



Montagna
inverno



2

Sciare in Abruzzo



8

Le località del turismo montano invernale



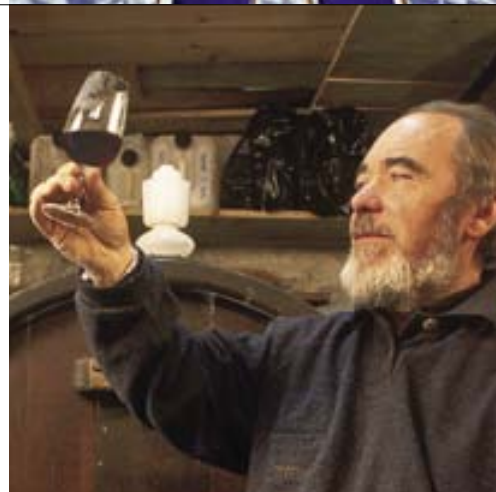
24

La proverbiale ospitalità dei nostri monti



28

Uno scrigno di saperi & sapori



Sciare in Abruzzo

UN MONDO DI NEVE



Le maggiori stazioni sciistiche dell'intero Appennino, centinaia di chilometri di piste, ottimi standard di innevamento, impianti modernissimi e funzionali, una rete di strutture e servizi integrativi efficiente e completa: agli amanti della neve, l'Abruzzo non pone più limiti.



nel cuore del Mediterraneo

L'Abruzzo è terra di montagne. È sufficiente spaziare con lo sguardo lungo l'orizzonte, in qualsiasi angolo della regione ci si trovi, per incontrare filari di cime rocciose che, allineate come soldatini di piombo, sventano verso il cielo. Sono i massicci della Majella, del Gran Sasso, della Laga, del gruppo Sirente-Velino, solo per citare i più grandi e noti. Un fantastico mondo di alta quota che costituisce il più formidabile complesso montano dell'Appennino (con caratteristiche a volte alpine), collocato strategicamente nel centro dell'Italia e del Mediterraneo. Grandi complessi montuosi, caratterizzati da un forte e duraturo innevamento, attrezzati con stazioni ed impianti turistici numerosi e spesso assai qualificati, e – soprattutto – vi si scoprono ambienti ottimali e ben differenziati per la pratica ad alto livello di ambedue le tipologie principali di sport con gli sci: la discesa e il fondo. Le aree degli alti rilievi montani sono perfette per la pratica dello sci alpino (la discesa), mentre la vastità dei numerosi altipiani, più o meno movimentati, offre luoghi ideali per la pratica dello sci nordico (il fondo).

La disponibilità di piste per centinaia e centinaia di chilometri offre agli appassionati della neve tante possibilità di svago; moderni impianti ed una vasta rete di servizi turistici integrativi, efficienti e sempre in crescita hanno mutato la vita di tanti piccoli borghi di

L'integrazione fra gli ottimi standard delle stazioni sciistiche abruzzesi e la qualità dei valori ambientali ed umani è il vero punto di forza del turismo invernale in Abruzzo.





montagna, che hanno saputo trasformarsi con garbo ed armonia, facendo della neve il loro business senza perdere la propria identità. Grazie alla comoda e moderna rete stradale interna e al potente dimensionamento del parco mezzi antineve (che vede impegnati ANAS, amministrazioni locali e consorzi gestori degli impianti), tutte le stazioni sono sempre regolarmente raggiungibili, anche in caso di forti nevicate. Un'ottima accessibilità alla regione è garantita dalla rete autostradale (autostrade A14, A24 e A25) e dalle superstrade di raccordo, oltre che dall'altrettanto capillare rete ferroviaria e dall'Aeroporto d'Abruzzo di Pescara: un sistema integrato di trasporti che consente a decine di migliaia di appassionati, dai grandi centri come Roma e Napoli di frequentare le piste abruzzesi anche quotidianamente. Il testimone più autorevole di questa possibilità è stato Giovanni Paolo II che, in passato, più di una volta è venuto tra queste vette per trascorrere qualche ora sulle nevi d'Abruzzo, spinto dalla sua nota passione per la montagna e per lo sci. Ma il buon innevamento delle piste, che si protrae spesso fino a primavera inoltrata, rende le stazioni sciistiche abruzzesi mete interessanti anche per le classiche settimane bianche, durante le quali si possono seguire i corsi di sci tenuti dai qualificati maestri presenti in tutte le località. La maggior parte degli impianti è in provincia di L'Aquila, ma anche il versante teramano del Gran Sasso e la Majella offrono impianti e strutture complementari di buon livello. Fra tutte le stazioni abruzzesi spicca il Comprensorio sciistico dell'Alto Sangro, che si rivela essere il più vasto di tutta l'Italia centro-meridionale e addirittura il settimo comprensorio sciistico a livello nazionale per

qualità complessiva delle piste e dei servizi. Del Comprensorio fanno parte i comuni di Roccaraso, con i suoi eleganti negozi e i maggiori impianti sportivi; Rivisondoli, famoso per il suo Presepe Vivente; Pescocostanzo, col suo eccezionale centro storico rinascimentale e barocco.

Le possibilità di pratica degli sport invernali in Abruzzo non si limitano ai più noti, vale a dire sci da discesa e snow-board: per l'eccezionale varietà dei loro ambienti naturali, le montagne abruzzesi consentono infatti la pratica di ogni altro sport sulla neve: innanzitutto il fondo, che in Abruzzo ha tradizioni gloriose e teatri di prim'ordine, sia agonistico che escursionistico.

Le opportunità per la pratica dello sci di fondo sono innumerevoli, in ambienti spesso affascinanti e carichi di storia. Si possono seguire gli anelli che portano fino al cuore del secolare bosco di Sant'Antonio, nei pressi della bella Pescocostanzo, o quelli che si snodano fra le faggete del Parco Nazionale d'Abruzzo, dove lo spettacolo che si offre all'appassionato è davvero impagabile. E se il fondo lo si vuole praticare lontano dalle piste battute, sulla neve immacolata, non c'è che l'imbarazzo della scelta. Splendidi itinerari sono offerti un po' da tutte le montagne e le valli d'Abruzzo; fra queste, spiccano l'altopiano di Campo Imperatore, gli altipiani maggiori d'Abruzzo, le rive del lago di Campotosto, o gli ampi pendii che attraversano le fitte faggete della valle di Chiarano, i Piani di Pezza. Anche gli appassionati dello sled-dog, la corsa con le slitte trainate da mute di cani resa celebre dai film, non hanno difficoltà a praticare il loro sport preferito. L'energia degli husky può essere liberata negli



ambienti degli altipiani abruzzesi, che sono perfettamente in grado di rievocare le atmosfere del Grande Nord ma illuminati dalla calda luce del sole mediterraneo. Nella piatta vastità che si troverà a percorrere, il conduttore della slitta non potrà evitare di restare incantato di fronte allo spettacolo offerto dalle guglie innevate del Corno Grande a Campo Imperatore, o dalla dolcezza dei rilievi che fanno da corona al Piano delle Cinquemiglia.

Per lo sci-alpinismo, le pareti del Gran Sasso o l'ampio terrazzo della Majella, con vista sul mare o sulle altre cime, offrono teatri d'azione di eccezionale qualità, ma riservati ai soli esperti. Ovunque, in Abruzzo, l'amante della neve potrà soddisfare la sua passione, grazie alle numerose scuole, ai maestri di sci, le ottime guide alpine e accompagnatori di media montagna, gli uomini del CAI, le numerose e vivaci associazioni che raggruppano gli appassionati entusiasti delle novità sportive più trendy, e infine un efficiente Soccorso Alpino, capace di ogni tipo di intervento per l'assistenza al turista e allo sportivo.

