Confidenze

N. 49 · 26 Novembre 2019

CONFESSO
SONO L'AMANTE DEL MIO EX MARITO

ITALIA DA RECORD
Così salviamo le ricette tipiche

35 PAGINE DA LEGGERE COL BATTICUORE
* 8 storie vere di passioni e rinascite
* Da ConfyLab 3 racconti di segreti
* Un noir da brivido di Annalucia Lomunno

SOS INSONNIA
Dieta, gym, rimedi dolci: il mix che funziona

ECO & CHIC
LE PELLICCE COLORATE

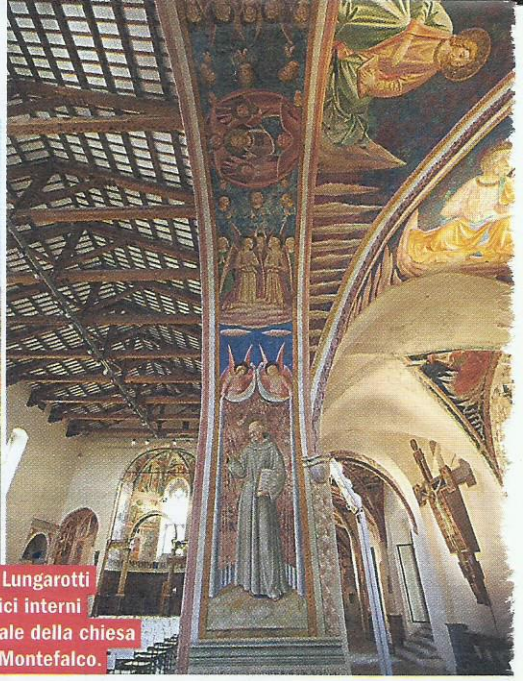
SEI BIONDA?
COSÌ (RI)ACCENDI I RIFLESSI

MILLY CARLUCCI
A 65 anni sono piena di progetti. E sempre in pista nel lavoro e nella vita

GRUPPO MONDADORI · ANNO LXXIII · SETTIMANALE · Poste Italiane spa · Sped. In A.P.: D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona · Belgio 3,50 euro · Francia 3,50 euro · MC, Côte d'Azur 3,60 euro · Germania 5,00 euro · Lussemburgo 3,50 euro · Portogallo 4,00 euro · Svizzera C.T. 3,60 CHF · Svizzera 4,10 CHF · USA 5,70 $ · Canada 6,50 CAD

in Italia € 1,60

9 771120 497001 91949



Da sinistra: i vigneti Lungarotti di Torgiano; i magnifici interni del complesso museale della chiesa di San Francesco, a Montefalco.

In Umbria, tra borghi e vigneti

Mi sono regalata un weekend di tutto relax, degustando vini del territorio, visitando piccole città ricche di arte e godendomi la bellezza dei paesaggi naturali. Questa splendida terra mi ha davvero conquistata

DI GRAZIA GARLANDO

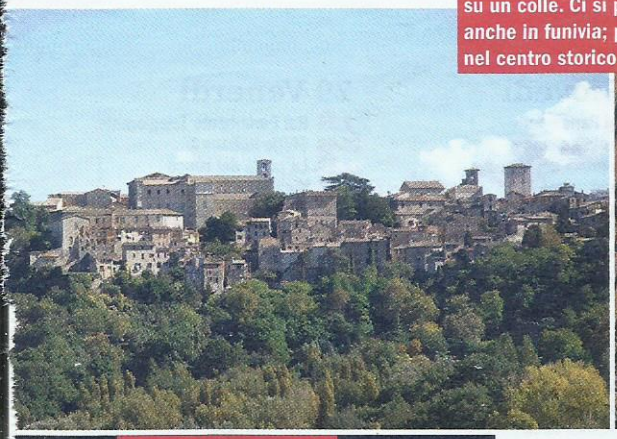
Se è vero che ogni momento è quello giusto per un weekend di relax totale nel panorama verde smeraldo dell'Umbria, con i suoi ritmi di vita amabilmente slow e le sue preziosità storico-artistiche, è pur vero, però, che alcuni periodi riservano piacevolezze particolari che vale davvero la pena assaporare. Come, per esempio, la lunga stagione del vino, che non si limita al periodo della vendemmia ma prospera fino a Natale, invitando a deliziosi itinerari tra incantevoli borghi e sublimi prodotti delle vigne circostanti, da gustare nelle tante cantine disseminate sul territorio.

Il mio viaggio parte dalla piccola **Torgiano** (Pg) di epoca romana, immersa nel cuore della regione e originata da un castello di cui rimangono soltanto pochi resti e l'antica Torre di Giano, il dio bifronte da cui trae il nome, e che rappresenta il simbolo del borgo. Bastano pochi passi nel centro storico tra chiese e edifici antichi per raggiungere il palazzo barocco Graziani-Baglioni, residenza estiva dell'omonima famiglia nobiliare che oggi ospita, nell'ala anticamente riservata a cantine e magazzini, il celebre Museo del Vino, uno tra i maggiori d'Italia, nato per mano della nota famiglia di viticultori locali Lungarotti per raccontare la preziosa bevanda attraverso un vasto percorso espositivo fatto di reperti archeologici, attrezzi antichi per la produzione e contenitori adatti a epoche e utilizzi, dalle anfore ai fiaschi, dalle borracce alle botticelle, dai calici ai boccali, fino ai vasi da farmacia in quanto contribuiva spesso alla produzione di medicinali, oltre a maioliche, bozzetti e incisioni che ne raccontano il mito attraverso i secoli. A pochi passi, il Museo dell'Olivo e dell'Olio, sempre incastonato tra le dimore medievali, ripercorre invece la storia dell'olio, altra produzione tipica locale, partendo dai frantoi per arrivare ai vari usi che ne sono stati fatti, come quello cosmetico, alimentare e per l'illuminazione. Ovviamente mi fermo a degustare le sue due eccellenze vinicole, i pregiati Torgiano Rosso Riserva e Doc Torgiano, immancabilmente accompagnati da bruschette e tipiche torte al testo farcite di salumi e formaggi locali.

