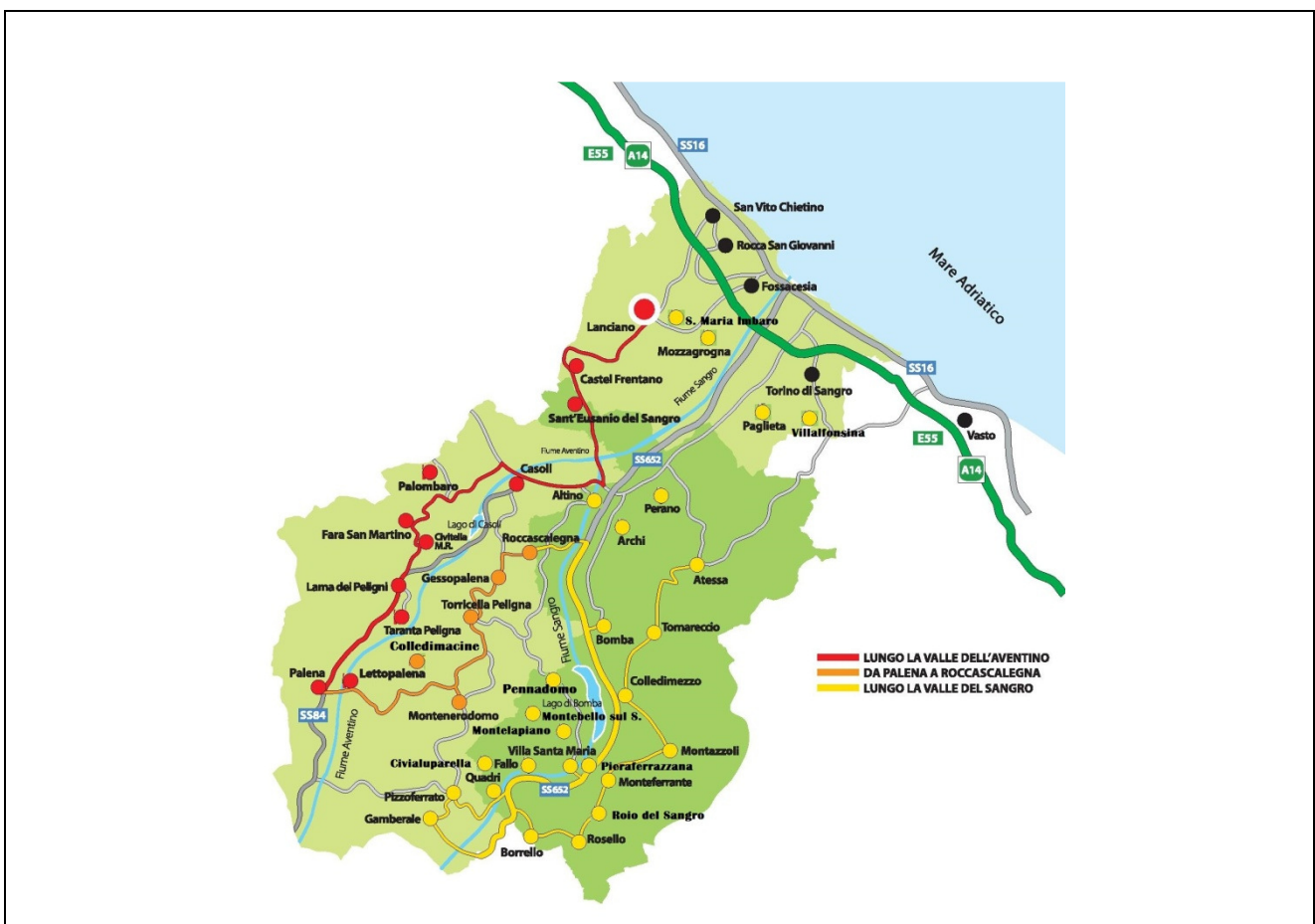
Torino di Sangro	Vino	Cantine Mucci Contrada Vallone di Nanni, 66 (info: 0873 913366; fax 0873 912797; mail: cantinemucci@virgilio.it) Quasi 25 gli anni di attività di questa cantina fondata da Luigi Mucci e oggi condotta da Aurelia e Valentino Mucci e ben presente nel campo della produzione dei vini di qualità. Risultati molto interessanti i prodotti della linea Valentino, Montepulciano d'Abruzzo e trebbiano d'Abruzzo doc
-------------------------	------	---

5 ITINERARI DEL SANGRO-AVENTINO

Una girandola di emozioni: con questo slogan il territorio del Sangro-Aventino si presenta al visitatore attraverso il grazioso stemma (appunto una girandola) che caratterizza l'ordinata segnaletica turistica posizionata in quasi tutti i crocevia per indicare come raggiungere le principali mete di interesse culturale e naturale dell'area. Le emozioni della nostra personale girandola si potrebbero rappresentare così: la costellazione di profumi dell'olio delle Colline Teatine che qui trova l'epicentro del suo sistema produttivo (ottimo rapporto qualità prezzo: fare provvista!); le atmosfere medioevali e misteriose di Lanciano, antico crocevia commerciale sin dall'epoca dei romani, città fortificata appostata lungo la Via della Lana, luogo di incontro fra mercanti d'Oriente e d'Occidente, sede di miracoli e profanazioni leggendarie; la sacralità della Maiella "la montagna madre", posto di eremi, spettacolari canyon e grotte, vocato, per la sua collocazione esposta a est, a due passi dal mare, ad una straordinaria produzione di biodiversità; i paesi arroccati che sorvegliano entrambe i versanti della Valli del Sangro e dell'Aventino offrendo a chi li visita per la prima volta una sorprendente serie di scoperte enogastronomiche e non solo

La visita di questo territorio è descritta in 4 itinerari:

- il primo è dedicato alla cittadina storica di **Lanciano**, che si presta bene all'esplorazione a piedi
- il secondo, "**Lungo la valle dell'Aventino**", attraversa le belle colline tra Lanciano e Casoli per poi risalire la Valle dell'Aventino lungo il versante orientale della Majella; qui è possibile dedicarsi alle escursioni (questo territorio ne offre di bellissime con diversi livelli di difficoltà);
- il terzo, "**Da Palena a Roccascalegna**", percorre il **crinale** che separa la valle dell'Aventino da quella del Sangro ed è ricco di suggestive testimonianze storiche;
- il quarto, "**Lungo la valle del Sangro**", costeggia la **Val di Sangro** percorrendo con una U entrambi i versanti e ne attraversa i piccoli paesi per lo più arroccati toccando luoghi di notevole interesse naturalistico;



5.1 Lanciano

5.1.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Frisa	B1	No
Lanciano	B1	No

5.1.2 Descrizione dell'itinerario

Insedimento antico, di origini leggendarie (secondo la tradizione fondato da Solima, compagno di Enea, e chiamato Anxanum in onore di un altro eroe, Anxa), sviluppatosi sin dall'epoca pre-romana, rasa al suolo dai longobardi e poi rifiorita nel Medioevo imponendosi come centro commerciale indipendente da feudatari, Lanciano è una città di carattere e atmosfera che merita senz'altro una visita accurata.

Il **centro storico**, costituito dai quattro quartieri, Lanciano Vecchia, Civitanova, Sacca e Borgo si presta ad una passeggiata piacevole e ricca di spunti. Tappe obbligate: il passaggio dalle **Torri Montanare ai Bastioni** che le collegano alla **Sacca**, la visita della **Madonna del Ponte**, cattedrale cittadina, le botteghe medioevali a **Lanciano Vecchia**, sede dell'antico nucleo fortificato, la **Porta** e la **Chiesa di S. Biagio**, il magnifico rosone della chiesa di **Santa Lucia** e, infine, i portali e gli interni (notevole croce processionale) di **Santa Maria Maggiore**, gioiello architettonico della città.

Un'altra esperienza originale e interessante è la visita dell'**Itinerario archeologico sotterraneo**. Il percorso parte dalla cattedrale (scalinata a sinistra della Torre Campanaria), attraversa il singolare **Auditorium** sotterraneo e, dal Ponte Diocleziano, porta ai locali situati sotto la chiesa di San Francesco. L'itinerario consente di osservare i resti archeologici di diverse epoche della storia della città: le fasi di costruzione del Ponte di Diocleziano dall'epoca romana al medio evo; le mura dell'antica chiesa di Santa Maria in Platea o dell'Annunziata che fu la cattedrale; una cisterna romana; il locale, con pregevoli affreschi, dove un tempo sorgeva la chiesa dei Santi Domiziano e Legonziano.

Lanciano è raggiunta ogni anno da migliaia di persone che si recano in pellegrinaggio alla chiesa di **S. Francesco** ove sono conservate le reliquie dell'antico **miracolo di Trasmutazione Eucaristica**. La città ha diversi musei e spazi espositivi, tra i quali il **Museo Diocesano**, il più importante museo di arte sacra d'Abruzzo.

La città mantiene vivo il ricordo della sua storia con le numerose feste tradizionali: il Mastrogiurato (rievocazione storica dell'investitura del Mastrogiurato, governatore della città nel periodo delle fiere) e le feste di settembre che devono la loro origine alle antiche ed importanti Nundinae romane, le Fiere che si svolgevano nella città, La Squilla (che si svolge il 23 dicembre), il Giovedì e il Venerdì Santo con i riti della Settimana Santa.

Nelle **immediate vicinanze di Lanciano** (circa 10 km), si consigliano 3 possibili destinazioni:

- **Frisa**, piccolo borgo, da visitare il Palazzo Baronale della famiglia Caccianini con relativa torre dell'antica cinta muraria e le chiese di S. Maria del popolo e S. Filippo Neri.

- **L'Oasi di Serranella**. La Riserva naturale si estende su 300 ettari intorno al lago di Serranella la cui posizione alla confluenza tra i fiumi Sangro ed Aventino, prossima alla costa, ne ha fatto una delle aree più importanti per la sosta degli uccelli migratori lungo la rotta adriatica e per la fauna in generale. (Info e prenotazioni: 0872/50357 – 338/5728304).

5.1.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo
Vino Pecorino
Vino Cococciola
Vino cotto
Pasta fresca
Porchetta
Salsicciotto frentano
Salsiccia a campanella
Carne di marchigiana
Caciotta frentana
Caciocavallo abruzzese
Pane di Cappelli
Pizza Scime
Fiadone
Cavalli, pupe, cuori
Celli pieni
Bocconotto di Castel Frentano
Miele
Uva Regina Bianca

5.1.4 Dove mangiare

Consigli dalle guide italiane: Osterie d'Italia, Ristoranti d'Italia (di Gambero Rosso) I ristoranti d'Italia (de l'Espresso)

Lanciano	Tav. del Mastrogiurato	Corso Roma v.co XI, 9 tel. 0872 712207. Atmosfera medievale per la taverna ospitata dalla ex canonica della chiesa di Santa Lucia. Il menu propone i piatti della tradizione rivisitati con spunti di creatività dalla cuoca
-----------------	-------------------------------	--

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Lanciano	Agriturismo Caniloro	Contrada S. Onofrio, 134 tel. 0872 50297; cel. 347 1879277 Tutti i piatti della tradizione eseguiti come tanti anni fa con materie prime e ingredienti, rigorosamente prodotti in azienda.
	Agriturismo il Grappolo	Via Torre Sansone, 142 tel. 0872 54181 Polli e conigli nostrani e ruspanti al forno, al coppo, alla brace
	Il Corvo Torvo	Corso Roma, 92 tel. 0872716303 Ambiente giovane e tradizionale. Taglieri di salumi e formaggi tipici si accompagnano a minestre di farro e risotti al Montepulciano
	Agriturismo La Rosa dei venti	Via Torre Marino, 168 tel. 0872 710818 Locale piacevole che propone i tradizionali tacconcelli e fagioli