E se non si dispone dell'attrezzatura necessaria, o si vogliono semplicemente conoscere un po' gli sport invernali prima di attrezzarsi di tutto punto, si può sempre contare su una fitta rete di punti per il noleggio delle attrezzature, che mette ogni turista in condizioni di cimentarsi con le nevi d'Abruzzo equipaggiato al meglio. Bar e ristoranti, baite e rifugi si affacciano direttamente sulle piste, dando la possibilità di rilassarsi tra una discesa e l'altra, abbronzarsi sotto il mediterraneo sole della montagna d'Abruzzo, o scaldarsi allo scoppiettante fuoco di un camino.

Dopo aver sciato c'è solo l'imbarazzo della scelta per proseguire

la giornata e la serata, anche per chi ama fare le ore piccole tra musica e allegria. Gran parte delle principali località sciistiche abruzzesi fa infatti perno su deliziosi borghi e paesi di montagna, molti dei quali hanno una storia millenaria. I loro centri storici, ben attrezzati con ristoranti e pub, bar e locali di ritrovo, vantano spesso palazzi e castelli, musei e chiese ricche di tesori d'arte, tutti da scoprire ed ammirare; ci sono poi i poli espositivi e i Centri Visita dei Parchi, per svelare le meraviglie naturali che il territorio custodisce. E tutta questa storia spiega le tradizioni secolari che animano la vita di questi luoghi: artigianato, gastronomia, manifestazioni. Dopo essersi divertiti sulla neve ci si ristora gustando i piatti della tradizione, cucinati nei mille ristoranti ed agriturismo che costellano l'Abruzzo montano. Sapori che si possono portare anche a casa propria, facendo acquisti nelle botteghe di prodotti tipici locali.

Accanto alle tradizioni gastronomiche, è interessante in Abruzzo anche la varietà delle manifatture d'artigianato artistico: innanzitutto la maiolica, che ha in Castelli uno dei centri di produzione storica più importanti d'Europa, e l'oreficeria, che conta gioielli raffinatissimi e luoghi di produzione di grande tradizione come Pescocostanzo e Scanno, ma anche Guardiagrele, Orsogna, L'Aquila, Sulmona, Castel di Sangro. Le arti del merletto a tombolo, del ferro battuto, del rame, del legno, del cuoio sono le voci più importanti di questa tradizione artistica e produttiva che porta con sé l'abilità di generazioni di artigiani.







“Una scivolata bellissima, quanto mai veloce, che supera nettamente come discesa il Nuvolau di Cortina”. Con queste parole, nell’ormai lontano 1923, l’alpinista e sciatore lombardo Aldo Bonacossa descriveva la discesa dai 2912 metri del Corno Grande; egli fu il primo a visitare con gli sci ai piedi il “tetto” d’Abruzzo e dell’Appennino. Oggi la discesa dalla cima più elevata del Gran Sasso è ancora riservata agli sciatori-alpinisti esperti, ma gli sport della neve sono ormai di casa su tutte le montagne d’Abruzzo. Tra il Gran Sasso e la Majella, il Velino-Sirente e i monti del Parco Nazionale d’Abruzzo, le Cinquemiglia e i Monti Carseolani e Simbruini, una fitta rete di stazioni sciistiche ben attrezzate è a disposizione degli appassionati. Il ricco e vario panorama dei domaines skiabiles abruzzesi include stazioni particolarmente adatte allo sciatore di gusti sportivi, e altre che possono accogliere nel modo migliore i principianti e i gruppi familiari. È bene ricordare che il panorama dell’Abruzzo bianco non si ferma agli impianti a fune e alle relative piste da discesa delle località che sono elencate in queste pagine. Una vasta scelta di anelli battuti e itinerari escursionistici è a disposizione degli appassionati del fondo, mentre chi preferisce lo sci-alpinismo può puntare verso le quote più alte della regione e dell’intero Appennino

Le località del turismo MONTANO



LO SCI DI DISCESA

San Giacomo - Monte Piselli

Le panoramiche piste di Monte Piselli si snodano sul versante settentrionale del massiccio calcareo della Montagna dei Fiori, che segna il confine tra l'Abruzzo e le Marche, e offrono ampi panorami con vedute mozzafiato sulla valle del Tronto, i Monti della Laga e i Monti Sibillini. Le piste si raggiungono più facilmente salendo da Ascoli Piceno e dal litorale adriatico al confine con le Marche, anche se il comprensorio si trova interamente in provincia di Teramo. La seggiovia e i tre skilift della località, che fa perno turisticamente sui due alberghi di San Giacomo, servono circa 5 Km di piste. La base degli impianti è posta a 1105 metri di quota.

Prati di Tivo

Storica stazione sciistica del teramano. Comodamente raggiungibili dal suggestivo centro storico di Pietracamela, le piste dei Prati di Tivo si snodano ai piedi del versante settentrionale del Corno Piccolo, la vetta rocciosa più elegante del massiccio del Gran Sasso. Dal piazzale dei Prati, a quota 1450 metri, partono 2 seggiovie e 2 skilift e la vertiginosa seggiovia che sale ai 2000 metri dell'Arapietra, il crinale ai piedi del Corno Piccolo da cui ci si affaccia sul Corno Grande. Questi impianti servono 10 Km di piste di discesa, cui si affianca una pista da fondo. La zona, celeberrima d'estate per le sue possibilità di escursioni e ascensioni, è ricca di



Le stazioni abruzzesi di sci alpino

San Giacomo - Monte Piselli
Prati di Tivo
Prato Selva
C. Imperatore - Monte Cristo
Campo Felice
Ovindoli - La Magnola
Marsia
Campo Rotondo
Pescasseroli

Scanno
Roccaraso
Rivisondoli
Pescocostanzo
Pizzoferrato e Gamberale
Passolanciano - La Majelletta
Campo di Giove
Pacentro - Passo San Leonardo

invernale abruzzese

itinerari per lo sci fuoripista e lo sci-alpinismo. Tra i Prati di Tivo e la vicina Pietracamela sono in funzione sette alberghi.

Prato Selva

Questa piccola ma suggestiva stazione sciistica si trova ai piedi dei boschi del Monte Corvo, nel cuore del versante teramano del Gran Sasso, a 1400 metri di quota ed offre agli appassionati dello sci alcune delle più lunghe discese del massiccio. Una lunga e pittoresca seggiovia sale nel bosco fino ai 1800 metri di Colle Abetone, ed è affiancata più a valle da una modernissima seggiovia e da un tapetto mobile per l'insegnamento. È disponibile un albergo alla base delle piste e 4 Bed & Breakfast nel bel centro storico di Fano Adriano.

