

**R**esti archeologici unici al mondo, ampie aree agricole ancora coltivate, affioramenti geologici inaspettati, la cultura gastronomica ancora dominante del “Quinto Quarto”: questo e molto altro nel bel mezzo della quotidianità metropolitana. Quello che attraversa la Città Eterna è un cangiante percorso culturale che interessa due settori, con il Tevere a fare da spartiacque.

Tale divisione prende spunto da motivazioni strettamente geografico-geologiche, pur con qualche licenza poetico-gastronomica. Affronteremo prima il tracciato che attraversa Roma ovest e poi Roma Est, destra e sinistra tiberina, sedimentario marino e terreni vulcanici albanici. Univoca invece la selezione per quanto concerne la scelta dei posti di ristoro: trattorie rigorosamente romanesche,

alcune storiche altre di quartiere, indirizzi dove si può consumare un pasto senza alleggerire troppo il portafoglio.

## La riva destra del Tevere

Iniziamo così l'itinerario dal colle più alto della città: **Monte Mario**. Nei dintorni, spiccano come *eno-gastro stop* le trattorie **Da Gnegno**, che propone una gustosa pasta con i broccoli accompagnata dal vino della casa di Pitigliano, oppure **Da Edmondo**, per ordinare un delizioso maialino con patate. La forte acclività del colle, unitamente al non facile accesso, hanno permesso al Monte Mario di mantenere intatta fino ai nostri giorni buona parte dei caratteri fisici originari. Dal 1989, inoltre, 204 ettari di boschi fanno parte della Riserva naturale di Monte Mario, una delle 15 Aree Naturali Protette gestite da RomaNatura, l'ente regionale per la gestione di queste aree nel Comune di Roma.

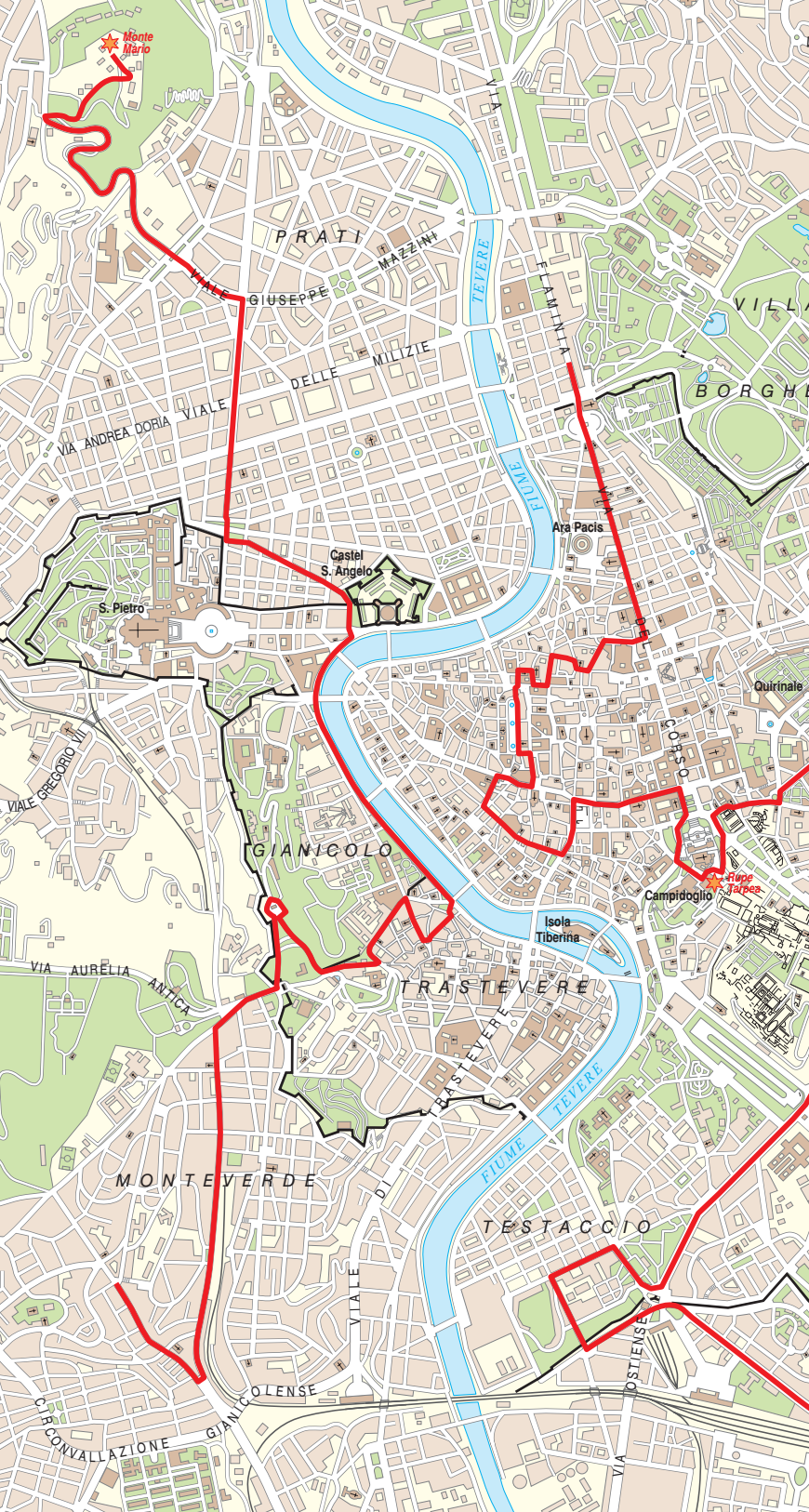
La parte sommitale del rilievo costituisce un balcone naturale dove ammirare una splendida vista della città e della campagna romana: lo sguardo spazia per più di 180 gradi, dal Monte Soratte a nord-ovest fino ai Colli Albani a sud-est.

La composizione del terreno è caratterizzata dalla presenza delle argille grigio-azzurre dell'Unità del Monte Vaticano, affioranti lungo la base del rilievo, e delle sabbie avana e gialle dell'Unità di Monte Mario che costituiscono la parte alta della collina. Si tratta delle litologie più caratteristiche presenti nella città di Roma attraverso le quali è possibile ricostruire la storia geologica della città. La zona di Monte Mario poi, è nota già da secoli come giacimento di fossili marini, alcuni dei quali sono esposti nei più importanti musei paleontologici del mondo.