5.1.5 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

Frissa	Vino	Cantina Colle Moro scarl Località Guastameroli - Via del Mare, 37 (info: tel. 0872 58128; fax 0872 58288; mail: info@collemoro.it) Cambiamenti significativi in cantina questi ultimi anni verso una produzione di qualità. E fra le diverse tipologie di vino prodotte, tutte di buon livello, spiccano il Trebbiano d'Abruzzo Calea e il Montepulciano d'Abruzzo Mila
		Collefrisio Località Piane di Maggio (info: tel. e fax 085 9039074; mail: info@collefrisio.it) Cantina giovane ma già traguarda buoni risultati. Diversi i prodotti, ma sicuramente interessante la linea zero, dove si distinguono il Montepulciano d'Abruzzo doc e il Trebbiano d'Abruzzo doc
Lanciano	Olio extravergine di oliva	Caniloro Contrada S. Onofrio, 134 (info: tel. 0872 50297; fax 0872 50297; cel. 347 1879277; mail: info@caniloro.it ; www.caniloro.it) Le varietà che danno vita a questo extravergine, sono Gentile di Chieti, Intosso, Leccino e altre autoctone minori. L'olio è ottenuto da olive raccolte precocemente a mano e molite entro 24 ore in un moderno impianto a ciclo continuo.
		C. O. P. Ch. , Via Isonzo, 15 (info: tel. 0872 715240; cel. 347 1627151; www.cnolanciano.it) Costituita trenta anni fa, l'associazione si è trasformata negli ultimi anni in cooperativa e continua il percorso della qualità dell'olio. L'extravergine prodotto è ottenuto da un mix delle varietà locali.
	Formaggi	Sebastiano Geniola Contrada Sant'Amato, 133 (info: tel. 0872 45267) Piccolo allevamento con annesso piccolo caseificio aziendale. Da circa sessanta anni produce giuncate, primo sale e caciotte frentane. I formaggi possono essere acquistati direttamente in azienda o presso il punto vendita in Piazza Garibaldi (vicino il Bar Piccadilly) tutte le mattine escluso il Giovedì
	Miele	Coop. Apistica Abruzzese . Via Marcianese 59, (info: tel. 0872 42225).
	Pasticceria e prodotti da Forno	Eredi Filippo Susi snc. Corso Roma, 1/3 (info: tel. 0872 60217; mail: susipaolo@virgilio.it) Da quattro generazioni il panificio pasticceria Susi realizza torte, dolci e pane di ogni tipo. Molto apprezzati i dolci tipici, fiadoni, dolce lievitato e le numerose varietà di pizze al taglio. Cinque sono i punti vendita: due a Fossacesia (Via delle Croci, 61 - Via Lungomare, 119), due a Lanciano (Via L. De Crecchio, 82 - Corso Roma, 4) e uno a Castel Frentano
	Birre aromatiche e artigianali	Anxa Beer - Anxanum Brewing Company snc. Villa Martelli, 331 (info: tel. 0872 712711; mail: anxabeer@libero.it) Fabbrica di birra artigianale non pastorizzata. Gli ingredienti sono tutti naturali. Produce tre tipi di birra: bionda, ambrata, rossa

5.2 Lungo la valle dell'Aventino

(Lanciano Fara San Martino 36 chilometri; Fara San Martino Palena 18 chilometri)

5.2.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Casoli	C	Sì
Castel Frentano	B1	Sì
Civitella Messer Raimondo	C	Sì
Fara San Martino	D	Sì
Lama dei Peligni	D	Sì
Lettopalena	D	Sì
Palena	D	Sì
Palombaro	C	Sì
Sant'Eusanio del Sangro	C	Sì
Taranta Peligna	D	Sì

5.2.2 Descrizione dell'itinerario

Da Lanciano attraversando il gradevole paesaggio rurale delle colline di Castel Frentano e S. Eusanio del Sangro, si arriva in prossimità del paese di Casoli, che ha un bel centro storico arroccato intorno al complesso formato dal Castello e dalla Cattedrale.

Se non si sale al paese, lasciandosi la rocca sulla sinistra si attraversa il ponte sull'Aventino (statale 81) in direzione di Guardiagrele e, al primo incrocio, si gira a sinistra in direzione di Fara S. Martino. Il territorio attraversato da Lanciano a Fara offre diverse opportunità di ristoro agriturismo e shopping enogastronomico tra cui vanno menzionate le eccellenti produzioni di olio extravergine di oliva.

Fara San Martino, che è una delle due capitali mondiali indiscusse della **pasta secca di grano duro** (l'altra è Gragnano in Campania), annovera diversi pastifici e tutti attingono le acque del Rio Verde che consegna la sua purezza alle oltre 100 tipologie tra lunghe e corte che vi si producono. Qui vale la pena di fare belle passeggiate che portano alle impressionanti **gole di San Martino, le sorgenti del fiume Verde** con i ruderi del Monastero sepolto di **San Martino in Valle** ed il **Borgo Medievale di Torrevecchia** cui si accede con effetto scenografico attraverso la settecentesca **Porta del Sole** (tel. 0872/980970 – 339/2615405 – 328/0718249).

Sulla strada da Fara a Palena, dopo il paese di Lama dei Peligni, ove si producono le singolari sfogliatelle, vale la pena di programmare una sosta per visitare la **Grotta del Cavallone** (solitamente aperta dalla metà di luglio). Situata ad oltre 1.400 m. di quota, la spettacolare grotta si raggiunge con una piccola funivia. La visita guidata segue un percorso di 1.200 m e dura una ora e un quarto. È bene accertarsi telefonicamente che le grotte siano aperte per non rimanere delusi (tel. 0872 910118 – 0872 910203).

Il bel paese di Palena, dominato dal castello (XI sec) e a cui recentemente è stata assegnata la Bandiera Arancione (il marchio di qualità turistico ambientale del Touring Club), si raggiunge dopo 9 km da Lama lungo una strada incastonata nella roccia (chiamata per questo "*le tagliate*") che offre un suggestivo panorama sull'alta valle dell'Aventino. Da visitare la chiesa della Madonna dell'Altare fondato da Celestino

5.2.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo

Vino cotto
Pasta fresca
Pasta secca
Porchetta
Salsicciotto frentano
Salsiccia a campanella
Carne di marchigiana
Caciotta frentana
Caciocavallo abruzzese
Pane di Cappelli
Pizza Scime
Fiadone
Cavalli, pupe, cuori
Celli pieni
Sfogliatella di Lama dei Peligni
Miele
Patata di montagna

5.2.4 Altri attrattori di carattere identitario

La Majella orientale tra natura e cultura. La Majella è un massiccio montuoso di natura prevalentemente calcarea con la forma di un immenso panettone, solcato da forre, gole e canyon, in grado di offrire al visitatore molteplici paesaggi: boschi, pietraie, doline, inghiottitoi, laghi effimeri, (femmina morta) ed anfiteatri morenici (Murelle). Grazie alle particolari condizioni geo climatiche che la caratterizzano, la Majella, che dal 2005 è Parco Nazionale, presenta uno straordinario patrimonio di biodiversità vegetale ed importanti presenze faunistiche.

Ma la Majella madre, come la chiamano gli abruzzesi, è stata anche teatro di numerose vicende legate alla storia di coloro che vi hanno trovato ospitalità e rifugio: pastori, briganti, asceti, soldati e partigiani. La montagna conserva interessanti testimonianze dell'intenso rapporto che ha avuto con questi uomini: diversi gli eremi celestiniani le grotte, i luoghi di culto, pagani e cristiani, tante le leggende.

L'itinerario lungo l'Aventino può diventare un attrezzato percorso didattico se si fruisce dei servizi offerti dai centri visita e musei del Parco Nazionale ubicati in ciascuno dei paesi che si incontrano e dotati di strutture museali ben allestite e gestite:

- **Fara San Martino.** Il Museo, concepito per illustrare la ricchezza di biodiversità del Massiccio della Majella, accompagna il visitatore lungo un percorso che inizia dalle forre e prosegue lungo i valloni, gli ambienti sotterranei, il bosco, le rupi, le mughete e le praterie, per concludersi con le alte quote. (tel. 0872/980970 - 339/2615405).

- **Lama dei Peligni.** Il Centro è strutturato in più sezioni: il Museo Naturalistico-Archeologico "Maurizio Locati", concepito come laboratorio dove il visitatore può "toccare con mano", che presenta una sezione naturalistica ed una archeologica (qui vicino, più di 7.000 anni fa viveva l'uomo della Majella); - il Giardino Botanico "Michele Tenore" che ospita circa 500 entità floristiche, molte delle quali endemiche dell'Appennino centrale o esclusive della Majella; l'Area faunistica ove si può osservare, a breve distanza, un gruppo di camosci d'Abruzzo in condizioni seminaturali. (tel. 0872/916067).

- **Palena.** Museo dell'Orso Marsicano. Per conoscere, rispettare e difendere l'Orso Marsicano, questo museo, in cui il carattere divulgativo-didattico prevale su quello scientifico, illustra, con pannelli, diorami, ricostruzioni e giochi, le caratteristiche biologiche e le abitudini di vita, la mitologia, la storia e le problematiche del rischio di estinzione dell'orso. Alla visita guidata al museo può essere abbinata l'escursione lungo uno dei sentieri dell'orso, per entrare in diretto contatto con il suo ambiente e ricercare i segni della sua presenza. (tel. 339/8629165)

Escursioni e passeggiate. Il versante orientale del Parco della Majella offre una quantità di interessanti opportunità di escursioni e passeggiate (ben segnalate). Per documentarsi è disponibile la Carta turistica del Parco Nazionale della Majella (riporta curve di livello e i sentieri in scala 1:50.000) in vendita presso i centri visita. Sulle alte vie che si possono effettuare le escursioni più emozionanti, ricordando che a Palena ed alle Grotte del cavallone è possibile risparmiare una parte del dislivello in salita prendendo gli impianti di arroccamento (verificare sempre che siano aperti). Tra le mete da non perdere: la Montagna d’Ugni, il Monte Amaro, il Vallone di femmina Morta e la cresta del monte Porrara.

Per **passeggiate brevi e facili** consigliamo la Grotta Sant’Angelo” a Palombaro o Il sentiero botanico a Lama dei Peligni.

Percorsi a piedi appena più impegnativi. Il **Vallone di Santo Spirito** che si può raggiungere da Fara San Martino a piedi (o il parcheggio con la macchina). Le gole (458m) si presentano alte, strette e spettacolari e immettono rapidamente nel vallone. Dopo pochi minuti si intravedono i resti dell’antico convento di San Martino, coperto quasi interamente dai detriti di una frana. Il percorso si conclude con una suggestiva valle in piano (1050m) dopo un’ora e quarantacinque minuti di cammino. (tel. 0872 980970 – 339 2615405 – 328 0718249). **Da Palena all’eremo della Madonna dell’Altare.** Da Palena, superate le sorgenti dell’Aventino, si imbecca sulla destra un sentiero contrassegnato I2: collega il paese all’eremo celestiniano della Madonna dell’Altare. Non presenta difficoltà e si percorre in poco più di un’ ora (dislivello circa 500 m). (tel. 339 8629165). **Da Val di terra al Monte Secine.** Solitario e poco frequentato dagli escursionisti, il massiccio del Monte Secine e della Pietra Cernaia segna l'estremità sudorientale del parco della Majella e offre piacevoli escursioni in una zona sicuramente frequentata dall'orso. Questo itinerario ad anello, tra i più suggestivi della zona, richiede 5 ore di cammino.

5.2.5 Dove mangiare

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Casoli	Lu Pennese	Contrada Piano Aventino, 3 tel. 0872 981387 Questo locale che si trova lungo la strada statale (s.s 81), che collega Casoli a Guardiagrele e Chieti è specializzato in porchetta. Chiuso il lunedì
Palena	Bar trattoria La Stazione	P.le della Stazione tel. 0872 918131 Ubicato in posizione strategica all’incrocio tra Palena, Pescocostanzo e campo di Giove, Mariano prepara numerosi piatti della tradizione montana d’Abruzzo: tagliatelle ai funghi porcini, al cinghiale, al castrato. Fra i secondi, agnello alla brace e al forno, cacciagione. Su prenotazione trippa e baccalà
Palombaro	Trattoria dal Pagano	Via Pagani, 11 tel. 0871 895364 Vrache di mulo, specialità della cucina e altre paste fresche, minestre di cereali, carni alla brace, con uno sguardo tra il passato e il futuro
San’Eusanio del Sangro	Ristorante Bar Santa Lucia	Via S. Lucia, 205 tel. 0872 757339 carni locali di manzo e agnello alla brace, ma è il tempio della cucina del baccalà, primi piatti e svariati secondi
	Agriturismo La vecchia collina	Via S. Lucia, 92 tel. 0872 757198 Solo gli antipasti, oltre venti, tutti tradizionali, sono sufficienti per fare pranzo o cena, consigliata la pizza e foje

5.2.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l’itinerario

Casoli	Olio extravergine d’oliva	I Sapori della Maiella di Domenico Imbastaro Contrada Fiorentini, 5 (info: tel. 0872 982836; cel. 347 1283848; mail: info@saporidellamaiella.it ; www.saporidellamaiella.it). Frantoiani da generazioni trasformano da sempre olive locali, Gentile di Chieti, Crognalegno, Intosso, Leccino per produrre il loro extravergine. Accanto alla produzione olearia che oggi avviene in un moderno impianto continuo, un laboratorio artigianale per la produzione di ortaggi sott’olio e paste di olive verdi e nere, le cui materie prime provengono tutte dall’azienda agricola
--------	---------------------------	--