Campo Imperatore - Monte Cristo

In vista dei 2912 metri del Corno Grande, la vetta più elevata del Gran Sasso e dell'intero Appennino, lo storico albergo di Campo Imperatore (2130 metri) è al centro del più alto comprensorio sciistico dell'Abruzzo, che sale con i suoi skilift in direzione dei 2233 metri del Monte Scindarella. In estate può essere raggiunto anche grazie ad una strada molto panoramica che si snoda tra alte montagne e strette vallate; in inverno, la neve ne impone la chiusura e quindi Campo Imperatore può essere raggiunto solamente con la funivia che parte dalla stazione base ai 1120 metri di Fonte Cerreto, poco sopra il casello Assergi dell'autostrada A24 Roma-Teramo. La quota elevata favorisce un ottimo innevamento per buona parte dell'inverno. A valle di Campo Imperatore, la conca di

Monte Cristo (1450 metri) ospita altri 4 skilift e alcune piste più brevi. L'altopiano di Campo Imperatore offre grandi possibilità agli appassionati del fondo, mentre i canaloni del Gran Sasso consentono innumerevoli itinerari di fuoripista e sci-alpinismo. Il più classico tra questi è la discesa dei Tre Valloni, dall'albergo alla base della funivia. A Campo Imperatore sono disponibili un albergo e un ostello, mentre quattro alberghi sono in funzione a Fonte Cerreto, dove si trova la stazione base della funivia. Data la grande vicinanza è possibile utilizzare anche le strutture ricettive dell'Aquila e delle frazioni vicine, come Assergi, Camarda e Paganica.

Campo Felice

Questa stazione invernale è assai frequentata dagli sciatori della Capitale che la raggiungono comodamente attraverso la A24 Roma-Teramo in meno di un'ora. Il comprensorio di Campo Felice si distende poco a sud dell'Aquila, alle pendici del massiccio del Velino. Gli impianti di risalita, compresi tra i 1400 e i 2064 metri di quota, includono 8 seggiovie (di cui cinque quadriposto), due sciovie e due manovie e servono 20 piste da discesa per complessivi 40 Km di sviluppo, buona parte con innevamento programmato, di cui cinque tracciati più brevi utilizzati dalle scuole di sci. Il fondista trova a sua disposizione le piste che si snodano sull'altopiano di Campo Felice e vari itinerari a carattere escursionistico. Per un soggiorno prolungato si può scegliere tra i due alberghi di Lucoli e della vicina Casamaina, i due alberghi di Rocca di Cambio e l'unico albergo che sorge nella conca di Campo Felice.



Ovindoli - Magnola

Ovindoli è una delle stazioni sciistiche più note e più frequentate d'Abruzzo, e rappresenta la porta del suggestivo altopiano delle Rocche, un vasto pianoro che separa i massicci del Velino e del Sirente. Si raggiunge facilmente dall'autostrada A25 Roma-Pescara. Gli impianti che salgono da quota 1450 verso i 2220 metri del crinale del Monte Magnola includono una modernissima telecabina (agganciamento automatico, 8 posti, portata 3000 persone a ora) quattro seggiovie, quattro sciovie, più un tapis roulant coperto più lungo d'Europa (235 metri) che servono una ventina di interessanti e panoramiche piste di discesa per uno sviluppo totale di quasi 30 chilometri. La stazione è dotata inoltre di 10 Km di piste con innevamento programmato e di una serie di percorsi per il fondo con anelli da 3 e 5 Km a 1900 metri di quota. Sono in funzione undici alberghi, con possibilità di utilizzare anche le strutture ricettive dei vicini centri di Rovere e Rocca di Mezzo.

Marsia

Circondata dalle fitte faggete dei Monti Carseolani e Simbruini, la piccola stazione sciistica di Marsia offre agli sciatori belle piste immerse in un'atmosfera tranquilla e fuori dal tempo. Dai 1450 metri della stazione, una seggiovia e tre skilift salgono verso i 1740 metri del Monte Midia, e servono tre piste da discesa, cui si affiancano un anello battuto e numerosi itinerari escursionistici per il fondo. Oltre all'unico albergo della località, è possibile

usufruire delle strutture ricettive della vicina Tagliacozzo.

Campo Rotondo

La stazione sciistica si raggiunge in breve dal centro di Cappadocia e offre delle piacevoli discese tra i fitti boschi dei Monti Carseolani. Tre skilift salgono dai 1450 metri di Campo Rotondo verso i 1750 della Monna Rosa e servono varie piste di discesa. La zona offre inoltre ottime possibilità al fondista. A Campo Rotondo sono in funzione 2 alberghi.

Pescasseroli

Questa località turistica e sciistica nel cuore del Parco Nazionale d'Abruzzo L. M., tra boschi e vette popolate dal lupo, dal camoscio e dall'orso, permette di sciare sulle piste che si snodano sui fianchi del Monte delle Vitelle, a ovest della valle del Sangro e del centro storico di Pescasseroli. Due seggiovie e cinque skilift danno accesso a dodici piste di discesa suddivise tra tutti i livelli di difficoltà (tre nere, sei rosse, quattro azzurre), due campi-scuola, uno snowpark e una pista per gommoni da neve. Gli appassionati del fondo hanno a disposizione le piste di Opi-Macchiarvana e i molti itinerari escursionistici che iniziano proprio dai dintorni del paese. La località dispone di oltre 40 strutture ricettive, alcune dotate anche di centro benessere.

Scanno

Il borgo è celebre in tutto il mondo per il suo splendido centro storico, fotografato da grandi nomi internazionali come Cartier Bresson e Giacomelli, e per il suo lago che separa i monti del Parco





Nazionale d'Abruzzo dal selvaggio massiccio del Monte Genzana. In inverno Scanno permette agli appassionati dello sci di scegliere tra due zone sciistiche dalle caratteristiche diverse. La seggiovia principale parte dai 1050 metri del paese e consente di salire ai 1615 metri del rifugio di Monte Rotondo; intorno ad esso altre tre seggiovie servono il comprensorio bianco più esteso della zona. Quattro skilift partono poi dai 1560 metri della vicina località di Passo Godi e servono alcune piste più brevi; qui sono anche un tappeto mobile e un parco per gommoni da neve. Sul valico del passo è in funzione un anello per il fondo, cui si affiancano vari itinerari escursionistici. A Scanno e sulle rive del lago sono in attività circa 25 strutture ricettive di vario tipo.

Roccaraso

Roccaraso può essere considerato la porta dell'altopiano delle Cinquemiglia per chi arriva dalla Campania e dal Molise; si tratta di una delle stazioni sciistiche più note e attrezzate dell'intero Abruzzo. Alcuni impianti e alcune brevi piste sono a poca distanza dai 1236 metri del paese, ma il comprensorio più interessante è quello dell'Aremogna-Pizzalto, che sale dai 1500 metri dell'omonimo altopiano ai 2140 metri delle Toppe del Tesoro. L'area sciistica è attrezzata con una modernissima cabinovia a sei posti dotata di agganciamento automatico, ben otto seggiovie e dodici skilift che servono oltre 60 Km di piste di tutte le difficoltà: si va infatti dal campo scuola alle piste omologate per gare nazionali e internazionali. Queste ultime sono collegate con altri 48 Km di piste servite dagli impianti della vicina stazione invernale di Rivisondoli-Monte Pratello; anche su di esse si scia con lo skipass Alto Sangro, lo stesso utilizzato

per sciare sulle piste di Pescasseroli e Pescocostanzo. Nelle aree più pianeggianti, a varie altitudini, sono disponibili interessanti tracciati ad anello per praticare il fondo. Le capacità ricettive del comprensorio sono notevoli, con una trentina di strutture ricettive, categorie 3 stelle e vari B&B. Notevoli poi le strutture accessorie per il tempo libero e lo sport, spesso convenzionate con le strutture ricettive, fra le quali si segnalano il palaghiaccio, la piscina coperta e riscaldata, attrezzata con scivoli, idromassaggio e giochi d'acqua di vario tipo, il bowling, il cinema, sale giochi, bar, ristoranti e locali di ogni tipo, oltre a un gran numero di negozi e lussuose boutiques.