Lungo la strada che conduce all'Osservatorio, superata la splendida villa Mazzanti, sede dell'Ente RomaNatura, si rinvencono le sabbie gialle con frequenti livelli fortemente cementati, denominati "panchine", all'interno dei quali sono presenti resti fossili quali brachiopodi e lamellibranchi (*Ostree*, *Pecten*, *Dentalium*, *Glycymeris*,

*Nella pagina accanto, la piena del Tevere del dicembre 2008 all'altezza dell'isola Tiberina (F. Leone). A fianco, l'Osservatorio di Monte Mario (Arch. Iter)*





Monte Mario

PRATI

GIUSEPPE

MAZZINI

DELLE

MILIZIE

VIA ANDREA DORIA VIALE

FIUME TEBRE

FLAMINIA

VILLA

BORGHETTI

Castel S. Angelo

Ara Pacis

S. Pietro

Quirinale

VIA GREGORIO VII

GIANICOLO

Isola Tiberina

Campidoglio

Fuoco Tarpeo

VIA AURELIA ANTICA

TRASTEVERE

TRASTEVERE

FIUME TEBRE

MONTEVERDE

VIALE DI

TESTACCIO

CIRCONVALLAZIONE GIANICOLENSE

GIANICOLENSE

VIA OSTIENSE



Stazione Termini

S. Maria Maggiore

Colosseo

S. Giovanni in Laterano

scala 1:30.000



e *Chlamys*). Tale livello forma un gradino osservabile lungo tutta la collina e, proprio per la sua facile identificazione e continuità, costituisce un elemento fondamentale per la ricostruzione dell'assetto geologico dell'area.

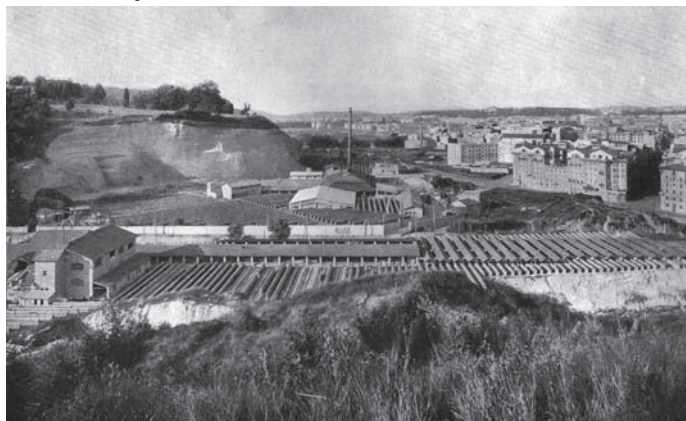
Per placare l'appetito ci si può fermare presso la storica trattoria **La sagra del vino da Candido**, che in pochi istanti allestisce per il cliente un gustoso antipasto di pasta e fagioli con le cotiche a cui possono far seguito robusti secondi come il baccalà con uva passa e pinoli o il fegato con cipolla.

Scendiamo lungo il versante orientale della collina non senza fare riferimento all'intensa attività di sfruttamento dell'argilla, sedimento affiorante lungo tutti i rilievi del settore occidentale della città di Roma fino a Ponte Galeria.

L'estrazione di argilla dalle cave insistenti nelle zone di Monte Mario, Balduina, Monti di Creta, Vaticano e Gianicolo si è protratta quasi ininterrottamente dal I secolo d.C. fino ai primi anni Sessanta del Novecento.

In questi areali sorsero numerose fornaci impiegate per la cottura delle argille e la produzione di laterizi e vasellame. Tra la fine dell'Ottocento e l'inizio del Novecento nella **Valle dell'Inferno** furono installati ben 13 stabilimenti i cui fumi, probabilmente, contribuirono alla scelta del sulfureo toponimo. Proprio qui è ancora visibile la vecchia Fornace Veschi, esempio di archeologia industriale, posta sotto la collina di Monte Ciocci, località dove affiora l'omonima unità stratigrafica. Si tratta di sedimenti depositi in un ambiente di delta, anch'essi oggetto di attività di escavo per la produzione di materiali inerti (sabbia e ghiaia).

*Nella pagina accanto la cupola della Basilica di San Pietro vista da Monte Mario [V. Consoli/ Arch. ARP]. Sotto, una vista panoramica della zona attualmente situata tra Piazzale degli Eroi e Viale delle Medaglie d'Oro.*





Panorama dal Gianicolo verso nord (Archivio Iter).

L'intensa urbanizzazione ha purtroppo cancellato ogni traccia delle vecchie fornaci presenti tra le attuali Piazza Mazzini e Piazzale Clodio. In compenso, nel **quartiere Prati**, non mancano gli indirizzi dove consumare un buon pranzo: a cominciare da **Cacio e Pepe**, dove il dilemma è scegliere, tra gricia e carbonara, qual è il condimento giusto per gli straordinari tonnarelli fatti in casa. Se si è veramente affamati a questo punto è d'obbligo provare l'**Osteria dell'Angelo** dove con menù a prezzo fisso, a rotazione giornaliera, si fa fatica a smaltire le numerose portate in arrivo.

Vi è poi da affrontare un'altra salita, quella che ci conduce al **Gianicolo**, eccezionale punto panoramico per ammirare la città e i suoi dintorni: È proprio questa storica altura che ispirò, fin dalla metà del '700, la grande vedutistica della "Città Eterna".

Dopo una sosta geologica a Piazza della Rovere dove, lungo la scalinata che conduce ai bastioni delle Mura Leonine, affiora una successione di terreni vulcanici sabatini tra cui spicca il Tufo Giallo della Via Tiberina, segnaliamo un altro paio di locali situati nel vicinone di Trastevere. Si tratta della trattoria **Da Giovanni**, i cui prezzi sono rimasti ancora ai tempi geologici della lira e dove la lunga attesa è ampiamente ripagata da un bel risotto con l'indivia, e **Da Lucia**



che propone, agli amanti del quinto-quarto una robusta e saporosa trippa, e ai meno intraprendenti le classiche seppie con piselli.