	<p>Olivicola Casolana Scari Contrada Piano Laroma, 3 (info: tel. 0872 982248; cel. 339 2382827; mail: olivicolacasolana@virgilio.it; www.olivicolacasolana.it) La cooperativa conta ben 125 soci, che coltivano le cultivar del territorio: Gentile, Crognalegno, Leccino e Intosso: una varietà, quest'ultima, che conferisce all'olio particolari caratteristiche aromatiche. I metodi di coltivazione sono quelli dell'agricoltura integrata e biologica, cui si affianca un'elevata tecnologia di trasformazione. Ottima la produzione di olive intosso verdi in salamoia</p>
	<p>Trappeto di Caprafico Contrada Caprafico, 35 (info: tel. 0871 897457; cel. 347 3320228; mail: masciantonio.tommaso@tiscali.it; www.tommasomasciantonio.com) Paolo e Casimiro, con l'aiuto del giovane Tommaso Masciantonio, conducono l'azienda con polso fermo e antica sapienza. La zona è suggestiva: colline incantevoli, olivi secolari. Nel frantoio aziendale "trappeto", si lavora con il sistema discontinuo: macine in granito e presse idrauliche. Con un processo di produzione particolare, si ottengono anche oli al limone, al peperoncino, all'arancia, al basilico</p>
Formaggi	<p>De Cinque Giuseppe Via valle Curato, 10 (info: tel. 0872 982666) Giuseppe alleva vacche da latte, frisone e pezzate rosse, e produce formaggi nel piccolo caseificio aziendale e carni che si possono acquistare nel punto vendita (orario negozi); in località Piano Aventino di Casoli. I formaggi sono solo vaccini, giuncate, primo sale, ricotta, caciotta frentana. A Ortona in Via Ciampoli 40, i De Cinque hanno un altro punto vendita di formaggi</p>
	<p>Mirella Di Prinzi Contrada Laroma, 103 (info: tel. 90872 82701) La signora Mirella alleva vacche da latte e produce, prevalentemente a latte crudo, caciotta frentana, ricotta, giuncata e formaggi fantasia nel piccolo caseificio aziendale, dove è possibile anche l'acquisto. La vendita dei prodotti viene effettuata anche nei mercati: di Casoli la mattina del martedì, di Orsogna il venerdì, di Guardiagrele la domenica tra le ore 8.00 - 11.30</p>
	<p>Valerio Maria Nicola Contrada Piano delle Vigne, 19 (info: tel. 0872 981527) I formaggi prodotti nel piccolo caseificio aziendale dalla signora Maria sono ottenuti dal latte di animali propri nutriti con foraggi e cereali aziendali. La gamma delle produzioni comprende: caciotta frentana, primo sale, ricotta. Il punto vendita è parte integrante dell'azienda</p>
Pasticceria e prodotti da forno	<p>Panificio Travaglini Delizie Casolane Piana Carlino, 12 (info: tel. 0872 982105; cel. 339 4555810; mail: deliziecasolane@virgilio.it; www.deliziecasolane.it) Si trova all'ingresso di Casoli, offre pasticceria dolce e salata tipica: cicerchiata, fiadone, dolci secchi di mandorle, totare, pane casereccio, pizza scime, pane alle noci, alle olive e vari tipi di pizza al taglio</p>
Sottoli, spezie, aromi e conserve	<p>Spinelli Paride Merigliani Contrada Piano Laroma, 152 (info: tel. 0872 981370). Azienda agricola che in un attrezzato laboratorio artigianale trasforma i prodotti della propria terra con passione e competenza. Passate di pomodoro, sottoli, sughi pronti, frutta sciroppata, si possono acquistare nel punto vendita aziendale aperto tutto l'anno</p>
Carni e salumi	<p>Trebbia Graziella Corso Umberto I, 171 (info: tel. 0872 982880). La sig.ra Graziella nella propria azienda alleva capre, pecore, maiali, galline, polli, conigli, oche, faraone e tacchine, allevati a terra con i prodotti dell'azienda. Gli animali possono essere acquistati previa telefonata di prenotazione puliti tal quali o a pezzi, o preparati in rollè, ripieni, a porchetta, presso lo spaccio aziendale in Via Capretta vicino la chiesa di S. Salvatore a Casoli</p>
	<p>Travaglini snc di Travaglini Assunta & C. Contrada Laroscia, 9 (info: tel. 0872 985365) La signora Assunta gestisce l'attività di macelleria e di trasformazione delle carni suine che provengono soltanto dai propri allevamenti o dal territorio. Gli insaccati prodotti, sono sia quelli tipici della zona come il salsicciotto frentano e le campanelle di carne e di fegato, che altri come la ventricina, la pancetta, il filetto, la lonza. Il punto vendita è aziendale, orario di negozio</p>
Birre artigianali	<p>Di Prinzi Massimiliano Via S. Salvatore, 6 (info: tel. 0872 981919; cel. 338 8485425; mail: info@birrificiomaiella.com; www.birrificiomaiella.com) Questo piccolo laboratorio artigianale produce birra utilizzando le materie prime tipiche del territorio: grano duro Cappelli, farro biologico, miele e spezie della Majella. Nel punto vendita è possibile degustare e acquistare le varie tipologie di birra prodotte. Previa prenotazione è possibile visitare l'impianto</p>

Castel Frentano	Formaggi	<p>Il Castellino di Bravo Giuseppina Contrada Clementini, 8 (info: tel. 0872 56828) La signora Giuseppina alleva vacche da latte e produce caciotta frentana, ricotta, giuncata e formaggi fantasia nel piccolo caseificio aziendale. Il punto vendita è aperto tutti i giorni tranne la domenica e si trova pochi Km fuori Castel Frentano in direzione S. Eusanio</p>
	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Lobosco Rosa Contrada Clementi, 4 (info: tel. 0872 569110) Produttore di bocconotti in agro di Castelfrentano, uscendo dal paese a sinistra per contrada Paludi. Riuscita interpretazione personale della ricetta.</p> <p>Pasticceria Rulli Liliana Via Trastulli, 7 (info: tel. 0872 659110) Non fatevi ingannare dall'aspetto un po' anonimo del locale, situato in campagna uscendo da Castelfrentano in direzione Guardiagrele, i bocconotti sono fra i migliori del territorio, per quantità importanti è bene prenotare. Accanto ai tradizionali bocconotti, si segnalano quelli bianchi farciti di pasta di mandorla e i mostaccioli morbidi ricoperti di cioccolato</p>
Civitella Messer Raimondo	Carni e salumi	<p>Maiella Carni Contrada La Fonte (info: tel. 0872 980274; mail: info@isalumidellamaiella.it) Dal 1966 la famiglia Di Lullo alleva maiali da cui producono Carni fresche e una vasta gamma di salumi: salsicciotti, lonza, lardo di Maiella, prosciutto, zampone e la campanella in quattro versioni (fior di Maiella, piccante, fegato e civitellese). Inoltre nel punto vendita è possibile trovare carni di vitello, di agnello, arrosticini e porchetta</p>
	Funghi	<p>Lucchitti Maria Gabriella. Via Forcone, 15 (info: tel. 0872 984134) Nei pressi del Lago Sant'Angelo, si trova l'azienda agricola della Sig. Maria. L'attività prevalente è la produzione di funghi soprattutto pleurotus e la loro trasformazione nel piccolo laboratorio artigianale. Nel punto vendita aziendale è possibile acquistare vari prodotti, come: funghi freschi, funghi in olio extravergine d'oliva, ma anche verdure miste sott'aceto</p>
Fara San Martino	La pasta	<p>Pastificio Artigiano Cav. Giuseppe Cocco Snc, Zona Artigianale 15, (info: tel. 0872 984121; mail: info@pastacocco.com; www.pastacocco.com)</p>
		<p>F.Ili De Cecco di Filippo – Fara San Martino SPA, Via F. De Cecco, tel. 0872 984198</p>
		<p>Del verde Industrie alimentari SPA, Zona Industriale, tel. 0872 9951</p>
	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Monte Amaro di Anna Persichitti Via Nazionale, 31 (info: tel. 0872 980381) Lungo la via principale del paese, è ubicato il Panificio Monte Amaro. A gestione familiare, lavora da oltre trent'anni e produce pani caserecci di grano tenero e duro e prodotti da forno tradizionali, dolci, cellucci olio e vino e all'uovo, bocconotti di mandorla, i fiadoni di ricotta, salati, rustici al formaggio, pizza bianca, al pomodoro e quella tipica di mais. Giovedì pomeriggio è chiuso</p>
	Liquori	<p>Fabbrica Liquori Alleva Ovidio Via Napoli, 37 (info: tel. 085 64871; mail: info@liquorialleva.com; www.liquorialleva.com) Azienda operante dagli anni '60, produce i famosi Punch Alleva e Sport Caffè di Fara. La piccola azienda familiare è situata nella parte antica di Fara San Martino. Il caffè sport è un liquore che a Fara gode di grande popolarità e in quasi tutte le famiglie se ne produce per i giorni delle feste</p>
Lama dei Peligni	Miele	<p>Lamesina Srl. Via Salita Majella, 10 (tel. 0872 916243)</p>
	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Emilia Pasquale Via Frentana, 120 (info: tel. 0872 916139) La simpatica signora Emilia da circa venti anni insieme ai suoi familiari gestisce questo punto vendita dove si trovano buone pizze al taglio, ma anche il dolce più tipico di Lama, la sfogliatella e altri prodotti tradizionali come i fiadoni dolci e salati e pasticceria secca assortita fra cui i dolci alle mandorle. Per contatti telefonici ore pasti.</p>

		<p>Arduino Testa Via Calata Frentana, 210 (info: tel. 0872 916198) Panificio a gestione familiare, produce pani di grano tenero, duro, di cereali diversi, ottime pizze anche da asporto e naturalmente le sfogliatelle di Lama</p>
Palena	Carni e salumi	<p>Carlo Varallo Via Roma (info: tel. 0872 918737; cel. 338 2198733) Nella macelleria Varallo si vendono solo carni provenienti da propri allevamenti che nella buona stagione pascolano sulla montagna di Palena e in inverno si nutrono di foraggio aziendale o reperito in zona. Anche caciocavalli di diversa stagionatura si trovano nel punto vendita che è situato vicino la stazione. L'apertura va dai primi di giugno, fino a Natale e durante le festività pasquali</p>
	Formaggi	<p>Muscente Giuseppe Località S. Antonio (info: tel. 0872 918993; cel. 338 9958554) Ubicato nei pressi dell' ex convento di S. Antonio nella parte alta del paese poco distante dal museo, il piccolo caseificio aziendale di Giuseppe e Anna, da circa tre generazioni, produce con il latte delle proprie capre, circa trecento "camosciate" allevate al pascolo, formaggio caprino di media stagionatura e di diversa pezzatura da 900 gr. a 2 Kg</p>
Palombaro	Carni e salumi	<p>Romulea Contrada Macchie, 1 (info: tel. 0871 895107; cel. 348 2505874) Cooperativa agricola presente sul territorio da oltre 30 anni. La cooperativa alleva maiali in agro di Casoli, lavora le carni e li trasforma in salumi tipici del territorio. Nel punto vendita è possibile acquistare carni fresche tutto l'anno e i salumi: salsicciotto frentano, campanelle di carne e di fegato, pancetta, soprattutto nel periodo invernale</p>
	Miele	<p>Piera Stefania Di Simone Via Pagani, 21 (info: tel. 0871 895632; cel. 338 9852631; mail: info@apicolturadisimone.it; www.apicolturadisimone.it)</p>
San'Eusanio del Sangro	Formaggi	<p>I Formaggi di Rosella di Rosa Bardella Contrada Tori (info: tel. 0872 50147) Nel 2005 la signora Rosella ha realizzato un piccolo caseificio aziendale dove trasforma il latte delle proprie vacche, alimentate con foraggio aziendale. I formaggi, a latte crudo, sono caciotta frentana, giuncata, numerosi formaggi fantasia e le "roselle" specie di tomini conservati in olio extravergine. Punto vendita in azienda</p>
	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Agorà Corso Margherita, (info: tel. 0872 50147) Bar Pizzeria Pasticceria operante da 11 anni; situata nel centro storico del paese, produce artigianalmente pasticceria tipica abruzzese</p>

5.3 Da Palena a Roccascalegna

(Palena Torricella Peligna 21 chilometri - Torricella Peligna Gessopalena 7 chilometri – Gessopalena Roccascalegna 12 chilometri)

5.3.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Colledimacine	D	Sì
Gessopalena	C	Sì
Montenerodomo	D	Sì
Roccascalegna	C	Sì
Torricella Peligna	D	Sì

5.3.2 Descrizione dell'itinerario

Il bel centro storico di Palena merita una passeggiata che comincia dal corso, ove si possono ammirare i tipici portali ed archi in pietra locale delle case ed il bel rosone cinquecentesco della Chiesa della Madonna del Rosario, e raggiunge il Castello Ducale con la caratteristica Loggetta. Il castello ospita il Museo Geopaleontologico Alto Aventino (visitabile nei giorni di apertura, tel. Erminio Di Carlo cell. 349/2547251). Da Palena si prende la strada per Torricella Peligna, dopo circa 15 km si gira a destra per Montenerodomo e, prima di raggiungere il paese, si incontra uno dei siti archeologici più importanti del Centro Italia: Iuvanum. Il parco archeologico ospita i resti di un insediamento sannita poi diventato municipio romano con l'acropoli, la basilica, e le terme (il sito è aperto al pubblico). Da Iuvanum si prosegue per Torricella Peligna (panorama notevole), paese di origine di John Fante noto scrittore e sceneggiatore americano, ricordato ogni anno nel mese di agosto con un festival ricco di eventi letterari e musicali di atmosfera cult. Da Torricella Peligna si scende a Gessopalena ove vale la pena di visitare il suggestivo Borgo di Gesso (strade, palazzi, case, scalinate, scavate nel gesso) e la bella Chiesa di S. Maria dei Raccomandati. Da Gesso, attraverso panoramiche stradine di campagna si raggiunge Roccascalegna (bandiera arancione del Touring Club), con il caratteristico borgo medievale sovrastato dalla scenografica roccaforte che fu abitata da Annibale Corvis, signore del XII secolo che governò con soprusi e tirannia i roccolani. Oltre al borgo ed al castello si può visitare la chiesa dei SS. Cosma e Damiano.