Rivisondoli

Affacciata da oriente sull'altopiano delle Cinquemiglia, Rivisondoli è la porta di accesso all'importante comprensorio sciistico che sale dai 1390 metri della base degli impianti ai 2056 metri del Monte Pratello. La cabinovia con agganciamento automatico, le due seggiovie e i sei skilift del comprensorio servono egregiamente i 48 Km di piste di discesa, molte delle quali di notevole sviluppo, collegate con quelle di Roccaraso Aremogna-Pizzalto che si estendono per oltre 60 Km. Le piste di Pratello offrono tutti i diversi livelli di difficoltà: si va infatti dal campo scuola a quelle omologate per gare nazionali e internazionali. Per il pernottamento è possibile scegliere tra una decina di hotel, per lo più a tre stelle, che si trovano in centro a Rivisondoli. Oltre alle strutture per il tempo libero e lo sport presenti a Roccaraso, che dista solo due chilometri, va segnalato il tradizionale e suggestivo Presepe Vivente che si svolge nella piana di Piè Lucente, ai piedi del borgo di Rivisondoli, ogni anno il 5 di gennaio.



Pescocostanzo

Celebre per il suo magnifico centro storico di stampo cinquecentesco e perfettamente conservato, Pescocostanzo offre allo sciatore belle piste tracciate tra i 1395 metri del paese e i 1743 metri del Monte Calvario, che svetta ad ovest. La seggiovia e i due skilift della località servono 15 Km di piste di varia difficoltà. Nel territorio di Pescocostanzo vanno segnalati anche gli interessanti anelli per lo sci da fondo tracciati nella suggestiva cornice naturale del bosco di Sant'Antonio. La ricettività alberghiera è sostenuta da alcuni alberghi e numerosissimi B&B, tutti di grande charme e qualità.

Pizzoferrato e Gamberale

Tra le rocce e i boschi dei Monti Pizi, all'interno del Parco Nazionale della Majella, si snodano le brevi ma interessanti e scenografiche piste di discesa (due azzurre e due rosse) di questo piccolo comprensorio sciistico, posto al confine tra i territori dei comuni di Pizzoferrato e Gamberale e servito da due skilift. La zona è particolarmente interessante anche per l'appassionato di sci di fondo. In ciascuna località è in funzione un albergo.

Passolanciano - La Majelletta

Uno dei più spettacolari comprensori sciistici d'Abruzzo, per via del fantastico panorama che offre agli sportivi, è quello di Passolanciano-La Majelletta, che si trova all'estremità settentrionale del crinale principale della Majella. Divenuto celebre grazie ai panorami di cui gode, con una visuale che spazia dalle piste fino al mare Adriatico, e all'ottimo innevamento, il bacino sciistico sale dai 1306 metri di

Passolanciano fino ai 1995 metri della cima della Majelletta.

La seggiovia e gli otto skilift della zona servono ben 16 piste di discesa ripartite tra tutti i diversi livelli di difficoltà: una nera, otto rosse, sette blu. Vengono poi tracciati anche due ampi anelli per lo sci di fondo. Nella zona sono in funzione sei alberghi, un rifugio gestito dal Club Alpino Italiano e un camping.

Campo di Giove

Ai piedi del ripido versante occidentale della Majella si trovano gli impianti sciistici di Campo di Giove, che salgono fino a quota 2350 sui pendii della Tavola Rotonda, e permettono quindi allo sciatore di toccare la più alta quota d'Abruzzo raggiungibile con sistemi meccanici di risalita, un vero e proprio record. Una cabinovia sale da quota 1150 ai 1652 metri del Guado di Coccia, il valico tra la Tavola Rotonda e il Monte Porrara intorno al quale sono in funzione tre skilift, destinati a servire complessivamente quasi 20 km di piste. Vengono poi tracciati anche 12 km di percorsi per il fondo. In paese e nella zona degli impianti sono in funzione numerosi alberghi e B&B.

Pacentro - Passo San Leonardo

Situato a 1282 metri di quota, Guado San Leonardo è il valico che la statale 487 attraversa tra Caramanico Terme e Pacentro, e rappresenta il punto nodale di una piccola stazione sciistica che dispone di due skilift, un tappeto di risalita per i principianti e sette chilometri di piste. La zona, favorita da un buon innevamento pur non trovandosi a quote eccessive, si presta bene per lo sci da fondo e lo sci-alpinismo; da qui si può partire infatti per escursioni sul Monte Morrone e sul Monte Amaro della Majella. La località dispone di un albergo.







LO SCI DI FONDO

Le valli e gli altopiani che intervallano le montagne d'Abruzzo sono il terreno ideale per gli appassionati dello sci nordico. Altopiani dolcemente ondulati, fitti boschi percorsi da carrarecce e mulattiere, valli in dolce pendenza sono realtà paesaggistiche in grado di offrire una straordinaria varietà di percorsi a chi ama lo sci di fondo. Oltre alle piste battute delle località sciistiche tradizionali, dove convivono piste per la discesa e circuiti per il fondo, appena descritte nelle pagine precedenti, vanno segnalati i comprensori sciistici dedicati esclusivamente al fondo.

Il Ceppo

È uno spettacolare valico, posto a 1334 metri di quota, che si trova nel cuore dei Monti della Laga. Una pista da fondo lunga 6 Km porta nel cuore del bosco Martese, il più fitto e spettacolare tra i molti che rivestono il versante orientale dei Monti della Laga. La località si raggiunge da Teramo (36 Km) o da Valle Castellana (17 Km).

Santo Stefano di Sessanio

Il borgo, dominato dall'imponente torre dei Medici, è uno dei più celebri d'Italia e si trova ai piedi dei primi monti del Gran Sasso, mentre il comprensorio sciistico è nello scenario fantastico della piana, nel cuore di Campo Imperatore.

Gli anelli per il fondo nel territorio di Santo Stefano di Sessanio distano 13 Km dal centro storico e si snodano attorno a quota 1573 metri nei pressi del lago Racollo.

Castel del Monte

Le piste da fondo di Castel del Monte si snodano all'estremità orientale della vasta piana di Campo Imperatore, tra il Piano di Cretarola e la Fonte Pietrattina, e sono molto celebri ed apprezzate dagli appassionati dello sci nordico di tutta l'Italia centrale. Il paese dispone di due alberghi ed alcuni B&B.

Piano di Pezza

Un'ampia vallata accessibile facilmente da Rocca di Mezzo e da Rovere, ma anche da Ovindoli, con piste che si snodano su uno dei più suggestivi e integri altopiani del Parco Sirente-Velino, e raggiungono le splendide faggete di Valle Cerchiata. All'ingresso del Piano, dove arriva la strada, è in funzione un piccolo rifugio.

Opi

Attorno ad Opi si trovano le piste da fondo più interessanti di tutto il Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

Esse si snodano sul magnifico altopiano della Macchiarvana, circondato da fitte faggete, tra il paese e il valico di Forca d'Acero. L'accesso alle piste si trova un chilometro a valle di Forca d'Acero.

Bosco di Sant'Antonio

L'area per il fondo si incontra poco a nord di Pescocostanzo, lungo la strada, ed è costituita da una splendida pista che si svolge tra i faggi secolari del Bosco di Sant'Antonio e l'ampia vallata erbosa che lo separa dai ripidi pendii del Monte Rotella.



LE ESCURSIONI IN SCI DA FONDO

Come tutti gli appassionati sanno, gli anelli battuti e le piste attrezzate per lo sci da fondo non esauriscono certo le possibilità a disposizione che i praticanti di questa disciplina hanno sulle montagne e nelle aree protette dell'Abruzzo.