Fino all'inizio dello scorso secolo l'area compresa tra il Gianicolo e Monteverde rimase sostanzialmente occupata solo da vigneti e da campi coltivati a cereali, ortaggi e piante da frutto; tuttavia già allora si verificavano piccoli smottamenti. I depositi di frana che si formavano lungo il rilievo venivano stabilizzati sistematicamente dai contadini al fine di evitare che fossero di ostacolo alle sudate attività agricole.

Fu comunque in concomitanza con i primi grandi lavori di urbanizzazione che si registrò lo sviluppo di una serie di movimenti franosi molto ravvicinati nel tempo e nello spazio. L'elenco delle frane è lungo: nel 1925 una di queste portò alla demolizione della sede dei Padri Missionari Giuseppini sita in via dell'Ongaro; il 14 ottobre 1928 un movimento franoso interessò il versante meridionale del rilievo dove erano presenti numerose cavità sotterranee che collassarono, provocando ingenti danni agli edifici sovrastanti. Gli anni Sessanta segnarono una fase parossistica dei dissesti, culminati con la frana del 10 gennaio del 1963. Questa causò gravissime lesioni ai muri di sostegno, tuttora visibili, alle sedi stradali e alle reti fogna-



rie, determinando uno stato di pericolo che portò alla chiusura al traffico di tutta la zona compresa tra le Mura Gianicolensi e viale Trastevere.

Lasciati da parte i dissesti geologici, nel cuore di **Monteverde** possiamo sicuramente consigliare **Vitali**, antica trattoria di campagna aperta già dal 1922, alle cui sale si accede passando dietro il bancone di un bar; ottime e sempre presenti sono le minestre, come quella di farro e orzo.

Proprio alla base del versante meridionale del rilievo monteverdino (da via di Ponziano a Via di Donna Olimpia), affiora, unico lembo presente sul lato destro del Tevere, un'ignimbrite massiva litoide di colore marrone-ocra emessa dall'apparato vulcanico Albano. Si tratta del "Tufo lionato", noto anche con il nome di Tufo di Monteverde, che è stato cavato in superficie e in sotterraneo e utilizzato come materiale per costruzione dal periodo romano classico fino a quasi tutto l'Ottocento.

Prima di lasciare la zona "al di là del Tevere" segnaliamo un altro paio di indirizzi storici come per esempio **Da Augusto**, che offre l'occasione di assaggiare gli involtini al sugo e il bollito di manzo, **Da Teo** per i suoi ottimi primi (amatriciana, minestra di broccoli e arzilla), i saltimbocca e l'agnello scottadito e **Dar Cordaro** per la coda alla vaccinara e gli involtini di fagioli e scarola.

## La riva sinistra del Tevere

A questo punto è arrivato il momento di attraversare il fiume. Come



una specie di gioco dell'oca torniamo al punto di partenza, portandoci però sulla sponda idrografica sinistra, in pieno **quartiere Flaminio**.

Il percorso riprende da un locale poco noto per la ristorazione ma di indubbio fascino sportivo: il **Circolo Boccifilo Flaminio** dove, in un ambiente caldo e familiare, vi verranno servite porzioni tanto gustose quanto generose.



Nella pagina accanto, Porta del Popolo. Sopra, il Porto fluviale di Ripetta, ormai scomparso (Arch. Iter).

Fino alla costruzione dei “Muraglioni” questa zona era tra le prime a essere allagata a seguito delle piene del Tevere che, trovando come ostacolo la struttura di Ponte Milvio, fuoriusciva con le sue acque attraversando la via Flaminia per entrare nel **centro storico** da Porta del Popolo. Le memorie degli eventi più disastrosi sono ricordate nelle numerose targhe poste proprio al lato della porta.

Adesso questo rischio sembra essere superato ma ha avuto un caro prezzo, come il sacrificio di uno dei luoghi più caratteristici della Roma dell'Ottocento, il Porto di Ripetta, e il netto distacco della città dal suo fiume.

Molti comunque sono ancora i luoghi dove il tempo sembra essersi fermato e la buona cucina romanesca continua a essere quella di una volta. A due passi da Piazza del Parlamento segnaliamo sia **Ugo**, per le fettuccine alla gricia e i carciofi alla romana sia **Gino**, per gli ottimi tonnarelli e la parmigiana di zucchine. Alle spalle di Piazza Navona merita una visita **Da Tonino** per assaporare una pasta con i broccoli davvero speciale; poi, nelle vicinanze di Campo de' Fiori, la sosta è d'obbligo alla **Trattoria del Pallaro** per le pappardelle fatte in casa e l'abbacchio a scottadito, oppure Da Sergio per le tagliatelle e l'arrosto alla fornara. Dopo l'Unità d'Italia, per salvaguardare Roma dalle inondazioni del Tevere si decise di modificare l'assetto idraulico del Fiume Sacro. Lo stesso Giuseppe Garibaldi, nominato senatore, presentò al Parlamento un progetto di deviazione del Tevere e dell'Aniene, che avrebbero dovuto aggirare Roma da est su un tracciato più o meno simile a quello dell'attuale cintura ferroviaria. Infine prevalse il progetto dell'ingegner Raffaele Canevari (Roma, 1828-1900) di arginare il Tevere con gli alti muraglioni di travertino



*Le sequenze vulcaniche che affiorano sul versante sud-est della Rupe Tarpea  
(C. Fattori/Arch. ARP)*

ben visibili anche dal vicino Lungotevere dei Cenci, che delimita il Ghetto. Proprio all'interno dell'antico quartiere ebraico, è senz'altro una buona idea fermarsi a pranzo da Sora Margherita dove la mente si dibatte tra ardui dilemmi: il carciofo lo prendo alla romana o alla giudia? E le fettuccine, come le ordino? Alla gricia, alla matriciana o alla carbonara?

Da qui, basta fare pochi passi per raggiungere la base della collina del Campidoglio; la scalinata che si inerpicia fino alla Rupe Tarpea ci permette di digerire il pasto consentendoci di ammirare nel contempo la scarpata formata dal tufo lionato, che proprio in questo versante raggiunge il massimo spessore. Il premio al termine della salita è costituito dallo spettacolare panorama sul Foro Romano.