5.3.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino cotto
Pasta fresca
Salsicciotto frentano
Salsiccia a campanella
Carne di marchigiana
Caciotta frentana
Caciocavallo abruzzese
Pane di Cappelli
Pizza Scime
Fiadone
Cavalli, pupe, cuori
Celli pieni
Miele
Tartufo del Sangro
Patata di montagna

5.3.4 Dove mangiare

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Montenerodomo	Agriturismo Il Mulino	Contrada Schiera, 1 tel. 0872 969729 Piatti tradizionali eseguiti con perizia: tijarill e fagioli, ravioli di ricotta, sagne a pezze col ragù di gallo, agnello e pollo alla brace, capretto cacie e ove, pani e dolci tanti. Tutti prodotti d'azienda
Roccasalegna	Agriturismo Il Nespolo	Località Capriglia, 54 tel. 0872 987439 fra i primi piatti sagne o rintrocele con ragù di lepore o cinghiale, fra i secondi cacciagione in umido
Torricella Peligna	Agriturismo Troilo	Contrada Colle Zingaro, 38 tel. 0872 969160 Piatti forti: maltagliati tricolore con melanzane e olive, chitarrina pomodoro e basilico, cannelloni tradizionali di carne, agnello alla brace

5.3.5 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

Gessopalena	Carni e salumi	Le Tre Casette di Di Paolo Francesco Via Santa Maria, 6 (info: tel. 0872 988786; cel. 338 1659269) Allevamento di maiali plein aire e piccolo laboratorio artigianale dove Franco crea i salumi le Tre Casette. E da sapide carni, conce particolari, produce salsicciotto frentano, salsicce a campanella di carne e di fegato che continuano la maturazione in olio e.v. o strutto, pancetta stesa e arrotolate naturale e affumicata, lardo maturato in recipienti di marmo marinato nel vino cotto. Telefonata d'obbligo
	Formaggi	Pietra Penta Via Mandre di Sarre, 13 (info: tel. 0872 981777) L'azienda dotata di un moderno caseificio trasforma latte proveniente da allevamenti selezionati del territorio propone una ampia gamma di formaggi con il marchio "Carrecini". Accanto ai tradizionali, caciotta frentana e giuncata, sono disponibili paste filate fresche e pecorini e caciocavalli affinati in cavità naturali.
	Pasticceria e prodotti da forno	Kiss di Larcinese Mirella Via Peligna, 15 (info: tel. 0872 9885787) La Sig. Mirella Larcinese conduce da oltre dieci anni la pasticceria Kiss. Il laboratorio ubicato nei pressi della Chiesa Madonna dei Raccomandati offre dolci tipici della zona, come, il fiadone di ricotta, i celli ripieni di scrucchiata, bocconotti di mandorle, pizzelle, e pasticceria secca tradizionale
	Liquori	Fabbrica Liquori La Morgia Piazza Roma, 1 (info: tel. 0872 988774; mail: gran_liquore_la_morgia@hotmail.com) L'azienda a conduzione familiare, da tre generazioni (1926), produce un liquore all'arancia, denominato La Morgia "stille d'arancia" molto apprezzato sia tal quale, che sul gelato e nei dolci
Montenerodomo	Carni, salumi e formaggi	Fonte La Spogna. Contrada Lago Saraceno, 1 (info: tel. 0872 960225). L'agriturismo si trova lungo la strada per Pizzoferrato. L'azienda offre prodotti ottenuti dalla trasformazione di latte bovino, caciotta frentana, scamorze; di carni fresche salsicce di carne e di fegato, salsicciotto frentano, salsiccia a campanella di carne e di fegato coppa di testa, e salumi conservati sotto strutto. Tutti i prodotti sino ottenuti da animali che vivono in azienda e nutriti con foraggi aziendali
		Il Mulino di Tamburrino Franca Contrada Schiera, 1 (info: tel. 0872 969729) L'agriturismo inaugurato nel 1997, è collocata a circa mille metri s.l.m. nei pressi dell'area archeologica di Juvanum e prende il nome dal mulino di proprietà. L'azienda produce formaggi vaccini a pasta filata, caciotte di capra e formaggi fantasia inoltre si producono i salumi tipici del territorio, salsicciotto frentano e salsicce a campanella di carne e di fegato.

Roccascalegna	Olio extravergine di oliva	Villani di Amalia Patrizia Di Campli Via Finocchieto, 16 (info: tel. 0872 987361; mail: a.villani11@virgilio.it) Gli oli extravergini prodotti sono ottenuti dalle varietà di olivi più tradizionali del territorio: Gentile, Crognalegno, Olivastro di Roccascalegna, allevate a vaso con il metodo dell'agricoltura integrata. Le olive appena raccolte sono trasportate nel piccolo frantoio aziendale e molite immediatamente
	Miele	Angela De Laurentiis Via delle fontane, 12 (info: tel. 0872 987340)
		Giovanna Patrizia Del Duca Via Discesa Vallone, 10 (info: tel. 0872 987804; cel. 338 2960949; mail: apicolturadelduca@tiscali.it)
		L'alveare di Anna Zinni Via San Pietro, 3 (info: tel. 0872 987627)
	Pasticceria e prodotti da forno	Il Barone di Olivieri Maria e C. Via Duca degli Abruzzi, 95 (info: tel. 0872 987180) Quasi quaranta anni ha questo panificio, situato nella piazza di fronte al municipio, nelle vicinanze del castello, qui la sig.ra Maria prepara celli pieni, fiadoni, crispelle di patate, torta di castagne con il cioccolato oltre a diverse ed eccellenti qualità di pane
	Tartufi e funghi	L'Angolo del Tartufo Via Capriglia, 41 (info: cel. 334 1003391; paola040469@yahoo.com.ar) L'azienda agricola L'Angolo del Tartufo si trova in Contrada Capriglia, vende funghi secchi e tartufi freschi ricercati con cani addestrati
Sottoli, spezie, aromi e conserve	Casina Rossa di Nicola De Laurentiis Via della Stazione, 7 (info: tel. 0872 987203; cel. 338 6773720; mail:casinarossa@inwind.it; www.casinarossa.net) L'azienda agricola offre una vasta gamma di prodotti come: sughi, creme, confetture, frutta sciroppata, verdure miste sott'olio, miele aromatizzato, olio extravergine d'oliva e olio al tartufo	
Torriceia Peligna	Carni e salumi	La Guardata Fattoria dei F.lli Teti snc Corso Umberto I, 56 (info: tel. 0872 969452; guardata@virgilio.it) In paese vicino alla pineta, nel punto vendita della azienda della famiglia Teti è possibile acquistare carni fresche e salumi tradizionali (salsicciotto frentano, salsicce a campanella di carne e di fegato) provenienti da animali, bovini e suini, allevati nella propria azienda di circa 200 ha. Nel punto vendita è possibile acquistare anche prodotti artigianali di altre fattorie (formaggi, latticini, olio extra vergine e così via)
	Pasticceria e prodotti da forno	Marianna D'Amico Contrada San Giusto, 40 (info: tel. 0872 969457) Cambio della guardia nel panificio pasticceria a C.so Umberto,1. Oggi la signora Marianna in un locale completamente ristrutturato produce pane di grano tenero, di grano duro Cappelli e a lievitazione naturale, oltre a fiadoni dolci e salati

5.4 Lungo la valle del Sangro

(Roccascalegna Bomba 12 chilometri; Bomba Villa Santa Maria 15 chilometri; Villa Santa Maria Quadri 9 chilometri; Quadri Pizzoferrato 12 chilometri; Pizzoferrato Gamberale 17 chilometri; Gamberale Rosello 30 chilometri; Rosello Tornareccio 26 chilometri; Tornareccio Atessa 8 chilometri)

5.4.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Altino	C	Sì
Archi	C	Sì
Atessa	B1	Sì
Bomba	C	Sì
Borrello	D	Sì
Civitaluparella	D	Sì
Colledimezzo	C	Sì
Fallo	D	Sì
Gamberale	D	Sì
Montazzoli	D	Sì
Montebello sul Sangro	D	Sì
Monteferrante	D	Sì
Montelapiano	D	Sì
Mozzagogna	B1	No
Paglieta	B1	No
Pennadomo	D	Sì
Perano	C	Sì
Pietraferrazzana	C	Sì
Pizzoferrato	D	Sì
Quadri	D	Sì
Roio del Sangro	D	Sì
Rosello	D	Sì
Santa Maria Imbaro	B1	No
Tornareccio	C	Sì
Villa Santa Maria	D	Sì
Villalfonsina	B1	No

5.4.2 Descrizione dell'itinerario

Da Roccascalegna si scende alla superstrada fondovalle Sangro che si prende in direzione Villa S. Maria. Alla prima uscita si devia per raggiungere Bomba, piccolo borgo dove è consigliabile visitare la Chiesa di Santa Maria del Popolo, il Palazzo dei fratelli Spaventa, e il Museo etnografico della civiltà contadina. Vicino al paese si trova il Lago di Bomba, grande bacino artificiale intorno al quale sono nate strutture turistiche, sportive e ricreative. Lasciando Bomba alle spalle si riprende la superstrada fino a Villa Santa Maria. Questo paese è noto per essere stato patria di celebri cuochi e sede di un famoso istituto alberghiero. Tutti gli anni nella seconda metà di ottobre vi si svolge la rassegna dei cuochi del Sangro, kermesse di alta cucina e cucina tradizionale. Da visitare nel bellissimo centro storico la chiesa barocca di San Nicola.

Riprendendo la fondovalle si raggiunge Quadri famosa per i suoi tartufi. Si consiglia una visita al Palazzo Baronale e a San Giovanni nel centro del paese. Si prosegue per Pizzoferrato, paese incastonato su di un monte roccioso in posizione quasi inaccessibile, e che in passato fu un importante centro fortificato. Dal centro del paese è possibile partire per vari itinerari naturalistici alla scoperta della ricca flora dei boschi circostanti. A pochi chilometri da Pizzoferrato, Gamberale, meta nota per chi pratica lo sci di fondo. Il paese si trova a ridosso dei Monti Pizi corridoio biologico fra il parco d'Abruzzo e quello della Majella.

Da Gamberale si riprende la strada provinciale 164 e si procede per Borrello e Rosello (oasi WWF). A Borrello si consiglia una passeggiata nel bosco fino a raggiungere le Cascate del Rio Verde, a Rosello un percorso naturalistico a piedi o in mountain bike nella riserva naturale abetina, 200 ettari di bosco costituito da abeti bianchi, tigli e aceri che ospitano numerose specie animali fra cui il lupo e il picchio nero. Ripresa la strada provinciale 155 si transita per Tornareccio, famosa per la produzione di miele, e si raggiunge l'area archeologica di Monte Pallano, dove vestigia di mura megalitiche e reperti archeologici testimoniano la presenza millenaria dell'uomo nell'area. Infine si giunge ad Atesa, immersa in uno splendido paesaggio agrario, per una visita al centro storico: notevole la Cattedrale di San Leucio.