Su tutti i massicci della regione, i numerosi boschi e gli ampi altopiani permettono facili ed entusiasmanti avventure ai fondisti, a patto che siano già almeno parzialmente padroni delle tecniche di progressione.

Anello dei Tre Laghetti

Si snoda al margine di Campo Imperatore ed è un percorso raggiungibile comodamente da Fonte Cerreto o Santo Stefano di Sessanio; lungo i suoi 16 Km offre straordinari panorami con vedute sul Corno Grande, la vetta più alta e spettacolare del Gran Sasso.

Piano del Voltigno

Lo si raggiunge da Villa Celiera percorrendo una strada che però non sempre è aperta d'inverno. Si tratta di un vasto pianoro situato al margine orientale del Gran Sasso che offre splendidi percorsi in ambiente solitario e ricco di fascino, con percorrenze che vanno dai 10 ai 14 chilometri.

Giro del Monte Puzillo

Questo percorso circolare si snoda per quasi 15 Km tra Campo Felice e il massiccio del Velino, scavalcando il valico di Morretano. È uno degli anelli più vari e divertenti d'Abruzzo. Una variante porta ai 2102 metri del rifugio Sebastiani.

Valle della Dogana

Nel cuore dei Monti Simbruini offre uno splendido itinerario con partenza da Marsia e lungo circa 15 chilometri. La zona può essere raggiunta anche da Campo Rotondo o da Pereto.

Fosso Fioio

Parte da Campo Rotondo, o dalla stazione sciistica di Campo Staffi (in provincia di Frosinone), e con una bella scivolata di 14 Km si arriva al rifugio di Campo Ceraso, nel cuore dei Monti Simbruini.

Valle d'Arano

La valle si apre ai piedi del Monte Sirente ed offre un facile itinerario di 8 Km con partenza da Ovindoli. Una ripida variante, di altri 6 Km tra andata e ritorno, porta alla Bocchetta Prato del Popolo, dove inizia la salita sci-alpinistica che raggiunge la vetta del Sirente.

La Cicerana

Dal Passo del Diavolo, e dall'omonimo rifugio, si percorre una pista di 8 Km che segue il tracciato di una bella carrareccia e porta a uno dei pianori più suggestivi del Parco d'Abruzzo. La zona è molto frequentata dall'orso marsicano, vero padrone di queste terre.

Dalla Macchiavarna a Pescasseroli

Una bella scivolata di 9 Km tra altopiani e faggete nel cuore del Parco. Il percorso permette di passare dagli anelli di fondo che si trovano vicino ad Opi raggiungendo Pescasseroli, centro principale dell'area protetta. Una ripida deviazione allunga il percorso di 6 Km (tra andata e ritorno) e conduce al santuario di Monte Tranquillo.



Da Pescasseroli al Piano di Terraegna

Un piacevole itinerario che si snoda per 12 Km tra i boschi del Monte Marsicano, tocca il rifugio di Prato Rosso, scavalcando la sella boscosa del valico di Terraegna.

Val Fondillo

È senza dubbio una delle valli più celebri del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise ed offre una facile e panoramica scivolata che arriva fino ai piedi del Monte Amaro di Opi e del Monte Marsicano.

Dal Passo Godi al Ferroio di Scanno

Poco a nord del valico di Passo Godi inizia un breve ma spettacolare itinerario che porta lo sciatore fino al margine della Riserva Integrale del PNALM.

Valle di Chiarano

Dall'altopiano delle Cinquemiglia si attraversano le rocciose Bocche di Chiarano, si sale quindi al rifugio dell'Imposto fino ai 1818 metri del lago Pantaniello, protetto da una piccola Riserva Naturale. Il percorso è di circa 20 Km e la zona può essere raggiunta in discesa dalle Toppe del Tesoro o dal Monte Pratello.

Da Deontra alla Piana Grande della Majelletta.

Da questa piccola frazione di Caramanico Terme inizia un bel percorso di 15 Km che conduce ai piedi del versante occidentale





della Majella, con vista sugli splendidi panorami offerti dalla valle dell'Orfento; in lontananza si scorge la piramide del Gran Sasso.

LO SCI-ALPINISMO

Sono sempre più numerosi, gli appassionati della neve che, dopo aver affrontato un più o meno lungo tirocinio sulle piste, si lanciano nell'entusiasmante avventura dello sci di alta montagna, che permette di vivere al meglio i valichi e le vette più alte. Per questi sportivi l'Abruzzo rappresenta un ottimo terreno di gioco, dato che offre numerose risorse naturali e comprensori perfetti anche per questa attività. Parlando di sci-alpinismo è bene però ricordare che si tratta di una disciplina sportiva assai impegnativa, anche se ricca di soddisfazioni, nella quale non si improvvisa mai. Questa pratica sportiva si svolge infatti su un libero terreno di montagna che può essere pericoloso a causa delle condizioni della neve. Per affrontarlo occorre necessariamente affidarsi a una guida alpina o aver frequentato un corso specifico organizzato dal Club Alpino Italiano. Tra i migliori percorsi per lo sci-alpinismo in Abruzzo si segnalano:

Monte Gorzano

Una facile e panoramissima gita che porta lo sciatore dal borgo di Cesacastina fino ai 2458 metri della vetta più elevata dei Monti della Laga, dalla quale si gode un panorama favoloso che spazia

fino al lago di Campotosto.

Traversata bassa del Gran Sasso

Una splendida scivolata sugli sci da Campo Imperatore ai Prati di Tivo passando per la Sella di Monte Aquila, il rifugio Garibaldi e infine scendendo nella suggestiva Val Maone.

Traversata alta del Gran Sasso

Si tratta di un percorso ricco di soddisfazioni ma decisamente più impegnativo del precedente, pur avendo come teatro la medesima vetta. In termini di quota tocca i 2912 metri della cima del Corno Grande. Per la salita si utilizza il canale della Direttissima, mentre la discesa avviene toccando il ghiacciaio del Calderone, il rifugio Franchetti e l'Arapietra.

Monte Camicia

Questa solitaria vetta di 2564 metri di quota è la mèta più nota del settore orientale del Gran Sasso. L'itinerario che la raggiunge inizia da Fonte Vetica, sulla piana di Campo Imperatore.

La Tavola

È un ampio pendio che offre un facile e classico itinerario tra gli impianti di risalita della Magnola di Ovindoli e il Piano di Pezza.

Canalone Majori del Sirente

Si tratta di uno splendido ma impegnativo itinerario che porta a risalire un ripido e severo canalone esposto a settentrione, arrivando fino ai 2358 metri della vetta del Sirente.





Versante meridionale del Sirente

Facile itinerario che ha come base di partenza Ovindoli e sale a toccare la Bocchetta Prato del Popolo, proseguendo quindi per i facili pendii della montagna.

Valle delle Rose

La particolarità di questa valle è quella di essere popolata dal più noto branco di camosci del Parco ed offre il più classico itinerario sci-alpinistico del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise, con punto di arrivo al rifugio di Forca Resuni.

Lago Vivo e Monte Tartaro

Un'altra splendida gita proposta nel cuore del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise, con vista sugli splendidi panorami del versante occidentale di Monte Petroso.

Versante occidentale del Monte Amaro

È la vetta più alta di tutta la Majella e si può raggiungere da Caramanico Terme salendo per il lungo crinale del Monte Rapina e del Monte Pescofalcone. La discesa è panoramica e molto divertente.