LA CITTÀ DEL SAGRANTINO

Poi, in un suggestivo percorso in cui le campagne puntellate di cascinali si mescolano ai vigneti e agli uliveti in una macchia verde a perdita d'occhio, raggiungo **Montefalco** (Pg), patria dei celebri vini Sagrantino e Rosso, detta "la ringhiera dell'Umbria" grazie al suo spettacolare affaccio sull'intera vallata, nonché altro borgo-gioiello medievale nei cui cieli volano ancora poiane e gheppi, dalla cui antica presenza prende il nome. Il suo cuore è il complesso museale della chiesa di San Francesco, in pieno centro storico alle spalle della piazza del Comune, con l'abside pentagonale affrescato da Benozzo

Credit credit



Da sinistra: vista su Todi, arroccata su un colle. Ci si può arrivare anche in funivia; piazza del Popolo, nel centro storico di Todi.

La suggestiva piazza del Comune di Montefalco di sera, con i palazzi illuminati.

Gozzoli con scene di vita del Santo, e un'Annunciazione cinquecentesca del Perugino sulla parete opposta, ma custodisce anche pinacoteca, sezione archeologica e cantine. Sulla piazza si affaccia il Palazzo Comunale duecentesco che ha sempre mantenuto nei secoli la stessa funzione, affiancato da un campanile ottocentesco e dalla chiesa di san Filippo Neri, ora trasformata in un teatro. Scendo nel nucleo più antico del borgo che conserva ancora il suggestivo aspetto originale, tra i vicoli fioriti, gli archi e le scalinate in pietra dell'antica cinta muraria rimasta quasi intatta dove sorge, quasi incastrata, la minuscola chiesetta di Santa Lucia, spoglia al suo interno nonostante i frammenti di affreschi quattrocenteschi ancora visibili, oltre ai cosiddetti vitigni domestici di Sagrantino negli orti delle case private, ora "adottati" da alcune cantine che se ne prendono la dovuta cura. Poi, aggirandomi tra le numerose piccole chiese, nessuna delle quali eletta a Duomo né a Cattedrale in quanto il paese non è mai stato sede vescovile - la principale è la chiesa di San Bartolomeo - torno sul corso centrale costeggiato di botteghe e locali tipici.

memo

Dal 7 al 9 dicembre il Movimento Turismo del Vino organizza "Cantine aperte", con visite, cene e degustazioni di vino. Info su www.mtvumbria.it

IN FUNIVIA AL BORGO STORICO

Uscendo dalle mura di Montefalco mi dirigo verso **Todi** (Pg), pittorescamente arroccata sulla sommità di un colle. Ci si può salire a piedi, ma io scelgo l'emozione della funicolare che arrampicandosi nel verde porta fino al centro storico. Mi fermo subito all'incompiuta chiesa di San Fortunato, il santo patrono cittadino, edificio francescano dagli interni sobri e luminosi che custodisce nella cripta le spoglie del poeta medievale Jacopone da Todi, e salendo 150 gradini di pietra raggiungo la sommità del campanile con uno spettacolare affaccio su città e campagne. Poi, passando davanti all'ottocentesco Teatro Comunale, arrivo nella centralissima piazza del Popolo, con i suoi antichi palazzi comunali, la cattedrale in pietra rosa del Subasio costruita sulle fondamenta di un tempio romano con alcune colonne ancora presenti, e il campanile sormontato da un'aquila che stringe tra gli artigli una tovaglia, simbolo cittadino. Ne scopro il motivo al vicino Convento delle Lucrezie situato proprio nel nucleo più antico, ex monastero quattrocentesco e ora museo dei reperti lapidei ritrovati in zona, oltre che cinema e teatro, mentre nel chiostro si tengono eventi e spettacoli estivi: si racconta, infatti, che un'aquila, per volere delle divinità, indicò ai fondatori il punto preciso in cui edificare la città afferrando la tovaglia del loro desco e posandola nel suo nido, in un sottostante terrazzino a logge attualmente visibile solo da lì. E mentre ridiscendo camminando lungo le mura etrusche penso che questa splendida terra umbra possieda veramente qualcosa di magico.

I MIEI INDIRIZZI PER IL TUO SOGGIORNO

➜ **Per dormire:** confortevole l'agriturismo *Poggio alle Vigne* di Torgiano, 45 euro a persona inclusa prima colazione (www.poggioallevigne.it). Elegante il *Roccafiore Wine Resort & Spa* di Todi, da 120 euro per camera doppia inclusa prima colazione e accesso in spa (www.roccafiore.it).

➜ **Per mangiare:** specialità tipiche all'*Osteria del Museo* di Torgiano (www.facebook.com/osteriadelmuseo). Cucina tipica rivisitata alla trecentesca *Locanda Palazzone* di Orvieto (www.locandapalazzone.it). Alle *Cantine Goretti* di Pila si possono seguire lezioni di cucina con la simpatica Nonna Marcella, seguite dal pranzo con i piatti preparati (www.vinigoretti.com).

GRAZIA GARLANDO
Giornalista di viaggi, ha creato il blog www.vivereinviaggio.com.