5.4.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo
Vino Pecorino
Vino Cococciola
Vino cotto
Pasta fresca
Porchetta
Salsicciotto frentano
Salsiccia a campanella
Carne di marchigiana
Caciotta frentana
Caciocavallo abruzzese
Pane di Cappelli
Pizza Scime
Fiadone
Cavalli, pupe, cuori
Celli pieni
Miele
Tartufo del Sangro
Percoche di Atesa
Patata di montagna
Peperone dolce di Altino

5.4.4 Dove mangiare

Consigli dalle guide italiane: Osterie d'Italia, Ristoranti d'Italia (di Gambero Rosso) I ristoranti d'Italia (de l'Espresso)

Atessa	Il fondaco dei Domenicani	Via Fontane vecchie, 7 tel. 0872 853068. Enoteca-ristorante ricavata negli antichi fondaci del medievale Convento dei Domenicani. Propone prodotti tipici e piatti tradizionali abruzzesi. Venerdì e sabato brodetto di pesce alla vastese
---------------	----------------------------------	--

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Bomba	Fioriti	Via Pagliarone, 20 tel. 0872 860188 Agriturismo che propone piatti tipici con prodotti tutti di provenienza aziendale, polli, anatre, conigli, ortaggi, sottoli e conserve di frutta
--------------	----------------	---

Paglieta	Casa mia	Contrada Pranciarella, 10 tel. 0872 809386 La signora Filomena cucina, per voi come se foste degli amici invitati a pranzo la cucina della tradizione del territorio
Pizzoferrato	Agriturismo Il Nido del falco	Contrada Collalto Casale Fortunati, 3 tel. 0872 946249. Ambiente familiare, numerosi e abbondanti antipasti della tradizione e non, ravioli di ricotta al tartufo, gnocchi di patate con condimenti diversi, agnello e maiale alla brace, contorni con ortaggi dell'azienda, pane fatto in casa.
	Azienda Agriturstica Aia Verde	Località Casale coltellacci tel. 0872 946339 Numerosi antipasti della tradizione, gnocchi di patate, carni ovine, suine e di animali di bassa corte al forno o alla brace

5.4.5 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

Altino	Miele	L'Ape e l'Arnia di Giulio Iacovanelli Via Mario Pomilio, 17 (info: tel. 0872 983178; cel. 368 613945; www.mieleabruzzo.it)
Atessa	Vino	Terra d'Aligi di Adriano e Carlo Spinelli Via Piana La Fara, 90 (info: tel. 0872 897916) Questa cantina, situata nel bel mezzo delle colline frentane, in provincia di Chieti, è gestita con piglio e dinamismo dai fratelli Spinelli. Immette ogni anno sul mercato vini piacevoli, ben fatti, talvolta ambiziosi ed anche quest'anno ha schierato una valida squadra di etichette. Il fiore all'occhiello dell'azienda è il vino Montepulciano d'Abruzzo "Tatone"
	Pasticceria e prodotti da forno	Pasticceria del sole Via Fonte Cicale, 9 (info: tel. 0872 865481) All'ingresso del paese si trova la pasticceria artigianale famosa per le sue sfogliatelle, fazzoletti di pasta sfoglia alla crema e al cioccolato, distribuite anche al Bar Sicomoro situato di fronte alla pasticceria medesima
	Liquori e torroni	Federico Piretti di Emma Piretti Piazza Garibaldi, 17 (info: tel. 0872 850136; cel. 349 4275813) Il laboratorio artigianale della sig.ra Emma produce liquori ed anche torroni dal 1800, disponibili presso il punto vendita in P.za Garibaldi. Tra i liquori si segnalano il Vallaspra, liquore a base di erbe e radici, goldentree, liquore a base di limone e aromi naturali.
		San Pasquale Corso Vittorio Emanuele, 134 (info: tel. 0872 850365) L'azienda San Pasquale, produce torroni e liquori dal 1976. All'interno del punto vendita, lungo corso Vittorio Emanuele, si possono degustare il liquore alle erbe denominato San Pasquale e il Punch.
	Miele	Aminta Iacovanelli Via Forca di lezzi, 40/42 (info: tel. 0872 897453; cel. 368 613945)
		Flavio Maggiolino Via Monte Marcone, 31 (info: tel. 0872 895076; cel. 360/717346)
		Emma Paglione. Contrada Ianico, 56 (info: tel. 0872 866126; cel. 360 717346).
Sabbia Maria Troilo. Via della Rimembranza, 29 (info: tel. 0872 866341; cel. 360 717346)		

Bomba	Olio extravergine d'oliva e vino	<p>Toccaceli Mauro – Bio Largo Chiesa, 4 (info: tel. 0872 860337; cel. 320 3151131; mail: m.toccaceli@tin.it). Presso il punto vendita situato nel centro storico di Bomba, il sig. Mauro confeziona e vende olio extravergine di oliva, olio biologico e olio DOP. Gli oli sono ottenuti da circa 1000 piante in proprietà tra Dritta, Gentile di Chieti, Intosso. La raccolta avviene a mano, la molitura è immediata in un moderno frantoio continuo.</p> <p>Vinicola olearia San Mauro Contrada Vallecupa, 1 (info: tel. 0872 860138; mail: san.mauro.scri@tin.it; www. Coopsanmauro.it) Tra le prime a essere fondate in Abruzzo, nasce nel 1957, oggi conta oltre 450 soci, produce ottimi oli e vini. Le coltivazioni sono condotte con il metodo dell'agricoltura integrata e biologica. La raccolta delle olive avviene prevalentemente a mano, e la molitura entro 24-48 ore nell'impianto continuo di proprietà della cooperativa, la varietà più rappresentativa è la Gentile di Chieti. Il vino di punta dell'azienda è il Montepulciano d'Abruzzo Fonte dei Santi. Si producono inoltre Cerasuolo e Trebbiano Doc, e vini da tavola. La cantina ha una produzione di circa 400.000 bottiglie l'anno</p>
	Miele	<p>Angelina Annechini Contrada Piana San Nicola (info: tel. 0872 984106)</p>
Borrello	Tartufi e funghi	<p>Rio Verde Tartufi di Di Cesare Giovanna Via Dante, 57 (info: tel. 0872 945558; mail: dicesare.giovanna@virgilio.it) Il punto vendita Rio Verde Tartufi si trova all'ingresso di Borrello. Offre una vasta gamma di prodotti come: marmellata di zucca, carpaccio e formaggio di capra al tartufo</p>
	Vino	<p>De Luca Via Castel di Sette, 33 (info: 0872 578677; mail: info@cantinedeluca.it) Luciano e Remo conducono con serietà e professionalità l'azienda vitivinicola affermandosi nel mercato enologico. 25 gli ettari di vigneto, moderna la cantina, ampia la gamma dei vini proposta. Si segnalano il trebbiano d'Abruzzo doc e il Montepulciano d'Abruzzo doc entrambi della linea Sipario</p>
Paglieta	Farine	<p>Di Giulio Angelo Maria Contrada Collemici, 41 (info: tel. 0872 80422) Angelo continua la tradizione di famiglia ma anche di un paese, quella del mugnaio. Le innate doti di meccanico, la passione per la professione ne fanno uno dei più abili mugnai. Presso il mulino, dove c'è anche un frantoio, si possono acquistare diversi tipi di farine di cereali del territorio, anche macinate al momento</p>
Perano	Tartufi e funghi	<p>D'Alonzo Tartufi di Sebastiano D'Alonzo Via Quadroni, 118 (info: tel. 0872 896030; cel. 368 3569012; mail: info@dalonzotartufi.com; www.dalonzotartufi.com) Situata alle porte di Piane d'Archi incontriamo l'azienda del sig. re Sebastiano. Da circa sei anni, il laboratorio si occupa di trasformazione e di commercializzazione di tartufi. A gestione familiare esporta all'estero funghi freschi</p>
Pietraferrazzana	Pasticceria e prodotti da forno	<p>I dolci dell'antica tradizione di Angelo Tumini Corso Mazzini, 62 (info: tel. 0872 944969) Il signor Angelo giovane appassionato, animato da forte passione per la pasticceria tradizionale in poco tempo ha rilanciato l'attività producendo una vasta gamma di dolci tipici: cellucci, pizzelle, bocconotti al cioccolato e alle mandorle, mostaccioli, tarallucci olio e vino, a cui affianca anche una produzione di pasticceria fresca</p>
Pizzoferrato	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Suprema do.di.ci snc. Via Ettore Casati, 95 (info: tel. 0872 946779) Uscendo da Pizzoferrato in direzione Valle del Sole. Nasce nel 1996 il laboratorio artigianale della Sig. Sabrina. I prodotti offerti sono: il pane di grano tenero e duro, di Cappelli e quello caratteristico con le patate, pizze al taglio e dolci tipici locali come i cellucci olio e vino, ferratelle, fiadoni dolci e salati. Aperto anche la domenica</p>
Quadri	Tartufi e funghi	<p>Il Tartufo D'Abruzzo Via G. Marconi, 23 (info: tel. 0872 945708; cel. 328 8181615; mail: info@iltartufodabruzzo.it; www.iltartufodabruzzo.it) Nel centro storico di Quadri, si trova il punto vendita Il Tartufo d'Abruzzo, che propone tartufi freschi, creme al tartufo bianco e nero, olio tartufato, pecorino al tartufo e amaro al tartufo</p>

		<p>Il Tartufo di Quadri Via Roma, 8 (info: tel. 0872 945863; cel. 347 8194873; mail:adaliber@tin.it; www.tartufodiquadri.it) Nei pressi della piazza del Popolo si trova Il tartufo di Quadri. In questo punto vendita è possibile degustare i tipici salumi, formaggi al tartufo, salse tartufate, oli al tartufo e su richiesta è possibile avere il tartufo fresco</p>
Rosello	Pasticceria e prodotti da forno	<p>Forno di Egidio Gentile Via Dell'Impero, 28 (info: tel. 0872 948239) Nei pressi dei ruderi I Pagliai di Rosello, si trova il Forno di Egidio Gentile. Accanto al pane di grano tenero, duro e con le patate è possibile trovare una vasta gamma di prodotti da forno come cellucci olio e vino, fiadoni dolci e salati di formaggio e di ricotta e una infinità di rustici. Nei mesi di luglio e agosto il punto vendita resta aperto anche la domenica</p>
Tornareccio	Miele	<p>Adi Apicoltura – Bio Via A. De Gasperi 72 (info: Tel. 0872 868160; mail: info@adiapicoltura.it)</p>
		<p>Afige di Maria Costantini Contrada Torricchio, 50 (info: Punto vendita Contrada S. Onofrio Lanciano tel. 0872 868337)</p>
		<p>Delizie dell'alveare di Carmine Finocchio Viale Santo Stefano, 18 (info: tel. 0872 868668; mail: info@apiculturalucafinocchio.it; www.apiculturafinocchio.it)</p>
		<p>Rita Rosa Ferrante Via Gramsci, 26 (info: tel. 0872 868530)</p>
		<p>Luca Finocchio Viale Santo Stefano, 14 (info: tel. 0872 86825).</p>
		<p>Fioriti Apicoltura Via Don Minzoni, 2 (info: tel. 0872 868138; fax 0872 868785; mail: fioritiapicoltura@libero.it)</p>
		<p>Antonio Iacovanelli Via Del Carmine, 23 (info: tel 0872 868244)</p>
		<p>Nino Iacovanelli Via Roma, 56 (info: tel 0872 868841)</p>
		<p>Enzo Lemme Via Roma, 15 (info: tel. 0872 868230)</p>
		<p>Tieri Nicola Via De Gasperi, 70 (info: tel. 0872/868292; mail: nicola.tieri@virgilio.it)</p>
	Carni e salumi	<p>Altobello Carni sas Strada S.S., 364 (info: tel. 0872 868840; mail: info@altobellocarni.com) L'azienda fondata dal signor Altobello e che ora funge da supervisore, alleva maiali da oltre trenta anni, e da circa quindici produce e commercializza salumi. All'interno del punto vendita sito sulla strada S.S. 364, 12 è possibile acquistare carni fresche di maiale, nonché prosciutti stagionati 18 - 24 mesi, salsicce di carne e fegato stagionate, soppressate, capocolli e ventricine piccanti e dolci (anche il peperone utilizzato proviene dall'azienda)</p>
	Formaggi	<p>Tommaso Iannone e figli snc Contrada San Giovanni, 1 (info: tel. 0872 868329; punto vendita Lanciano via Piave, 8 tel. 0872 714571) Caseificio a conduzione familiare fondato nel 1912. Il latte utilizzato proviene da animali del territorio, i prodotti sono: fiordilatte, mozzarella appassita, stracciata, caciocavallo e caciotta frentana</p>
<p>Nonna Maria Via Amendola, 1 (info: tel. 0872 868018). Il caseificio che porta il nome della fondatrice è attivo dal 1964. Utilizza latte crudo, proveniente da allevamenti selezionati del territorio, per produrre formaggi a pasta filata ma anche ricotta, caciotta, formaggi fantasia, burro. I prodotti possono essere acquistati nel punto vendita aziendale, ad Atessa in Via Matteotti, 2 e a Lanciano alla fine di Via Garibaldi nei pressi del mercato coperto nelle mattine di lunedì, giovedì e venerdì dalle 9 alle 12,30</p>		