Versante orientale del Monte Amaro

È in assoluto il più bell'itinerario possibile sul versante adriatico della Majella. Inizia dal paese di Lama dei Peligni e utilizza come corridoio naturale il selvaggio Vallone di Taranta. La cabinovia che

porta i turisti alla Grotta del Cavallone potrebbe abbreviare il percorso ma funziona solo in estate.

Vallone Fondo di Majella

Si tratta di uno spettacolare itinerario sci-alpinistico che corre sul versante occidentale del massiccio della Majella ed è raggiungibile dal basso oppure utilizzando gli skilift di Campo di Giove.

Monte Greco

Percorso che ha inizio dal crinale delle Toppe del Tesoro ed offre un breve itinerario che porta alla più alta vetta della Marsica meridionale.

CON LE RACCHETTE DA NEVE

Questo semplice ed efficace strumento che permette di camminare sul manto nevoso senza affondarvi è sempre più diffuso sull'arco alpino, mentre sui massicci abruzzesi lo è dagli anni Novanta; dette anche "ciàspole", consentono brevi e facili escursioni invernali nei boschi e sugli altopiani.

Al contrario dello sci di fondo escursionistico e dello sci-alpinismo, l'escursionismo con le racchette da neve non richiede una particolare conoscenza della tecnica di progressione. È però importante avere almeno le nozioni base e un po' di esperienza in



tema di montagna d'inverno; in mancanza conviene partecipare a uno dei corsi del CAI oppure prendere parte alle escursioni organizzate.

Monti della Laga

I vasti boschi e le numerose carrarecce che costellano i Monti della Laga permettono numerose escursioni in un ambiente solitario e suggestivo. Nel settore abruzzese del massiccio le zone più adatte sono quelle attorno a Cesacastina, al Ceppo e a Padula, da cui si sale nella valle del Tordino.

Gran Sasso

Gli ampi spazi e i ripidi valloni del massiccio limitano naturalmente gli spazi per gli appassionati delle "ciàspole". Ci sono però aree adatte a loro: oltre ai dintorni dei Prati di Tivo e di Prato Selva, meritano una visita i valloni ai piedi del Monte Corvo e la zona del Voltigno, sopra Rigopiano.

Velino-Sirente

Il Piano di Pezza e i dintorni di Campo Felice, tradizionalmente frequentati con gli sci ai piedi, riservano belle soddisfazioni anche con le racchette. Di grande fascino, in particolare, i boschi ai piedi del Sirente e la zona delle "pagliare" di Tione e di Fontecchio, che si trovano sopra gli omonimi paesi.

Monti Simbruini ed Ernici

Rappresentano un teatro naturale ottimo per le escursioni con le racchette, soprattutto nei dintorni di Marsia, di Pereto e di Campo Rotondo. Qualche possibilità si ha anche nella Riserva di Zompo lo Schioppo a Morino, in valle Roveto.

Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise

È la prima area protetta d'Abruzzo e costituisce un vero paradiso anche per gli appassionati delle racchette da neve. Tra le molte mètte possibili si segnalano per l'interesse paesaggistico la Cicerana, il Santuario del Tranquillo, la Val Fondillo e il lago Vivo.

Majella

Poco idoneo a questo tipo di sport per via della sua conformazione, il massiccio offre comunque qualche possibilità per le "ciàspole" nelle zone periferiche del gruppo montuoso, come il Pizzalto o i dintorni di Passolanciano e di Fonte Romana. Ottime possibilità invece sui vicini Monti Pizi e intorno al Monte Sècine.

Monti dei Frentani

Sono di scarso interesse per lo sciatore, ma i rilievi più orientali dell'Abruzzo permettono invece belle passeggiate con le racchette nell'Abetina di Rosello e intorno a Monte Castel Fraiano.





ospitalità dei

Dormire

L'offerta ricettiva è davvero ampia e diversificata, con uno standard medio ormai elevato. Il maggior numero di strutture alberghiere si trova nelle località turistiche dei maggiori comprensori montani, come quello degli Altopiani Maggiori d'Abruzzo, con Roccaraso, Rivisondoli e Pescocostanzo, che è sicuramente il più noto e frequentato; ma anche quello delle Rocche, tra Sirente e Velino, nel cuore dell'omonimo Parco Regionale, con Ovindoli, Rocca di Mezzo, Rovere e Rocca di Cambio, quello del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise, con i centri turistici di Scanno, Pescasseroli, Villetta Barrea e altri, quello di Pretoro-Passo Lanciano-Majelletta. Più ridotti come estensione sono i comprensori di Campo di Giove, di Caramanico Terme, di Pizzoferrato-Gamberale, di Passo San Leonardo, di Marsia, dei Prati di Tivo-Prato Selva, con i paesi di Pietracamela e Fano Adriano, e quello di Fonte Cerreto, stazione base della funivia di Campo Imperatore, località per il turismo montano che dispongono di un'ampia offerta ricettiva, funzionante tutto l'anno. Strutture ricettive si trovano comunque in quasi tutti i principali borghi e paesi della montagna abruzzese. I B&B e gli agriturismo sono cresciuti in gran numero negli ultimi dieci-quindici anni, ma sono stati in grado di raggiungere in breve un livello qualitativo davvero eccellente. Si tratta generalmente di antiche abitazioni in pietra incastonate nei centri storici, di casali affacciati su paesaggi incontaminati, a volte persino di edifici storici medievali e rinascimentali, tutti ben ristrutturati per salvaguardarne l'identità storica e architettonica originale, ma introducendo quegli elementi di comfort e vivibilità indispensabili per garantire una vacanza



monti d'Abruzzo



di eccellenza. A fronte di questa cura i prezzi si rivelano una vera sorpresa, assai piacevole. Il circuito delle case in affitto offre la possibilità di minimizzare il budget rispetto ad altre soluzioni, ma soprattutto l'occasione di entrare davvero nella vita del borgo, diventare per qualche giorno un vero "paesano", parte integrante della comunità che lì vive tutto l'anno. Per chi vuole trascorre alcune notti in un luogo davvero speciale, vale la pena di segnalare che l'Abruzzo offre diverse soluzioni in dimore storiche e conventi ristrutturati a fini turistici. Se invece si desidera trascorrere la notte sul tetto d'Abruzzo, Campo Imperatore offre un hotel storico, lo stesso dove fu tenuto prigioniero Mussolini sul finire della guerra e dal quale venne liberato con un'ardita incursione di commando tedeschi. Oltre che un soggiorno in alta quota questo si rivela un tuffo nella storia, poiché è possibile visitare ancora intatta e ammobiliata la stanza dove alloggiò il Duce e, volendo, anche dormirvi. Una proposta di ospitalità davvero inusuale e di altissimo livello, soprattutto dal punto di vista emozionale, è quella offerta dal borgo di Santo Stefano di Sessanio, ai piedi di Campo Imperatore. Il borgo medievale, antico possedimento della famiglia Medici, è stato recuperato e convertito alla ricettività turistica grazie all'opera congiunta di imprenditori esterni e proprietari locali, che lo hanno trasformato in uno splendido albergo diffuso. Le antiche case in pietra sono state ristrutturate con un'attenzione per il dettaglio e la conservazione della memoria storica che si approssimano molto al restauro monumentale, ottenendo diversi alloggi confortevoli e accoglienti, che profumano di legno e cera, in grado di offrire il massimo della comodità sposato con la suggestione della tradizione.

