

Per chi volesse un rapporto con la natura che permetta il contatto anche con le tradizioni più vere della Ciociaria, Prato di Campoli, nel comune di Veroli, è il luogo ideale.

In una sterminata distesa di verde e di alberi secolari è possibile sfruttare le aree attrezzate messe a disposizione dall'ammi-

nistrazione per passare una giornata a contatto con la natura.

Ma pochi metri più a monte, lo spettacolo di mandrie di cavalli bradi e degli animali a pascolo rappresenta il legame intenso con le tradizioni agricole e con la dimensione più antica della Ciociaria.

Prato di Campoli è anche il punto di partenza per itinerari di notevole interesse paesaggistico: il più frequentato è quello che porta a Monte del Passeggio passando per il Pizzo Deta, da dove si può ammirare il paesaggio offerto dai monti del Parco Nazionale d'Abruzzo.

Il gusto che rivive

Semplicità e genuinità: così indicheremmo le caratteristiche della cucina ciociara se dovessimo riassumerne le peculiarità in due sole parole.



Il formaggio

La semplicità deriva dalla valorizzazione dei prodotti tipici, che per l'intensità dei sapori e la bontà non richiedono elaborazioni troppo marcate; la genuinità di una tradizione che ha saputo conservare le sue caratteristiche più rilevanti e che si è comunque sviluppata nell'incontro tra culture gastronomiche vicine (quella abruzzese, campana e romana in particolare), arricchite, modificate e fatte proprie con grande maestria.

Oggi è difficile sfuggire alla suggestione di scoprire (o riscoprire) gusti antichi: molti locali propongono i piatti tipici di que-

sta terra, talvolta anche secondo delle "riletture" interessanti.

Il contatto con i prodotti di questa terra avviene a partire dalle cose più semplici, che diventano delle vere e proprie espressioni di arte gastronomica.

I prodotti da forno, ad esempio, costituiscono un tratto fondamentale della Ciociaria.

In particolare il pane: ovunque di buona qualità (ma celebre è soprattutto quello di Veroli), viene

ancora oggi confezionato secondo le antiche tradizioni: con una lievitazione naturale, con la

*Al ristorante **Miravalle**, a Veroli (p. S. Giuseppe, 0775 / 230869), Franca propone un piatto veramente unico: si tratta di una zuppa di funghi porcini incredibile che viene servita direttamente dentro piccole pagnottelle.*

cottura a legna in filoni o pagnotte che possono essere conservate per più giorni.

Accanto al pane vanno poi le incredibili e tipiche ciambelle aromatizzate con semi di anice.

La signora della tavola della



Le fettuccine

Ciociaria è la pasta fresca.

La pasta all'uovo viene impiegata per creare le tipiche fettuccine (anche nella variante detta "fini fini", che prevede una stesura della pasta ed un taglio più sottile rispetto alla versione consueta); ma se la pasta al-



l'uovo è il piatto della festa, quel-

lo comune è una pasta lavorata solo con acqua, farina e sale, tirata in modo spesso e tagliata in maniera grossolana, assume il nome di "maltagliati" o, più tradizionalmente "sagne".

I tartufi