Villa Santa Maria	Liquori	<p>Di Cicco Antonio Piazza G. Marconi, 4 (info: tel. 0872 944554; mail: contatti@dicccoantonio.com) I liquori dell'azienda Di Cicco Antonio sono preparati con metodi tradizionali e miscelati in base a ricette tramandate di generazione in generazione. Le specialità sono: Amaro Abruzzese, Acquasanta, Centerbe, Sambuca d'Abruzzo, Punch Abruzzese, Limoncino, Elisir Ratafià, Liquore Genziana, Grappa Montepulciano, Grappa Santa Maria</p>
		<p>Di Cicco Liquori Via Roma, 73 (info: tel. 0872 944328; mail: info@diccco-liquori.it; www.diccco-liquori.it) L'azienda Di Cicco Liquori viene fondata nel 1966. All'interno del punto vendita sito in Via Roma, si possono trovare una vasta gamma di prodotti tutti provenienti da antiche ricette, come: l'Abruzzese amaro forte e gentile, La Centerba Aquila d'Abruzzo, il Punch Abruzzese, l'Aqua Sancta Maria, il Liquore di Liquirizia, Limoncello, Goccia di Genziana e Sangrinus</p>
		<p>Iannamico Francesco Snc Via Duca degli Abruzzo, 95 (info: tel. 0872 944338; mail: iannamico.liquori@tiscalinet.it; www.iannamicoliquori.com) Dal 1988 presso il punto vendita è possibile acquistare il Punch d'Abruzzo, l'Amaro d'Abruzzo, il Nocino, la Ratafià, il Limoncello, l'Acqua Santa e le tipiche Grappe</p>

6 ITINERARI DEL VASTESE

L’Abruzzo è una terra dove tutto è vicino: montagne, parchi e oasi naturali, mare, spiagge meravigliose e selvagge scogliere. Nel Vastese, forse più che altrove in questa regione, convivono le due anime delle genti d’Abruzzo. Il Vastese è territorio di pescatori e marinai, ma basta voltare le spalle alla soffice sabbia color cipria per scoprirne il volto montano attraversato, in senso ortogonale alla costa, da tre fiumi (Trigno, Treste, Sinello). E così, scavalcando colline ricoperte di olivi, viti e frutteti, si apprezzano i profumi della Majella e dei boschi cedui molisani. Mare dunque, a volte verde smeraldo, altre zaffiro e indaco, che lambisce ad un tempo sabbia e scogliera; ma anche montagna, segnata ancora visibilmente da un progetto di fortificazione del territorio di epoca medioevale e dal circuito di sacralizzazione che accompagnava il cammino dei pastori, transumanti da Campo Imperatore verso la dogana di Foggia. Due le anime e duplici i miti, le tradizioni e la cucina, trama e ordito di un tessuto di percorsi talmente eterogenei da disorientare anche il viaggiatore più disinvolto. Questi appunti sono perciò un invito a meglio conoscere i tanti volti di questo territorio e uno stimolo a scoprirne un altro e un altro ancora, spinti dalla curiosità di apprezzare e non dimenticare una scenografia che si svela poco a poco.

La visita di questo territorio è descritta in tre itinerari:

- il primo è dedicato alla scoperta della città di **Vasto** e dei suoi tesori;
- il secondo ci conduce da Vasto a Tuffillo lungo la **“via dei borghi fortificati e delle torri di difesa”**, di cui il Vastese, territorio di capitani di ventura e di transumanza, è costellato. Il castello era il simbolo più vistoso con cui i feudatari nel medioevo e i signori in epoca rinascimentale segnavano il territorio, monito per amici e nemici; mentre torri e torrioni venivano posti a guardia del percorso tratturale;
- il terzo, va **“alla scoperta delle civiltà guerriere”** dei Frentani e dei Sanniti e dei loro templi, delle tradizioni e del territorio dell’alto Vastese. Sono 75 Km di sola andata, da San Salvo a Castiglione Messer Marino;



6.1 Vasto e i suoi tesori

6.1.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Vasto	B1	No

6.1.2 Descrizione dell'itinerario

Entriamo in Vasto, imboccando, dalla SS 16 direzione sud, la prima uscita: è via Incoronata che ricalca l'antico percorso tratturale; sulla destra il Santuario di **Maria SS Incoronata**, edificato nel XVIII sec. sui resti della cappella dedicata a San Martino. Il mito vuole che all'estremità meridionale della costa abruzzese sbarcasse, reduce da Troia, l'eroe greco Diomede e che i figli dell'Ellade, esperti navigatori, abbiano chiamato questo posto Histion (che riporta alla vela o al tessuto velico). E, come una vela arcuata dal vento, si distende lo splendido Golfo di Vasto, dalla base del suggestivo promontorio, su cui è arroccata la città, fino all'arenile di San Salvo, in vista della foce del fiume Trigno. Un'altra leggenda ritiene che Aimone, compagno del re franco Pipino, dopo aver distrutto la città romana, sulla terra spopolata (guasto) ne edificò una nuova che si chiamò Vasto (o Guasto) d'Aimone; certo è che il condottiero Giacomo Caldora ricostruì a partire dal 1422 il vecchio fortilizio medioevale, potenziandolo. Il **Castello Caldoresco**, oggi **palazzo Palmieri**, ci accoglie all'ingresso del centro storico, percorrendo Corso Mazzini e poi Corso Garibaldi. Ammiriamo la pregevole **fontana** del 1629, collocata al centro di Piazza Barbacani, davanti al portale quattrocentesco del lato nord e saliamo il fianco est del castello. Dove ora si apre Piazza Diomede, era l'accesso alla Città, Porta Castello, demolita nel 1828. Da qui, dominata dal bronzo del poeta e patriota Gabriele Rossetti, si allarga a stella l'omonima Piazza, occupando il sito dell'anfiteatro romano di Histonium, in cui si svolgevano spettacoli circensi e probabilmente combattimenti tra navi (naumachie). Le vestigia romane sono visibili nei sotterranei di Palazzo Palmieri e nelle vetrine del negozio Scarano. L'acqua giungeva al circo dall'adiacente via delle Cisterne, nei pressi di Piazza Santa Chiara, e via Naumachia fiancheggia ancora oggi la facciata neoclassica della **Chiesa dell'Addolorata**, posta sul lato ovest della Piazza, all'antipode della torre di Bassano, struttura difensiva di epoca caldoresca. Il nome della Vergine è molto venerato a Vasto (tante sono le Maria Spina e le Maria Incoronata); alla Madonna sono intitolate numerose Chiese: di particolare pregio la vanvitelliana **chiesa del Carmine**, dove si celebrava in slavo, e la **Collegiata di Santa Maria Maggiore**, in cui è conservata la sacra spina, che la fede vuole essere appartenuta alla corona di spine del Cristo, donata da Papa Pio V ai d'Avalos (rispettivamente poste alla sinistra e alla destra di Corso de Parma, a cinque minuti di passeggiata). A piedi da Piazza Diomede si percorre Corso de Parma, l'antica "Corsea degli scarpari, dei mercanti e dei merciaiuoli", e si giunge a **piazza Lucio Valerio Pudente**, il poeta bambino, vincitore del Certamen Capitolino del 106 d.c., cuore della Vasto antica e profana. Qui si svolgevano sanguinosi combattimenti tra tori e cani e nel 1723 il Legato imperiale, Cesare Michelangelo d'Avalos, consegnò il Toson d'oro al Principe Colonna, evento annualmente rievocato con una bella manifestazione in costume. Sulla Piazza osserviamo la medioevale facciata in pietra dura della Majella della **cattedrale di San Giuseppe**, e più in là il fronte cinquecentesco di **palazzo d'Avalos**. I bei giardini si distendono ai piedi della facciata meridionale, decorata con bifore ed elementi del tardo gotico, ed affacciano sul Golfo. Sul lato destro del cortile interno è il **Civico museo archeologico**, mentre ai piani superiori la **Pinacoteca**, con opere dei fratelli Palizzi, e l'interessante **Museo del costume**, intitolato a Vittoria Colonna, amica spirituale del Buonarroti. Lasciandoci alle spalle il palazzo e la cattedrale, giungiamo a piazza del Popolo e da lì percorriamo la balconata di via Adriatica, ammirando a sinistra il portale romanico, resto della **collegiata di San Pietro**, eretta sulle rovine di un tempio dedicato a Cerere e demolita in conseguenza della frana del 1956. Arriviamo alla **chiesa di S. Antonio**, ad unica navata, un tempo intitolata a San Francesco, da cui la tradizione vuole sia stata fondata. Al lato della facciata interamente in mattoni, si apre il **Parco archeologico delle terme romane**, sezione staccata del Museo Archeologico, che vanta preziosi mosaici con scene marine e mitologiche per una superficie complessiva di oltre 250 metri quadrati, i più importanti ed estesi della costa del medio Adriatico. Risalendo lungo corso Dante attraversiamo la zona spagnola, caratterizzata da palazzi gentilizi e chiusa dal borbonico **teatro Rossetti**, sito al termine di corso Plebiscito. Si può quindi programmare una passeggiata al tramonto o notturna lungo la **Loggia Amblingh**. Il camminamento venne realizzato nel corso degli anni '20 per proteggere il fronte orientale della Città dalla frana e, partendo dalla destra dei Giardini d'Avalos, arriva a **piazza Santa Chiara**. Qui sorgeva il Convento delle Clarisse e oggi, tutti i sabato mattina, piccoli produttori di frutta e verdura, allevatori di pollame, caseifici e salumifici dell'alto vastese e del Molise si ritrovano nel mercato coperto. Il Museo Archeologico e l'Assessorato alla cultura di Vasto organizzano percorsi (anche nel sottosuolo) e laboratori didattici, su prenotazione (tel. 0873 367773; 334 6290593)

6.1.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo
Vino Pecorino
Vino Cococciola
Vino cotto
Pasta fresca
Porchetta
Ventricina del vastese
Carne di marchigiana
Pane di Cappelli
Fiadone
Celli pieni
Miele
Pomodoro mezzotempo

6.1.4 Altri attrattori di carattere identitario

Le arti artigiane. Le tradizionali lavorazioni dei metalli, in particolare preziosi, del vetro e della terracotta risalgono nel Vastese ad epoca italica e romana. Nel Museo Archeologico di Palazzo d'Avalos si possono ammirare alcune monete d'oro, raffinatamente cesellate, di epoca romana e tardo romana; nello stesso è esposto un bel corredo funerario di ampolline e vasi in vetro. Risalgono invece al 1000 a.c. i manufatti di Genti Italiche che avevano già acquisito una buona padronanza nella lavorazione della terracotta, tanto da produrre non solo vasellame, ma anche elementi per il telaio, pendenti, pannelli decorativi per edifici, statue ed ex voto. Oggi la manualità, il gesto che distingue il lavoro artigianale, si perpetua semplice e schietta nella lavorazione della terracotta e della ceramica, del vetro, del legno e del ferro battuto. Agli orafi si affiancano artigiani che hanno dato inaspettata espressione a materiali quotidiani, quali carta, cera e sapone.

Il rito della sciabica. Presso il Pontile di Vasto Marina, la seconda domenica di luglio e la seconda domenica di agosto, si rinnova il rito della sciabica, la rete a strascico che veniva impiegata sui fondali bassi e sabbiosi di questa parte dell'adriatico. La rievocazione è possibile grazie alla disponibilità degli storici pescatori di Vasto, portati sulle barche, come si usava, a cavalcioni sul dorso di giovani "portatori di pescatore", affinché non si bagnassero.

L'asta del pesce a scendere. Nel mese di giugno si celebra l'asta del pesce a scendere. Il banditore d'asta aggiudica in un'asta, condotta rigorosamente in dialetto, il pescato, fissando lui il prezzo iniziale e gridando ribassi sullo stesso fino allo stop dell'acquirente. Al banditore spettava una percentuale sul pescato di ciascun lotto aggiudicato.

Percorsi da fare a piedi. La riserva naturale regionale **Bosco di Don Venanzio**, territorio di Pollutri, invita a piacevoli passeggiate. È un raro esempio di bosco planiziale ad alto fusto che si sviluppa per 78 ettari in tre terrazzi fluviali intorno al corso terminale del Sinello (tel. 0873 907359; 339 5341704; www.boscodonvenanzio.it).