Mangiare

Ogni borgo e paese offre una vasta gamma di possibilità per gustare i piatti della tradizione locale, che varia davvero in maniera sorprendente da luogo a luogo, ed è legata strettamente alla stagionalità. Basta spostarsi di poche decine di chilometri, passando da una valle all'altra, valicando un crinale, superando un passo di alta quota, per scoprire piatti e prodotti diversi. Una delle peculiarità della cucina montanara abruzzese è infatti questa: la diversificazione locale delle ricette. Chi viene spesso in vacanza tra le montagne abruzzesi impara a distinguere le sottili ma sostanziali differenze di gusto e sapore che esistono addirittura tra gli stessi piatti preparati da cucine diverse, e a individuare il suo preferito. A volte queste distinzioni sono oggetto di simpatiche diatribe che animano le cene nelle lunghe sere d'inverno.

Per trascorrere le proprie vacanze bianche tra i monti d'Abruzzo c'è solo l'imbarazzo della scelta su dove alloggiare. Ce n'è davvero per tutti i gusti e per tutte le tasche. Si spazia dai grandi hotel di lusso alle deliziose locande a conduzione familiare, dai Bed & Breakfast agli agriturismo, dal circuito delle case in affitto ai conventi ristrutturati per la ricettività turistica, fino all'albergo diffuso che anima alcuni fantastici borghi medievali.



I piatti della cucina montana abruzzese nascono da una tradizione secolare, e si basano sul sapiente utilizzo dei prodotti tipici locali, coniugando le peculiarità nutrizionali della dieta mediterranea con i sapori della tradizione agropastorale. La scelta del ristorante è facile: si mangia bene quasi ovunque. Il rischio di restare delusi a tavola è infatti davvero minimo.





I monti d'Abruzzo UNO SCRIGNO



Nessuna regione italiana ha fatto negli ultimi anni progressi altrettanto importanti in materia di vini, come l'Abruzzo.

A testimoniarlo, oltre al crescente interesse che incontrano i vini DOC abruzzesi (bianchi, rossi e rosati) sui mercati di tutta Europa, sono i numerosi premi e riconoscimenti internazionali raccolti negli ultimi anni dai migliori produttori della regione.



di saperi & sapori

PRODOTTI ALIMENTARI

I vini

I vitigni tradizionali dell'Abruzzo sono il Trebbiano d'Abruzzo tra i bianchi e il Montepulciano d'Abruzzo tra i rossi. Accanto ad essi, più di recente è stato operato il recupero di varietà minori (Passerina, Pecorino, Cococciola). Le zone di produzione più importanti sono ai piedi delle catene montuose, come la valle del Pescara, tra Popoli e il capoluogo, le colline pedemontane di Teramo, Pescara e Chieti, la conca peligna e quella di Ofena. L'elenco dei vini DOC della regione include il rosso Montepulciano d'Abruzzo (che conta anche la tipologia Cerasuolo, rosata), profumato e dal sapore asciutto e robusto, il Trebbiano d'Abruzzo, asciutto e dal delicato profumo, e il Controguerra, nelle sue varie versioni di bianco e di rosso, specifico di una precisa area del Teramano.

L'olio extravergine di oliva

Le inconfondibili sagome degli ulivi sono una presenza consueta tra i dolci paesaggi delle colline delle province di Teramo, Pescara e Chieti. L'Abruzzo produce tre tipologie di olio extra-vergine di oliva DOP che reggono il confronto con i migliori oli italiani: la DOP Aprutino-Pescarese, prodotta prevalentemente nel cosiddetto "triangolo d'oro" di Loreto Aprutino, Pianella e Moscufo e sulle colline della Val Pescara; la DOP Colline Teatine prodotta in provincia di Chieti (dove si concentra circa il 65%

della produzione regionale), con le due sottozone Frentana e Vastese; ultima nata è la DOP Pretuziano-Colline Teramane. Di grande qualità seppur limitata a causa delle altitudini, la produzione olivicola in provincia di L'Aquila. L'olio abruzzese è generalmente di grande sapore, di bassa acidità e ricco di polifenoli che rendono durevole il prodotto nel tempo e assicurano sostanze importanti per l'alimentazione e per la salute. Pur nella diversità delle varietà e delle zone, ha profumi fruttati fragranti e un gusto equilibrato, che ne favoriscono l'utilizzo in ogni cottura ma che si esaltano nell'utilizzo a crudo direttamente sulla tavola.

La pasta

L'Abruzzo ospita una delle capitali mondiali della produzione di pasta. È Fara San Martino, il borgo ai piedi del versante orientale della Majella dove la presenza delle purissime acque della montagna ha favorito fin da tempi remoti l'insediamento di una fiorente industria specializzata, che raggiunge con i suoi notissimi e rinomati prodotti i mercati di tutto il mondo.

I salumi

La lavorazione del maiale, diffusa in ogni parte della regione, porta alla preparazione di una larga varietà di insaccati, a iniziare dalle onnipresenti *salsicce*, con la tipica e saporita varietà di *fegato*. Tra i più tipici segnaliamo i *prosciutti affumicati* di Introdacqua e





Cansano, le saporite *mortadelline* di Campotosto note come *coglioni di mulo*, la morbida *ventricina teramana* da spalmare sul pane e la strepitosa *ventricina vastese*, un salume stagionato di grossa pezzatura, profumato di peperone rosso e finocchio selvatico e dal sapore soavemente piccante. La *soppressata* dall'aroma fragrante e dal sapore dolce e delicato è un altro vanto della produzione abruzzese insieme al *salsicciotto di Pennapiedimonte* e al *salsicciotto frentano*, che è considerato tra i più magri insaccati di maiale. Un posto di rilievo meritano pure il *salame Aquila* e il *salame abruzzese*.

I formaggi

Da millenni, l'allevamento più diffuso in Abruzzo è quello ovino. I formaggi pecorini, freschi e stagionati, e la ricotta di pecora, rappresentano perciò una delle componenti essenziali della tavolozza gastronomica abruzzese. Nell'Abruzzo montano ogni area, ogni paese ha il suo *pecorino*. Sono tuttavia da segnalare le eccellenze del *pecorino di Farindola*, unico perché prodotto con caglio suino, il *canestrato di Castel del Monte* (compatto e stagionato) e il *marcetto di Castel del Monte* (un pecorino degradato da larve in fase di stagionatura, che diviene pertanto morbido, spalmabile, dal gusto notevolmente piccante: un prodotto molto particolare, per veri estimatori).

Con il latte bovino (a volte misto con latte di capra) sono invece preparate le tradizionali scamorze, da mangiare crude o cotte sulla brace o al forno. Sugli Altipiani Maggiori, e in particolare nella zona di Rivisondoli e Pescocostanzo, si preparano caciocavalli di strepitosa qualità, prodotti con latte crudo dei bovini locali che pascolano liberi sulle brughiere d'alta quota.

I tartufi e lo zafferano

L'Abruzzo è un fortissimo produttore di tartufi, endemici nei boschi della regione in tutte le loro varietà più pregiate. Le principali zone di raccolta sono la Marsica, il Teramano, la media Val di Sangro. L'altopiano di Navelli, tra i massicci del Gran Sasso e del Sirente, è invece da secoli l'area di produzione dello zafferano aquilano in stimmi interi, ritenuto il migliore al mondo.