## IL QUINTO QUARTO

Per *quinto quarto* a Roma si intende ciò che rimaneva della bestia vaccina o ovina dopo la vendita delle parti pregiate: i due quarti anteriori e i due quarti posteriori. I macellai del mattatoio di Testaccio riservavano queste ultime ai più abbienti mentre vendevano le "frattaglie" agli strati poveri della popolazione. Si tratta in sintesi della parte

commestibile delle interiora: la trippa, il cuore, il fegato, i rognoni -ossia i reni della bestia- il cervello, la lingua e naturalmente la pajata, ossia l'ultimo tratto dell'intestino tenue del vitellino da latte o del bue con ancora all'interno il chimo. Dagli ovini si rendeva disponibile anche la "coratella", dai maiali invece la testina e gli zampetti (i.e.).

Proseguendo verso il cuore del rione Monti si incontra la **Taverna Romana** dove consigliamo di ordinare i ravioli di ricotta e spinaci al sugo e gli straccetti di manzo variamente allestiti.

Ci spostiamo ora verso il quartiere forse più “verace” della tradizione romana: **Testaccio**. È così chiamato fin dall’epoca romana perché il suo elemento più caratteristico, ossia una collina, è formata di “testaceus”, vale a dire frammenti di “cocci” che rappresentano lo scarico dei rottami del commercio annonario di Roma con la Provincia Betica dal I d.C. al III d.C. Nel corso del tempo, a forza di rovesciarvi resti di anfore che pesavano 30 kg a vuoto e contenevano 70 kg di olio, la più grande discarica della Roma antica si ingrandì fino ad acquistare le dimensioni di un piccolo monte, non a caso chiamato Monte dei Cocci. Alto oltre 40 metri, raggiunge la quota di 54 metri s.l.m., ha una base di 150 metri per 250 e una circonferenza che supera il chilometro. Costituisce il più imponente accumulo di terreni di riporto esistente al mondo. Non si può a questo punto fare a meno di provare i tonnarelli cacio e pepe serviti da **Felice**, che a detta di molti sono i migliori che si possono gustare nelle trattorie della Città Eterna. Lungo la via Ostiense inoltre, altri due locali meritano una segnalazione: **Zampagna** per gli gnocchi alla romana e l’**Hosteria da Enzo** per il baccalà con uvetta, pomodoro e cipolla.

## SEDIMENTI QUATERNARI DELL’AREA ROMANA

(a cura di Marina Fabbri e Manuela Ruisi)

**Argille** • Nell’area romana le argille utilizzate per la realizzazione di laterizi provengono dai depositi alluvionali olocenici del fiume Tevere o da quelli marini plio-pleistocenici. La loro coltivazione avviene solitamente in cave a cielo aperto, come per esempio presso il bacino di Vallericca a nord di Roma.

All’interno della Capitale sono ancora visibili morfologie legate all’attività estrattiva: ciò si evince dai toponimi e dai pochi resti di fornaci ancora presenti in località quali Via delle Fornaci, Valle dell’Inferno, Via dei Monti di Creta. Il laterizio romano, ossia l’elemento cardine dell’Urbe, era realizzato con argilla, decantata, depurata in

acqua e sgrassata con l’aggiunta di sabbia. L’argilla così preparata veniva successivamente lavorata e versata in stampi in legno, per organizzarne forma e dimensioni. I laterizi erano quindi fatti seccare per qualche giorno e successivamente cotti in fornaci.

**Sabbie e ghiaie fluviali** • Questo materiale è generalmente utilizzato in edilizia per la produzione di conglomerati cementizi, conglomerati bituminosi, intonaci e via discorrendo. Le cave sono localizzate nei depositi alluvionali recenti e attuali del Tevere e dell’Aniene e in quelli pleistocenici relativi al paleodelta tiberino, affioranti nell’area di Ponte Galeria.

## I quartieri a sud est della città

Altro quartiere popolare e altro locale da scoprire: con un balzo che attraversa buona parte del centro storico atterriamo a **San Lorenzo** per andare *da Marcello*, dove gli agnolotti con la salsa di noci e la coratella d'abacchio stazionano da anni al vertice delle preferenze gastronomiche dei numerosi avventori.

Le caratteristiche geologiche di questa parte del territorio cittadino sono caratterizzate dalla presenza dei prodotti dell'attività vulcanica dell'apparato dei Colli Albani.

Numerosissime sono le cavità sotterranee di varia origine storica e dalle diverse funzioni: cave, catacombe, cavità di interesse archeologico, cunicoli idraulici, acquedotti e fognature costituiscono le principali tipologie di vuoti esistenti nel sottosuolo.

Fino al secolo scorso la città aveva un'estensione limitata e la maggioranza delle cavità sotterranee si trovava in quartieri estremamente periferici o addirittura in aperta campagna.

I primi problemi si presentarono con l'inizio della grande espansione edilizia avvenuta in occasione della riunificazione del Regno d'Italia e dello spostamento della capitale a Roma. Fu proprio in occasione della costruzione dei grandi edifici pubblici, come i Ministeri, che si sono verificate le prime interferenze fra strutture di fondazione e cavità sotterranee delle quali si era ormai dimenticata l'esistenza. La presenza delle cavità è stata accertata anche durante il successivo sviluppo della città in direzione sud est, verso i quartieri **Appio, Tuscolano, Casilino e Tiburtino**, dove sono presenti numerosi ed estesi complessi di cave in sotterraneo, oltre ad una grande quantità di cavità di interesse archeologico.