Unica riserva marina abruzzese, **Punta Aderci** tutela il tratto di costa compreso tra la foce del Sinello e il Porto di Punta Penna, estendendosi per 285 ettari. A pochi chilometri da Vasto, si presenta ai nostri occhi uno scenario affascinante e del tutto inaspettato, incorniciato dai monti di tre Parchi nazionali (Majella, Gran Sasso-Laga, Monti Sibillini): un ambiente dunale integro, un rincorrersi di sabbia e ciottoli, rocce e falesie, campi di girasole e macchia mediterranea. Dalle grotte del promontorio roccioso in direzione nord, a piedi, in canoa o in mountain-bike (noleggiabili presso i punti di informazione della riserva), si raggiunge l'ampia spiaggia sabbiosa di Libertine, oppure verso sud, costeggiando i resti di una necropoli, si può visitare la lunga spiaggia sassosa di Mottagrossa. Gli appassionati di birdwatching potranno ammirare diversi esemplari di avifauna, come il fratino che nidifica sulle dune. Frequenti sono gli avvistamenti di delfini del genere stenella. (tel. 0873 309374; 334 6290593; www.puntaderci.it)

6.1.5 Dove mangiare

Consigli dalle guide italiane: Osterie d'Italia, Ristoranti d'Italia (di Gambero Rosso) I ristoranti d'Italia (de l'Espresso)

Vasto	Alla Hostaria del Pavone	Via Barbarotta, 15 tel. 0873 60227 Nel cuore del centro storico, non distante da Palazzo d'Avalos, il patron Nicolino Di Rienzo è eccellente interprete di una cucina di mare in perfetto equilibrio tra personalità e tradizione; importante la carta dei vini. Chiuso il giovedì
	Da Ferri	Via Osca, 58 tel. 0873 310320 Storica e accogliente trattoria marinara, con terrazza sul porto di Vasto, custode della tradizione più integrale. Immaneabile l'appuntamento con il brodetto
	Villa Vignola	Località Vignola – Statale 16 Nord tel. 0873310050 In scenografica posizione sul mare, la cucina propone tipici piatti marinari della migliore tradizione vastese. Buona la carta dei vini. Prezzi: 45 euro vini esclusi

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Vasto	Da Mirco	Via Magnacervo tel. 0873 378603; cel. 347 7209061 Numerosi e gustosi antipasti, tra cui carpacci di pesce con frutta e ortaggi, e tra i primi piatti mitili, legumi e tartufo a cui seguono ricche grigliate e leggere frittiture di paranza.
	Da Pasquale e Mirca	Via F. Crispi, 24 tel. 0873 60032 Cucina prevalentemente di mare, antipasti di ispirazione locale ma ben elaborati. Interessante il pesce al sale. Chiusura con dessert e un piatto di formaggi del territorio, accompagnati da miele e marmellata

6.1.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

Vasto	Pasticceria e Prodotti da forno	Panificio Ida Iacusso Contrada Buonanotte, 16 (info: tel. 0873 346128) Lungo una strada che dalla collina di Vasto scende verso il mare, nell'efficiente laboratorio al pianterreno della sua abitazione, la signora Ida cuoce nel forno a legna pani diversi, ma anche i cellipieni, focacce olio e rosmarino, pizze al pomodoro
		Pasticceria Chez Via Bari, 12 (info: 0873 391712) Natalie e Angela propongono una raffinata pasticceria finemente decorata. Nel periodo natalizio accanto ai prodotti tradizionali, una ricca varietà di panettoni, anche farciti con pezzi di frutta fresca o ricoperti con glasse fantasiose. Nel periodo pasquale uova di cioccolata artigianali
		Lu Furnarille Corso Plebiscito, 51 (info: tel. 0873 367674; www.lufurnarille.it) Quarta generazione a lu Furnarille dove i fratelli Peppe e Bianca producono dolci secchi di pasta di mandorle, fiadone, catarratte e pasticceria fresca. Da segnalare il Pandolce aragonese, due strati di pasta di mandorla al cacao, con una farcitura interna di mostarda o di confettura di amarena
	Olio extravergine di oliva	Az. Agr. La Selvotta Contrada Buonanotte, 10 (info: tel e fax 0873 801658; mail: frantoiosputore@tiscali.it; www.laselvotta.it) Da diversi anni i fratelli Sputore producono oli di qualità dagli oltre 500 olivi di proprietà. Le olive vengono frante nel moderno frantoio aziendale. Oltre all'extravergine sono da segnalare la dop Colline Teatine e i monocultivar Nebbio, I 77 e Oliva grossa
Vino	Sergio Del Casale Contrada S. Biagio, 35 (info: tel. e fax 0873 364697; mail: info@delcasalesergio.com) Vignaioli da generazioni dai propri vigneti producono uve montupulciano e bianchi autoctoni con cui ottengono vini di indubbio interesse. Emergono fra gli altri il Pecorino Casale San Biase 2006 e il Montepulciano d'Abruzzo Cerasuolo Casale San Biase 2006	

		<p>Donatello Jasci Via Colli, 5 (info: tel. 0873 368329; fax 0873 379077; mail: info@jasci.it) Azienda vitivinicola biologica che produce nella bella sede aziendale costruita con criteri di bioarchitettura interessanti vini tipici e internazionali. Molto interessante si è rivelato il Trebbiano d'Abruzzo della linea economica 2006</p>
		<p>Jasci & Marchesani Via Colli, 3 C (info: tel e fax: 0873 364315; mail: info@jasciemarchesani.it) Vigneti sparsi in agro di Vasto, condotti con il metodo della agricoltura biologica dal 1978. Vitigni tradizionali e internazionali, danno vini di buona qualità. Spicca fra le diverse produzioni vinicole il trebbiano d'Abruzzo Doc 2006</p>
		<p>Mastrangelo Tenimenti del Grifone Via Istonia, 81 E-2 (info: fax 085 930665; cel. 335 8930720; mail info@vinimastrangelo.com) Le uve provengono da vigneti sia di proprietà nel vastese che acquistate da aziende in Loreto Aprutino: Le uve e quindi i vini sono quelli della tradizione regionale. Brilla fra gli altri il Montepulciano d'Abruzzo Cerasuolo Angelo Rosa 2006</p>
	Carni e salumi	<p>Macelleria Di Nanno Paolo Via Histonense 204 (info: 0873 363315) Da animali allevati in zona, Paolo, che lavora nella macelleria paterna avviata nel 1942, produce insaccati di buon livello. Salsicce di carne e di fegato, soppressate e la tipica ventricina del vastese</p>

6.2 Tra borghi fortificati e torri

(Vasto - Scerni 10 Km; Scerni – San Buono 25 km; San Buono – Palmoli 11 Km ; Palmoli – Tufillo 9 Km)

6.2.1 Comuni compresi nell'itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Carpineto Sinello	C	Sì
Carunchio	D	Sì
Casalanguida	B1	Sì
Cupello	B1	Sì
Fraine	D	Sì
Furci	B1	Sì
Gissi	B1	Sì
Guilmi	C	Sì
Liscia	C	Sì
Monteodorisio	B1	Sì
Palmoli	C	Sì
Pollutri	B1	Sì
Roccapinalveti	D	Sì
San Buono	C	Sì
Scerni	B1	Sì
Tufillo	C	Sì

6.2.2 Descrizione dell'itinerario

In un possibile itinerario, caratterizzato dai panorami suggestivi dei Sibillini del Gran Sasso e della Majella, partiamo dal castello Caldorese e dalle torri superstiti della quattrocentesca cinta muraria (dette di Bassano, S. Spirito e Damante), e spostiamoci di pochi chilometri alla scoperta di Monteodorisio e Scerni. Del primo, dominio Caldora e poi dei d'Avalos (potevano schierare un esercito di 10.000 uomini e governavano 13 terre tra il Trigno e il Sangro), resta il Castello, posto a guardia della vallata del Sinello e dell'antico tratturo. Al suo interno oltre al museo e al centro di documentazione dell'ordine Francescano è stata allestita la mostra storico-archeologica "Ma che bel castello" (info: tel 0873 944072 - 0873 316131). Posto lungo il percorso tratturale, Scerni è un borgo "da gustare" (ottime sono le produzioni di vino, olio e ventricina). Apparteneva alla badia di Santo Stefano in Rivo Maris e il palazzo marchesale testimonia delle antiche fortificazioni, così come il santuario della Madonna della Strada sorge sulle vestigia di una chiesa quattrocentesca, edificata dai pastori nomadi. Con un tratto più impegnativo puntiamo per San Buono. A circa metà strada sull'antico percorso tratturale è possibile ammirare il **torrione merlato di Furci** (sec.XV-XVI). Giunti a San Buono visita d'obbligo al palazzo feudale dei principi Caracciolo e al convento di Sant'Antonio, sede del Museo per l'arte e l'archeologia del Vastese, significativa testimonianza della cultura materiale e artistica delle genti che abitarono l'area (tel. 0873 944072 - 340 7565805). Si prosegue per Carunchio, feudo dei Caracciolo, con bella cinta muraria e l'antico **palazzo Turdò** da cui si gode di una splendida vista. Lungo il percorso si incontra Fraine, edificata intorno all'anno mille con l'antico **monastero di Mater Domini**. Saliamo sulle cime del Monte Verde 720 m slm e scopriamo una suggestiva vista sui monti frentani: siamo a Palmoli dove la parte alta dell'abitato è dominata dal **castello Severino-Gagliati** a pianta dodecagonale, sede del Museo della civiltà contadina (tel. 0873 944072 - 363044). Il castello è il fulcro del progetto "Museo dei castelli abbandonati del Vastese", il cui scopo è consentire una lettura integrata della storia e dello sviluppo dei borghi fortificati del territorio, dal Medioevo ai nostri giorni. Ci avviciniamo all'ultima tappa del percorso Tufillo: 555 meri di quota e i nostri occhi corrono dalla Majella ai monti del Matese, dalle isole Tremiti al Gargano. Il paese è un borgo fortificato (cerchia urbana con castello): da non perdere il magnifico portale quattrocentesco della **chiesa di Santa Giusta**. Qui il 24 dicembre si rinnova il rito propiziatorio delle farchie, durante il quale vengono arsi alti fasci di canne, simbolo fallico e quindi di abbondanza. Si ritorna al mare prendendo la statale Triginina

6.2.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell'itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo
Vino Pecorino
Vino Cococciola
Vino cotto
Pasta fresca
Porchetta
Ventricina del vastese
Carne di marchigiana
Caciocavallo abruzzese
Pane di Cappelli
Fiadone
Cavalli, pupe, cuori
Celli pieni
Miele
Uva Regina Bianca
Tartufo
Pesche di San Salvo
Patata di montagna
Carciofo di Cupello
Fave

6.2.4 Altri attrattori di carattere identitario

Le fave di San Nicola a Pollutri. Quando sia iniziato il culto per San Nicola di Bari a Pollutri non lo sappiamo con certezza, ma notizie documentate di questa festa popolare molto sentita e partecipata risalgono al 1703. In una "Cronaca" in tale data, lo storico abruzzese Diego Marciano racconta della festa, della grande partecipazione popolare, delle preparazioni precedenti, con dovizia di particolari. I festeggiamenti avvenivano e tuttora si svolgono il 6 dicembre e la prima domenica di maggio. La settimana prima viene macinato il grano per ottenerne farina, che alla vigilia della festa sarà impastata su lunghe tavole, la mattina dopo la lievitazione dall'impasto si otterranno piccoli pani su cui verrà impresso l'antico sigillo del santo di Mira, subito avviate alla cottura in forno da una processione di fanciulle che portano in testa, in equilibrio, le tavole con i pani. Nel primo pomeriggio i deputati della confraternita preparano 9 enormi caldai con acqua e fave precedentemente tenute in ammollo. Al gruppo, fra deputati e cittadini, che per primo fa bollire il caldaio, come in una sorta di competizione, vengono assegnati premi in natura. A cottura ultimata le fave lesse saranno distribuite ai fedeli e consumate insieme ai pani e al vino. Questa antica tradizione si ritiene abbia avuto origini durante una delle ricorrenti carestie, in cui la popolazione di Pollutri venne salvata dalla fame, da un pugno di fave donate dal santo durante uno dei numerosi viaggi in occidente. (tel. 0873 907359)

6.2.5 Dove mangiare

Osterie, agriturismi e cibo di strada

Carunchio	Palazzo Tour d'eau	Via Monte, 8 tel. 0873 957006; cel. 329 9854121; www.palazzotd.com Cucina montana in una dimora storica del 1730, lo chef Dino propone un bell'assortimento di antipasti, tra cui il fiadoncino salato con formaggio di pecora, tartufo e zafferano. Primi piatti con funghi, tartufi, cacciagione, cavatelli al ragù di ventricina e svariati secondi di carne
------------------	---------------------------	---