Le carni

Come per i formaggi, le carni ovine hanno un ruolo importantissimo nella gastronomia abruzzese. Le carni d'agnello e di castrato (maschio adulto di pecora) cotte sulla brace o al forno sono le più comuni. Diffusissimi e di grande successo sono gli *arrosticini*, sottili spiedini di carne ovina cotti sulla carbonella. Di preparazione più complessa sono l'*agnello incaporchiato*, accompagnato da patate arrosto, le *trippette* di agnello e le *matassine* o *torcinelli*, preparate con frattaglie di agnello e pancetta avvolte nella rizza (il grasso delle interiora) e cotte allo spiedo. Antichi piatti tipici della montagna abruzzese sono l'ottimo stufato noto come *pecora alla cottora* nell'Aquilano e *pecora alla callara* nel Teramano.

Tra le specialità tradizionali a base di altre carni meritano di essere citate la *'ndocca 'ndocca* di maiale (che include muso, piedini, costata e cotica), uno spezzato povero molto elaborato, e il *tacchino alla canzanese*, una raffinata preparazione in gelatina di origine francese.

Vegetali

Nei campi pietrosi della montagna aquilana si producono l'orzo, le ottime lenticchie di Santo Stefano di Sessanio, la cicerchia di Navelli e il farro. L'aglio rosso di Sulmona è noto da secoli per le sue proprietà curative. Tra le molte verdure spontanee utilizzate in cucina meritano di essere citati gli *drape*, saporiti spinaci selvatici usati per la preparazione di paste e frittate. Ottimi anche i funghi, soprattutto porcini, raccolti in particolare nei boschi dei Monti della Laga e le autunnali castagne della Laga e della valle Roveto.

Miele

Ottimo e profumato, il miele viene prodotto quasi ovunque nelle valli d'Abruzzo, che ne è un fortissimo produttore. Tipica della regione è la produzione specializzata di mieli monovarietali.

Liquori

Tra i distillati prodotti con le erbe delle montagne d'Abruzzo il più noto è il fortissimo *Centerbe* (72 gradi!) di Tocco da Casauria, località sita ai piedi della Majella, cui si affiancano la *genziana* e la *ratafià*, profumatissimo e leggero liquore di amarene.



L'ARTIGIANATO ARTISTICO

Come tutte le regioni affacciate solo da un cinquantennio alla modernità, anche l'Abruzzo conserva una ricca e variegata tradizione artigiana: ferro battuto e rame, tessuti e merletti, arti del legno e della pietra, oreficeria e maiolica. Fra tutte le espressioni dell'artigianato artistico, primeggiano per originalità e qualità altissima soprattutto l'oreficeria e le arti del merletto e della maiolica. A Pescocostanzo e a Scanno si producono raffinatissimi merletti al tombolo e splendidi gioielli in oro e argento, modellati su antichi disegni e spesso lavorati in filigrana, fra i quali si ricorda la famosa *presentosa*, il medaglione simbolo d'amore per le donne abruzzesi.

La maiolica, altra produzione tipica dell'Abruzzo sin dal Medioevo, ha la sua capitale in Castelli, che è stato per secoli uno dei più importanti centri di produzione d'Europa; i suoi pezzi rinascimentali e barocchi, un tempo ricercati e ambiti dalle principali corti principesche d'Europa, arricchiscono oggi le collezioni dei più importanti musei del mondo. Oggi Castelli vanta decine di botteghe, e una produzione viva e di altissima qualità.





GLI UFFICI D'INFORMAZIONE E ACCOGLIENZA TURISTICA D'ABRUZZO

LOCALITÀ	TELEFONO	EMAIL	LOCALITÀ	TELEFONO	EMAIL
ALBA ADRIATICA (TE)	0861.712426-711871	iat.albaadriatica@abruzzoturismo.it	PESCARA AEROPORTO	085.4322120	iat.aeroporto@abruzzoturismo.it
CARAMANICO TERME (PE)	085.922202-9290209	iat.caramanico@abruzzoturismo.it	PESCIASSEROLI (AQ)	0863.910461-910097	presidio.pescasseroli@abruzzoturismo.it
CHIETI	0871.63640	presidio.chieti@abruzzoturismo.it	PESCOCOSTANZO (AQ)	0864.641440	iat.pescocostanzo@abruzzoturismo.it
FRANCAVILLA AL MARE (CH)	085.817169-816649	iat.francavilla@abruzzoturismo.it	PINETO (TE)	085.9491745-9491341	iat.pinet@abruzzoturismo.it
GIULIANOVA (TE)	085.8003013	iat.giulianova@abruzzoturismo.it	RIVISONDOLI (AQ)	0864.69351	iat.rivisondoli@abruzzoturismo.it
LANCIANO (CH)	0872.717810	iat.lanciano@abruzzoturismo.it	ROCCAMORICE (PE)	085.8572614	iat.roccamorice@abruzzoturismo.it
L'AQUILA	0862.410808-410340	presidio.aquila@abruzzoturismo.it	ROCCARASO (AQ)	0864.62210	iat.roccaraso@abruzzoturismo.it
L'AQUILA	0862.22306	iat.aquila@abruzzoturismo.it	ROSETO DEGLI ABRUZZI (TE)	085.8991157	iat.roseto@abruzzoturismo.it
MARTINSICURO (TE)	0861.762336	iat.martinsicuro@abruzzoturismo.it	SAN SALVO (CH)	0873.345550	iat.sansalvo@abruzzoturismo.it
MEDIO VASTESE (CH)	0873.944072	iat.gissi@abruzzoturismo.it	SCANNO (AQ)	0864.74317	iat.scanno@abruzzoturismo.it
MONTESILVANO (PE)	085.4458859	iat.montesilvano@abruzzoturismo.it	SILVI MARINA (TE)	085.930343	iat.silvi@abruzzoturismo.it
NAVELLI (AQ)	0862.959158	iat.navelli@abruzzoturismo.it	SULMONA (AQ)	0864.53276	iat.sulmona@abruzzoturismo.it
ORTONA (CH)	085.9063841	iat.ortona@abruzzoturismo.it	TAGLIACOZZO (AQ)	0863.610318	iat.tagliacozzo@abruzzoturismo.it
OVINDOLI (AQ)	0863.706079	iat.ovindoli@abruzzoturismo.it	TERAMO	0861.244222	presidio.teramo@abruzzoturismo.it
PESCARA	085.4219981	presidio.pescara@abruzzoturismo.it	TORTORETO (TE)	0861.787726	iat.tortoreto@abruzzoturismo.it
PESCARA CENTRO	085.4225462	iat.pescaracentro@abruzzoturismo.it	VASTO (CH)	0873.367312	iat.vasto@abruzzoturismo.it

Realizzazione editoriale e testi: **CARSA spa**. © Abruzzo Promozione Turismo, 2007. Tutti i diritti riservati.

Fotografie: archivio Carsa Edizioni e archivio APTR Abruzzo (S. Ardito, V. Battista, L. D'Angelo, G. Di Paolo, V. Giannella, G. Lattanzi, E. Micati, M. Minoliti, R. Monasterio, S. Servili, C. Silla, G. Tavano, Arch. Arssa, Arch. Sinergia-adv).

Numero Verde
800-502520



A b r u z z o P r o m o z i o n e T u r i s m o
 C o r s o V i t t o r i o E m a n u e l e I I , 3 0 I 6 5 I 2 2 P e s c a r a I t a l y
 t e l . + 3 9 . 0 8 5 . 4 2 9 . 0 0 I - f a x + 3 9 . 0 8 5 . 2 9 8 . 2 4 6
 e - m a i l i n f o @ a b r u z z o t u r i s m o . i t

w w w . A B R U Z Z O T U R I S M O . I T