È proprio in queste zone, infatti, che si sono verificati i maggiori problemi e la cronaca metropolitana negli ultimi tempi si è più volte soffermata su questa realtà. Anche in questo settore cittadino, comunque, non mancano locali da menzionare come **Ada** e **Mario**

che come specialità della casa propone dei deliziosi tonnellari all'ortica oppure, **Betto e Mary**, il cui cavallo di battaglia è la grammiccia: fettucine sottili servite su un piatto di legno con abbondante sugo di coda di manzo. Per concludere in

Porta Maggiore (Arch. Iter)



## ROMA

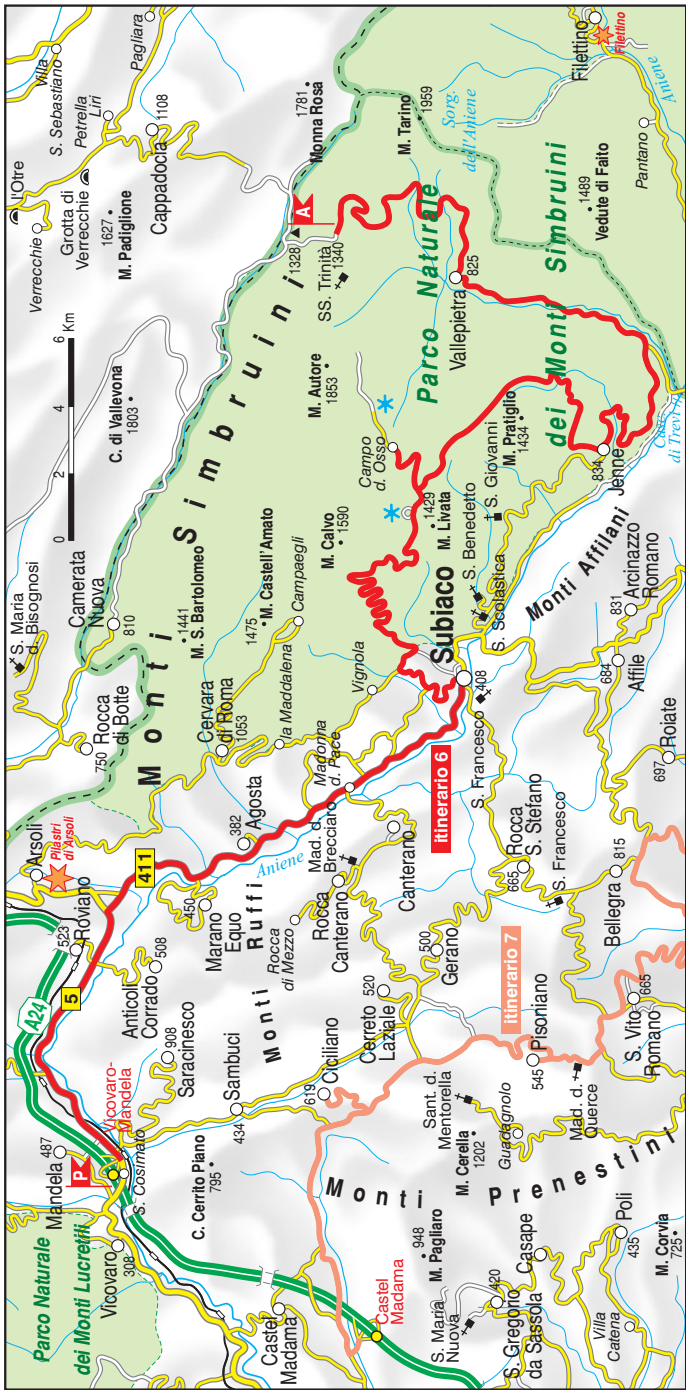
- Ada e Mario  
Circonvallazione Appia, 81  
Tel. 06786615
- Betto e Mary  
Via dei Savorgnan, 99  
Tel. 0624305339
- Cacio e Pepe  
Via Avezzana, 11 - Tel. 063217268
- Circolo Bocciofilo Flaminio  
Via Flaminia, 86 - Tel. 063610570
- Da Augusto  
Piazza de' Renzi, 15  
Tel. 066878842
- Da Edmondo  
Circonvallazione Clodia, 90  
Tel. 063701272
- Da Giovanni  
Via della Lungara, 41a  
Tel. 066861514
- Da Gnegno  
Via Prati della Farnesina, 10/12  
Tel. 063336166
- Da Lucia  
Vicolo del Mattonato, 2  
Tel. 065803601
- Da Sergio  
Vicolo delle Grotte, 27  
Tel. 066864293
- Da Teo  
Piazza dei Ponziani, 7/a  
Tel. 065818355
- Da Tonino  
Via del Governo Vecchio, 18  
Tel. 3335870779
- Da Ugo  
Via dei Prefetti, 19  
Tel. 066873752
- Dar Cordaro  
Piazzale Portuense, 4  
Tel. 065836751
- Felice  
Via Mastro Giorgio, 29  
Tel. 065746800
- Gino  
Vicolo Rosini, 4 - Tel. 066873434
- Hostaria da Enzo  
Via Ostiense, 36/i - Tel. 065741664
- La sagra del vino (da Candido)  
Via Marziale, 5 - Tel. 0639737015
- Marcello  
Via dei Campani, 12 - Tel. 06446311
- Osteria dell'Angelo  
Via G. Bettolo, 24 - Tel. 063729470
- Papi  
Via Stazione di Collemattia, 29  
Tel. 0620609248
- Sora Margherita  
Piazza delle Cinque Scole, 30  
Tel. 066874216
- Taverna Romana  
Via Madonna ai Monti, 79  
Tel. 064745325
- Trattoria del Pallaro  
Largo dal Pallaro, 15  
Tel. 0668801488
- Vitali  
Via Lorenzo Valla, 38  
Tel. 065810813
- Zampagna  
Via Ostiense, 179 - Tel. 065742306

bellezza il nostro itinerario ci dirigiamo a **Collemattia**: benché più vicini a Colonna, Monteporzio o Montecompatri, siamo sempre all'interno del comune di Roma. Si tratta di uno spettacolare punto panoramico per osservare i caratteri geologici e geomorfologici dell'area romana: la valle del Tevere, l'imponente cono vulcanico dei Colli Albani, i Monti Prenestini e l'Appennino più interno. Qui c'è una trattoria di campagna dove il tempo sembra essersi fermato all'immediato dopoguerra. Si tratta di **Papi**, dove è veramente arduo scegliere tra fettuccine, gnocchi e ravioli; nel dubbio vi consigliamo un trittico di assaggi. Come secondo è lecito dibattersi nel dubbio: pollo o coniglio? Entrambi sono ruspanti e si fa una gran fatica a staccare le ossa dalla carne, provare per credere.



