



I signori delle erbe Tre scampagnate a caccia di asparagi e bacche dei Puffi

In campagna Dal Trentino all'Umbria

La pimpinella per dare all'insalata un gusto fresco al cetriolo, gli asparagi selvatici per una frittata di primavera, la rosa canina, il cisto, l'elicriso, il mirto. C'è qualcosa di molto pratico, oltre che di poetico, dietro a una scampagnata di aprile: raccogliere, degustare, profumare. Portare, di ritorno dalla passeggiata, la primavera in tasca. La scarpinata tra le colline di Camaiore e Viareggio, nel borgo di Bargecchia, è una caccia agli «erbi»,

come li chiama Enza Simonini, l'escursionista che domenica condurrà un gruppo per raponzoli, gratinepoli (una cicoria della Versilia ottima anche cruda), tarassacco, caciottori, ovvero ciuffi di valeriana selvatica. Si parte alle 9 e si torna a mezzogiorno: il prezzo è di 4 euro, con sacchetto e coltellino compresi nel costo (prolocobargecchia.it, 328.303.46.78 per escursioni private). Erbario alla mano, il resort La Francesca, a Bonassola, in Liguria, invita i suoi

ospiti a scoprire le varietà che crescono nel parco di 15 ettari. Per Pasqua è possibile affittare una delle 55 villette per 2 notti con pranzo pasquale incluso (in coppia 300 euro; con 2 bambini 380, www.villaggiofrancesca.it): agli ospiti viene data la guida «Le piante della Francesca», un percorso botanico all'interno del villaggio. «Qui abbiamo uno dei pochi esemplari di Santolina, una pianta levantese che cresce sulle rocce tra Deiva e Monterosso», spiegano i proprietari Giovanna e Marco De Poli. Adesso è il momento di asparagi, cisto, lentisco e elicriso: se il gruppo è folto ad accompagnarli c'è il botanico Carlo Torricelli. Anche per i bambini è facile, grazie ai suggerimenti a margine, con dettagli curiosi come quelli della salsapariglia: le bacche sono il cibo dei Puffi.

L'Umbriashire

Proprio domani, a Perugia, si inaugura la mostra «Sensational

Umbria by Steve McCurry»: 100 scatti realizzati dal celebre fotografo statunitense (foto sotto, in mezzo), che ha colto la potente quiete della raccolta delle olive o dei passi di un francescano nei vicoli di pietra (199.151.123, fino al

5 ottobre). Proprio nella terra di San Francesco, a Spello, a pochi chilometri da Assisi, ora è il momento di raccogliere lungo il percorso dell'acquedotto romano erbe dai nomi curiosi: cacciapre, crespigno, borragine. L'Agrituri-

simo La Corte del Lupo ha un pacchetto a tema: il weekend include un'escursione per la raccolta delle erbe spontanee, corso di cucina e pranzo in agriturismo (da 130 euro a testa, www.umbrialifestyle.it). Nei dintorni, il ristorante La

Cantina serve gnocchi di patate rosse di Colfiorito e un'insalata di rapanzoli selvatici. Per il *Wall Street Journal* il tramonto sul Lago del Trasimeno è uno dei più belli del mondo: qui crescono la fagiolina, presidio Slow Food, e i «rapi»

del lago, dal gusto amarognolo. Le colline intorno svelano countryside dal sapore provenzale: nell'Antico Casale di Montegualandro, una suite parte da 600 euro a settimana (www.anticocasale.it).

Nel regno di Margarete

Tra Terlano e le frazioni di Vilpiano e Settequerce, in Alto Adige, c'è il «triangolo degli asparagi». Qui la raccolta dei 60 mila chili avviene a mano e i produttori hanno creato il marchio Margarete, ispirandosi al nome dell'ultima contessa del Tirolo. Il 19, 21, 25 e 26 aprile sono in programma le passeggiate naturalistiche (www.terlan.info, 65 euro a testa): dopo un aperitivo con consigli sulla cottura degli asparagi, si prosegue con una camminata di circa 5 chilometri per visitare le coltivazioni. Dopo il pranzo a Vilpiano, si torna a Terlano per una degustazione, non casuale, di vino d'asparagi.

Michela Proietti



Liguria Bonassola



Umbria I vicoli di Spello



Alto Adige Terlano