Cupello	Agriturismo Villa Ramignano	Contrada Ramignano tel. 0873 317886 Cucina familiare in una dimora colonica. Le materie prime sono prodotte in azienda e elaborate con semplicità, dagli antipasti numerosi e ruspanti ai ravioli di ricotta, carni alla brace e al forno, dolci e marmellate.
	Pizzeria Lo Scarabeo	Corso Mazzini, 3 tel. 0873 316422 Nel centro del paese, propone una ricca offerta di pizze e di focacce tra cui l'originale "cupellese" con carciofi e ventricina. Ottime anche le "ndrocchie" al sugo di castrato e le carni alla brace.
Roccaspinalveti	Agriturismo Villa Olmi	Contrada Santa Giusta, 1 tel. 0873 959129; cel. 349 0548079; mail pasqualinobatt@tiscalinet.it La cucina è quella tradizionale del territorio montano reinterpretata dall'estro di Sonia cuoca diplomata a Villa S. Maria, l'azienda agricola che fornisce quasi tutte le materie prime è condotta biologicamente da Pasqualino. Fra le specialità: paste fresche e pane fatti con antichi cereali e i salumi tipici fra cui l'immane ventricina ottenuti da suini allevati allo stato brado.
Scerni	Fattoria dell'uliveto	Contrada Ragna, 61 tel. 0873 914173 La famiglia Di Lello propone con meticolosità e professionalità i piatti del territorio, con uno sguardo rivolto alla ricca cucina tradizionale scernese. Tra i piatti "lu ss'ame", minestra di legumi e cereali, "li ndurcillune" maccherone pieno e spesso, simile a "lu rentrocele" frentano, con il sugo di castrato di pecora, coniglio ripieno, anatra al forno e le ciammaiche (lumache di terra) al sugo
	Fonte Maggio	Contrada Caltrucci, 33 tel. 0873 914525; cel. 347 5478250; www.agriturismofontemaggio.it La cucina è quella tradizionale abruzzese, pasta fresca e pane fatti in casa, tra gli antipasti salami e ventricina, fra i primi piatti si segnalano il timballo di carciofi, gli gnocchetti e melanzane. Fra i secondi, coniglio ripieno, pollo con le mandorle, a chiudere tarallucci e bocconotti

6.2.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

Carunchio	Carni e salumi	La Genuina Via Provinciale 8 (tel. 0873 954215) Luciano e Domenica Caracciolo nel laboratorio situato in uno storico palazzo di pietra, producono i salumi tipici del territorio tra cui spiccano la ventricina, il filetto e il capocollo, che vengono stagionate nelle cantine sottostanti
Cupello	Carciofi e frutta	Cooperativa San Rocco Via G. Di Vittorio, 3 (tel. 0873 317568; cel. 335 1280743) La cooperativa dal 1961 si occupa di organizzare la produzione e la vendita del tipico carciofo di Cupello, la "mazzaferrata", fresco durante la primavera, sottolio e in patè negli altri mesi dell'anno. Nella stagione estiva commercializza albicocche e pesche.
Guilmi	Carni e salumi	Daniele Di Nardo Via Pozzo, 1 (tel. 338 2451115) Daniele e Francesca gestiscono con passione l'azienda e affiancano alla produzione della tipica ventricina del vastese, anche quella di spezie della macchia mediterranea e conserve di pomodori
Palmoli	Carni e salumi	Carlo D'Aloisio Contrada Monte Freddo, 1 (tel. 0873 950237) II signor Carlo appassionato allevatore e competente salumaio, trasforma le carni dei propri maiali nei salumi tradizionali del vastese e in prelibate ventricine.
		Piero Zocaro Contrada Cesana (tel. 0873 950165) Allevatore di maiali allo stato semibrado e esperto salumaio produce eccellenti salumi della tradizione fra cui la tipica ventricina del vastese
Pollutri	Carni e salumi	Centro carni Marcucci Via Filichieri, 1 (tel. e fax 0873 900355, cel. 349 8233427) Vincenzo e Luigia gestiscono la salumeria paterna avviata nel 1985 dal papà Umberto. Diversi i salumi tradizionali prodotti fra cui la caratteristica ventricina

Roccaspinalveti	Formaggi	<p>Caseificio La Bruna Contrada San Leonardo (tel. 0873 954132) Da le proprie mucche di razza Bruna alpina, allevate con il metodo della agricoltura biologica, Alberto e Mario producono latte che trasformano nel piccolo caseificio soprattutto in formaggi a pasta filata, fiordilatte, stracciate, trecce, appassite e caciocavalli, ma anche in giuncate, caciotte e ricotte</p>
Scerni	Formaggi	<p>La Perla dell'Adriatico Contrada Bardella (tel. 0873 919471) Produce con latte di mucche allevate nel medio e alto vastese, formaggi a pasta filata, fior di latte, trecce, stracciata, e caciotte di fresche e semi stagionate</p>
	Salumi	<p>Fattorie del tratturo Contrada Ragna, 61 (tel. 0873 914173; www.ventricina.com) I fratelli Di Lello animatori dell'Accademia della ventricina nonché abili salumai, propongono una rassegna completa della norcineria del vastese, ottenuti da animali allevati allo stata semi brado. Fra le diverse tipologie si segnala la tipica ventricina.</p>

6.3 Archeologia, arte e natura

(San Salvo – Celenza 28 Km; Celenza - Torrebruna 5 Km; Torrebruna - Schiavi d’Abruzzo 13 Km; Schiavi d’Abruzzo – Castiglione Messer Marino 9 km)

6.3.1 Comuni compresi nell’itinerario

Comune	Zona	Ammissibile Leader
Castelguidone	D	Si
Castiglione Messer Marino	D	Si
Celenza sul Trigno	C	Si
Dogliola	C	Si
Fresagrandinaria	B1	Si
Lentella	B1	Si
San Giovanni Lipioni	C	Si
San Salvo	B1	No
Schiavi di Abruzzo	D	Si
Torrebruna	D	Si

6.3.2 Descrizione dell’itinerario

Il **parco archeologico del Quadrilatero di San Salvo** (tel. 0873 346072-347, 7022309) è nel centro storico di San Salvo, a 7 Km da Vasto in direzione sud, e coincide con il nucleo originario della città. Comprende due musei, un acquedotto ipogeo di epoca romana e un’area archeologica con strutture romane, tra cui un pregevole mosaico policromo. Un viaggio nel tempo lungo 3.000 anni che narra della civiltà frentana e del culto dei defunti, delle intense attività commerciali di epoca romana, della potente comunità monastica cistercense dei Santi Vito e Salvo (sec. XIII). Da San Salvo imbocchiamo la Trignina fino all’uscita Celenza sul Trigno. Con impegnativi tornanti arriviamo nel borgo a picco sulla vallata: da vedere la torre fortificata (sec. XII-XIV), tomba dei d’Avalos Pignatelli nella parrocchiale e il Santuario di San Donato, dove fino agli anni Ottanta si svolgeva il rito della “pesatura dei Lunatici” che richiamava fedeli dall’Abruzzo e dal Molise (su uno dei piatti di una rudimentale bilancia veniva fatto salire il malato di epilessia e sull’altro si deponiva grano fino a pareggiarne il peso, mentre il sacerdote recitava esorcismi per allontanare il “*male lunatico*”). Continuando la salita si arriva a Torrebruna, feudo dei Caracciolo e dei d’Avalos, rinomata per la produzione di tartufo, e alla frazione di Guardiabruna (chiesa settecentesca e palazzo baronale), tra i torrenti Cerreto e Persana; quindi, proseguendo sulla SS 86 si può deviare verso l’**area archeologica di Schiavi d’Abruzzo** (tel. 0873 944072; 320 4871393). Il sito è lungo la provinciale che dalla fondovalle sale al paese, su di un altopiano che domina la vallata sottostante e i monti del Matese. Il complesso, vestigia del popolo italico dei Sanniti, è costituito da due templi, il Maggiore (II sec a.C.) e il Minore (I sec a.C.), disposti parallelamente, da un altare monumentale, da una necropoli e da un altro edificio sacro, abbandonato poco dopo la Guerra sociale (91-89 a.C.). Tornando sul tracciato principale, la strada sale a 1.000 metri di quota e, tra l’alveo del Sente e le sorgenti del Treste e del Sinello è incastonato Castiglione Messer Marino, meta di amene passeggiate che giungono fino alla grande cascata del Sinello e sede del Museo delle tradizioni familiari (tel. 0873 944072; 320 4871393). Escursione consigliata è quella alla **Lupara** con il suggestivo **santuario della Madonna del Monte**.

6.3.3 Prodotti tipici ed attrattori enogastronomici presenti nell’itinerario

Olio extravergine di oliva
Vino Montepulciano
Vino Trebbiano
Vino Cerasuolo
Vino cotto
Pasta fresca
Porchetta
Salsicciotto

Ventricina del vastese
Carne di marchigiana
Caciocavallo abruzzese
Pizza Scime
Fiadone
Cavalli, pupe, cuori
Celli pieni
Miele
Tartufo
Pesche di San Salvo
Patata di montagna

6.3.4 Altri attrattori di carattere identitario

L'oasi naturalistica posta all'estremità nord della spiaggia di San Salvo, un'area protetta di circa 10 ettari, ospita il **Giardino Botanico Mediterraneo**, unico giardino dunale della Costa Adriatica, e il Centro di recupero per le tartarughe di mare. Qui sono stati ricostruiti gli ambienti tipici della costa sabbiosa medio adriatica e l'ambiente umido retrodunale è l'habitat ideale per molte specie di uccelli migratori, anfibi e testuggini palustri. (tel. 339 5341704, 349 6146658)

6.3.5 Dove mangiare

Consigli dalle guide italiane: Osterie d'Italia, Ristoranti d'Italia (di Gambero Rosso) I ristoranti d'Italia (de l'Espresso)

San Salvo	Al Metrò	Via Magellano, 35 tel. 0873 803428 Giovani e appassionati i fratelli Antonio e Nicola Fossacea: propongono una cucina di mare innovativa e al tempo stesso semplice, piena di tecnica e incredibilmente rispettosa dell'essenza della materia prima; buona carta dei vini con selezione di spumanti e champagnes. Chiuso domenica sera e lunedì.
	Osteria delle Spezie	Corso Garibaldi, 44 tel. 0873341602 Ambiente accogliente e intimo, severa selezione di soli produttori locali: questo il segreto di Giancarlo Cilli e dei suoi menù di terra, sempre di qualità e sapientemente profumati. Chiuso mercoledì, in inverno domenica sera.
	Ristorante Marina	Via Pigafetta, 70-Statale 16, piazzale Agip tel. 0873 803142 Atmosfera cordiale e solo pescato giornaliero, con buona variazione di "crudo", abbondante carrellata di antipasti e ottima preparazione di brodetto. Chiuso domenica e lunedì sera

6.3.6 Prodotti e produttori segnalati lungo l'itinerario

Celenza sul Trigno	Miele e conserve	Fattoria Licineto Via Vittorio Emanuele, 3 (tel. 0873 958180) Il signor Costantino apicoltore produce ottimi mieli sia millefiori che di sulla, forse il più tipico dei mieli della provincia, nonché confetture di amarene al miele, spezie in vasetti e conserve di pomodori. Tutti i prodotti provengono da agricoltura biologica
	Tartufi	Il tartufo di Ennio Loc. Martinelle (tel. 380 7060034; 360 365055) Ennio insieme ai suoi figli cerca tartufi che vende tal quali o trasforma in paté, scaglie sott'olio, olio aromatizzato. Le tipologie sono lo scorzone estivo, tartufi neri e bianchi
Lentella	Olio extravergine d'oliva	Il Bosco degli Ulivi Contrada Fonte Puteo. 5 (tel. e fax 0873 549837; mail info@ilboscodegliulivi.it; www.ilboscodegliulivi.it) Relativamente giovane l'azienda agrituristica di Vittoriano Pracilio, in splendida posizione tra la valle del Trigno e il mare, produce oli extravergini di qualità. Di particolare interesse l'extravergine monocoltivata Ascolana tenera

San Salvo	Prodotti della terra	<p>Il Negozio Via Gargheta, 2 (tel. 0873 346172; www.eurotrigno.com) Punto vendita della Coop. Euro-ortofrutticola del Trigno, vi si trovano frutta e ortaggi a Km 0, dal produttore al consumatore, ma anche sottoli e conserve, un modo intelligente di acquistare prodotti della terra della zona, contenendo i costi</p>
Schiavi D'Abruzzo	Carni e salumi	<p>Di Carlo Vittorio Contrada Valloni, 5 (tel. 0873 970250) Il signor Vittorio appassionato norcino, trasforma le carni dei propri maiali nei salumi tipici del vastese e in prelibate ventricine</p>
	Tartufi	<p>I sapori della terra Contrada Badia, 59 (tel. 0873 979379; 339 754631) Raccoglitori di tartufi, scorzoni, nero e bianco vengono trasformati in salse, paté e sottoli, nell'attrezzato laboratorio. E' possibile acquistare i tartufi, neri e bianchi, anche freschi</p>