L'itinerario si sviluppa all'interno del Parco dei Monti Simbruini. Ci troviamo nel settore occidentale dell'Appennino laziale-abruzzese, circondati dai rilievi montuosi prospicienti la valle del fiume Aniene. Siamo dunque, come dicevano i romani, in una zona *sub imbribus* – sotto le piogge – e, non a caso, il fenomeno geologico che la caratterizza è il carsismo. L'itinerario segue la Strada Regionale Sublacense fino a Subiaco per poi salire sull'altopiano di Monte Livata, da qui discendere fino a Jenne per proseguire quindi lungo la valle del Simbrivio fino a Vallepietra e al Santuario della Santissima Trinità.

*In alto, il Santuario della Santissima Trinità ai piedi della rupe della Tagliata (Arch. Iter)*







*La catena dei Monti Ruffi vista dalle sorgenti dell'Acqua Marcia (C. Fattori/Arch. ARP). Sotto, la Rocca*

## L'itinerario

Provenendo da Roma, si lascia la A24 a Vicovaro Mandela e si segue la Strada Statale Tiburtina Valeria sino al bivio che in direzione Subiaco immette sulla Strada Regionale Sublacense. Attraversando la piana del fiume Aniene si è già in prossimità dei contrafforti carbonatici dei rilievi simbruini, dove è ben visibile l'area di captazione delle sorgenti dell'Acqua Marcia. In questo settore l'elemento morfologico più pronunciato è rappresentato dalla rottura di pendio segnata dalla linea Olevano-Antrodoco che, con direzione circa N-S, corre tra Anticoli Corrado e Rocca Canterano attraversando i Monti Ruffi, situati sul lato opposto della valle rispetto ai Simbruini. La netta rottura di pendio evidenzia il contatto tettonico per sovrascorrimento delle strutture di transizione sabine sulle unità arenacee mioceniche associate alla piattaforma carbonatica laziale-abruzzese.

La dorsale simbruino-ernica, allungata in direzione appenninica, comprende il gruppo montuoso che da Sora giunge fino ad Arsoli, ai limiti della Piana del Cavaliere. Questa struttura risulta delimitata a nord est dalla Val Roveto, a sud ovest dalla Valle Latina e a nord ovest dalla linea Olevano-Antrodoco. Può essere considerata nei tratti generali come una grande unità carbonatica che immerge a nord est, sovrascorsa sulle unità terrigene alto-mioceniche della depressione della Val Roveto. Le rocce più antiche affioranti in questo settore dell'Appennino sono riferibili al Trias superiore (circa 200 milioni di anni fa), costituite prevalentemente da sequenze dolomitiche con noduli e piccole lenti di anidriti. Così espresso, il concetto per i profani della geologia può risultare ostico e di scarso *appeal*: immaginate allora un immenso mare cristallino, che milioni di anni fa lambiva le coste africane. Quest'ultime erano circondate



Abbaziale di Subiaco (Arch. Iter)

da rigogliose foreste di conifere che rilasciavano nel corso delle stagioni aghi, pigne e ramoscelli. I residui vegetali, spinti dal vento, si accumulavano sui fondali marini a formare sedimenti che di là a migliaia di anni si sarebbero trasformati in roccia. Ma quale evento ha condotto i fondali africani nel territorio laziale? Una migrazione verrebbe da dire! Nel senso che la collisione tra le placche africana e adriatica ha determinato l'impilamento degli antichi sedimenti marini in quella che è l'attuale catena appenninica.

Lasciato alle spalle il centro abitato di Agosta, si giunge, seguendo il corso dell'Aniene, a **Subiaco**. L'alveo del fiume si snoda a valle dell'abitato su torbiditi arenaceo-pelitiche, con aspetto sovente massivo, da cui si genera una sezione valliva ampia e svasata. In corrispondenza di Subiaco il corso fluviale presenta un'ampia convessità verso sud ovest, dovuta a un fenomeno di erosione selettiva che



## I MONASTERI BENEDETTINI DI SUBIACO: IL SACRO SPECO E SANTA SCOLASTICA

Dei dodici monasteri fondati da San Benedetto nella valle sublacense, il più antico e l'unico sopravvissuto ai terremoti e alle distruzioni saracene è quello di Santa Scolastica. In questo monastero, poco distante dal centro di Subiaco, a partire dal 1465 i tedeschi Sweynheim e Pannartz, utilizzando caratteri mobili appositamente ideati, stamparono quattro incunaboli, tra i quali le opere del Lattanzio, l'unico tra quelli pervenuti a recare luogo e data di realizzazione. Costituito da un vasto complesso di edifici con tre chiostri e un bel campanile romanico, il monastero ha subito durante la seconda guerra mondiale un bombardamento che ne ha distrutto la facciata e parte del

primo chiostro. Invece integro il chiostro cosmatesco o terzo chiostro, eretto in due fasi, nel XII secolo il lato sud e nel XIII gli altri, conserva le colonne e i capitelli in pietra calcarea e marmo di Carrara. Poche centinaia di metri più avanti, lungo la stessa strada diretta a Jenne, si trova il monastero di San Benedetto o "Sacro Speco", definito da Petrarca "soglia del Paradiso", sorto a partire dal Duecento – in eccezionale posizione sull'alta valle dell'Aniene – intorno alla grotta dove si ritirò in preghiera il giovane Benedetto da Norcia. Il complesso è costituito da due chiese sovrapposte e da diverse cappelle collegate da pareti irregolari, volte e scale, che si mimetizzano con la roccia circostante (r.g.).



Il Sacro Speco di San Benedetto (Arch. Iter)

ha costretto il fiume a incidere più intensamente i depositi torbidi-  
tici aggirando i materiali carbonatici della paleoconoide provenienti  
dal Fosso dei Canali. In altre parole, in un passato assai remoto il  
fiume Aniene ha trovato un ostacolo troppo grande (ossia il cumulo  
di calcari della conoide) al suo corso: anziché travolgerlo, ha pre-  
ferito aggirarlo facendo leva sulle più tenere arenarie torbiditiche.  
I primi segni di una diffusa frequentazione umana della zona si  
devono agli Equi, popolazione di stirpe italica che abitava la Valle  
dell'Aniene in epoca pre-romana. Resti di mura poligonali attribui-

bili a un centro fortificato indicano che in corrispondenza dell'attuale Subiaco sorgeva uno dei tanti fortificati che gli Equi abitarono fino al IV secolo a.C., epoca del loro totale annientamento avvenuto per mano dei Romani. Già nell'Alto Medio Evo il territorio sublacense presentava la traccia delle due strutture religiose che ne avrebbero determinato il destino per oltre 1500 anni: l'eremo di San Benedetto e il cenobio di Santa Scolastica. Ma furono anche vicende storiche a porre Subiaco al centro dell'attenzione. Soprattutto quelle legate a importanti figure del Rinascimento, tra cui senza dubbio il Cardinale spagnolo Rodrigo Borgia, il futuro Alessandro VI (1431-1503), che fortificò la rocca abbaziale rendendola particolarmente dominante sull'intera valle. A Subiaco vide inoltre la luce Lucrezia, unica femmina dei quattro figli da lui avuti con Giovanna de Candia dei Cattanei, detta Vannoza.

Attraversato il centro abitato di Subiaco, ci s'immerge sulla strada provinciale che sale sulla dorsale simbruina entrando di fatto nel cuore del Parco Regionale, fino a raggiungere l'altopiano carsico di Livata e Campo dell'Osso. La provinciale porta, attraverso i suoi 14 tornanti, fino alla quota di 1450 metri di altitudine, lambendo dapprima la paleoconoide del Fosso dei Canali e poi la potente successione carbonatica simbruina. Questa successione, a tratti massiva e fittamente stratificata, deve la sua origine alle condizioni ambientali omogenee del Giurassico e del Cretacico inferiore, che portarono a una sedimentazione carbonatica pressoché indifferenziata. Verso

## L'ALIMENTAZIONE DEI MONACI BENEDETTINI

L'alimentazione giornaliera di un monaco, secondo la regola di San Benedetto, prevedeva un pasto al giorno e per la sera una leggera "collazione" (derivante da "Collazioni", la raccolta di testi letti durante questo pasto). Nei giorni di festa gli alimenti a disposizione del monaco aumentavano: di un quarto i cibi, della metà le bevande. Anche se c'erano momenti di digiuno e giorni dedicati "al mangiar di magro", in alcuni monasteri il numero delle festività poteva arrivare fino a 156, per onorare oltre alle classiche ricorrenze religiose anche i "patroni" locali.

All'interno delle comunità monastiche esistevano diversi ruoli. Gli abati e le badesse provenivano dalla nobiltà mentre la cura dei campi, delle cantine e delle stalle era affidata ai frati o ai laici. A cucinare pensavano i monaci in grado di rielaborare le indicazioni rintracciate nei vecchi manoscritti. In questo modo nacquero le prime raccolte di ricette e gli orti ricchi di spezie, erbe medicinali e ortaggi, assieme ai vigneti e agli stagni, divennero importanti fonti di risorse alimentari, andando progressivamente a confluire nella cucina quotidiana (*i.e.*).



la fine del Cretacico, circa 70 milioni di anni fa, la piattaforma carbonatica subì un fenomeno di disarticolazione particolarmente marcato e alcune sue porzioni emersero dalle acque, come testimoniato dalla presenza di erosione carsica – legata allo scorrimento delle acque – e di depositi di bauxite, legati alla presenza di suolo.

Giunti a **Monte Livata** si è decisamente rapiti dalla bellezza del paesaggio, condizionato dallo sviluppo di un carsismo in rapida evoluzione. L'intero altopiano è coperto da un fitto bosco di faggio che lascia spazio alle morfologie epigee più evidenti solo in corrispondenza delle ampie radure, dove si susseguono doline e campi carreggiati. Osservando da vicino le tante cavità che collegano doline di superficie con condotti carsici sotterranei, è possibile notare come sia diffusa la presenza di accumuli di chiara origine vulcanica, con spessori che talvolta raggiungono alcuni metri, fittamente stratificati e multicromatici. Analisi radiometriche attribuiscono a tali depositi un'età di alcune centinaia di migliaia di anni.

A Monte Livata è consigliata una sosta culinaria alla **Locanda**



**Mamma Peppina**, dove si potrà assaggiare il gustoso “pappaciucco”, piatto tipico della cucina sublacense con verdure, patate e pane tostato, da accompagnare con un caratteristico vino cesanese. Per gli appassionati di miele, prima di riprendere il percorso merita una sosta la **Mieleria nel Bosco**, dove effettuare tra le altre la degustazione della Melata locale. Proseguendo sulla provinciale, da Monte Livata si raggiunge il centro di **Campo dell’Osso**, alla quota di circa 1600 metri. Per gli appassionati di trekking il luogo possiede numerosi percorsi ben segnalati che giungono sin sulla vetta del Monte Autore, il cui singolare toponimo ne richiama la considerevole altezza (1853 m). Da qui si apre un’incredibile veduta a 360 gradi che spazia dal Monte Terminillo al Gran Sasso d’Italia (2912 m), dalla Conca del Fucino fino alla Maiella (gruppo montuoso che culmina nei 2793 m. del Monte Amaro) e poi oltre fino ai Monti Ausoni, agli Ernici e ai Lepini, per giungere fino al Mar Tirreno.

Un tempo questi altipiani erano segnati da numerosi percorsi battuti dai carbonai di Subiaco, che frequentavano la zona per produrre combustibile da vendere a fondovalle. Si perde nel tempo la tradizione delle carbonaie nei boschi di Piana Stellante o di Campobuffone, dove ancora oggi è possibile imbattersi in curiose piazzole lungo i versanti che bordano le praterie carsiche. Qui, al di sotto del manto di foglie, il terreno appare costituito esclusivamente da residui vegetali carbonizzati, frutto dell’antica tecnica impiegata per produrre carbone vegetale. Questa richiedeva la costruzione di cumuli di legna ricoperti da fascine, a loro volta ricoperte di terra per provocarne la lenta combustione che avrebbe prodotto il carbone, poi portato a valle a dorso delle bestie da soma. Gli scarti non

*Nella pagina accanto, una faggeta nei Monti Simbruini e, in basso, mucche al pascolo nei Fondi di Jenne (F. Belisario/Arch. ARP). Sotto, rocce calcaree modellate dal carsismo nei pressi di Camerata Vecchia (S. Ardito)*





La grotta dell'Inferniglio (Arch. Iter)

trasportabili si accumulavano sul terreno formando i caratteristici terrazzamenti individuabili ancora oggi. Per gli appassionati di affioramenti fossiliferi, giunti sul grande piazzale asfaltato e lasciata la macchina in prossimità del **Ristorante Il Capriolo**, dove si consiglia di sostare per degustarne gli ottimi piatti, si prosegue a piedi lungo il sentiero sterrato che guarda verso le vecchie piste di sci nordico. Non sarà difficile scorgere, sul taglio artificiale che delimita il camminamento, un'interessante tanatocenosi a rudiste. Nulla di troppo funereo: si tratta di un'associazione di resti di organismi accumulati nello stesso luogo dopo la loro morte. La litofacies è costituita da prevalenti micriti stratificate e da calcareniti, con rari episodi dolomitici e di lamine di argilla. Il contenuto fossile risulta particolarmente ricco di rudiste ben conservate come *Caprina adversa* e *Sauvagesia nicaisei*.

Proseguendo l'itinerario da Campo dell'Osso si ridiscende verso Monte Livata e si devia seguendo le indicazioni per **Jenne**. Il paese di Jenne, che ospita la sede del Parco Naturale Regionale Monti Simbruini, appare come un fitto agglomerato di case disteso su uno sperone di roccia a strapiombo sul corso dell'Aniene. Questo caratteristico borgo è particolarmente ricco di scorci panoramici ed è stato utilizzato da innumerevoli artisti come scenario delle loro opere pittoriche e poetiche. Con tutta probabilità il nome Jenne o Gehenna deriva dalla parola "inferno", ipotesi suffragata dal nome delle vicine grotte dell'Inferniglio, che si trovano a poca distanza dal centro abitato. È possibile che il toponimo sia legato al particolare fenomeno che interessa questa cavità, situata a 512 metri di altitudine e che si spinge all'interno dei Simbruini per numerosi chilometri tra cunicoli allagati e sale concrezionate con imponenti stalattiti e stalagmiti. Da anni, infatti, si succedono spedizioni di ricerca italiane ed estere per dare spiegazione delle leggendarie "eruzioni della sorgente", un termine usato in maniera figurativa per spiegare

l'improvvisa fuoriuscita d'acqua dalla grotta. È un fenomeno dovuto alla particolare conformazione della cavità carsica, costituita da alternanze di sale di grandi dimensioni e sifoni sotterranei che riempiendosi con l'arrivo di forti piogge scaricano le loro acque l'una nell'altra fino a far eruttare un vero e proprio fiume in piena dall'imboccatura della grotta.

Superato l'abitato di Jenne, si prosegue seguendo le indicazioni per Vallepietra nella stretta valle del Simbrivio, tributario del Fiume Aniene. Giunti al bivio per Vallepietra, merita una piccola sosta la confluenza del torrente Simbrivio con il Fiume Aniene. Un suggestivo sentiero battuto porta sino alla spettacolare cascata dell'Aniene che segna la chiusura del tratto di monte del fiume prima di immergersi nella stretta forra che porta il fiume sino all'abitato di Subiaco. La valle del Simbrivio si apre tra i profili rocciosi di Monte Autore, di Monte Tarino e dell'altopiano del Faito. Se per la vista d'insieme della valle è necessario un punto di osservazione posto ad alta quota, i dettagli del territorio sono visibili solo risalendo la valle fin oltre il piccolo comune di **Vallepietra**, arroccato su uno sperone di roccia che domina il corso del torrente. A pochi chilometri dalla confluenza tra Simbrivio e Aniene merita una sosta ristorativa il **ristorante Pezze Piane**, lungo la strada provinciale Subiaco-Vallepietra al Km 23,400.

Lungo la valle del Simbrivio affiorano depositi del Giurassico, presenti anche nella valle del Fioio sino alla Val Granara, descriven-

## IL FAGIOLONE DI VALLEPIETRA

Nel cuore del Parco Naturale dei Monti Simbruini, a circa 800 metri di altitudine sorge il borgo di Vallepietra, centro agro-pastorale che deve forse la sua fondazione a contadini fuggiti dalla campagna romana a causa dell'invasione dei goti nel VI secolo. A un'altra dominazione, quella spagnola, si fa risalire la coltivazione in queste terre del fagiolone di Vallepietra, detto anche "Gigante di Spagna" o "Ciavattone". Di dimensioni notevoli, di colore bianco e a forma di confetto, questo fagiolo viene piantato dai coltivatori vallepietrani nei mesi di aprile e maggio

e raccolto in ottobre. La coltivazione si effettua con metodi semplici e naturali, cioè senza diserbanti o concimi chimici. Si consuma in bianco con olio e cipolle, condito con il sugo di salsiccia e cotenne di maiale, oppure nelle zuppe di verdure e nelle insalate (*i.e.*).



Arch. Itef





do una fascia ripetutamente interrotta da faglie antiappenniniche. I sedimenti riferibili al Lias, ossia a circa 180 milioni di anni fa, affiorano in giacitura monoclinale dal Fosso del Tartaro alla Val Granara, oltre che nel settore a Ovest di Vallepietra, alla base della Serra del Dragone. La facies diventa nel tempo sempre più

calcarea, con micriti di colore tra il bianco e il beige regolarmente stratificate. Ai calcari s'intercalano localmente grosse bancate di dolomie cristalline associate a calcari dolomitici giallo-verdastri. I macrofossili sono rari e limitati a brachiopodi e lamellibranchi. Al tetto si individua un intervallo costituito dalla facies a *Lithiotis*: si tratta di grandi bivalvi estinti nel Giurassico inferiore che proliferavano in maniera esplosiva nei mari bassi costituendo, assieme ad altri organismi dei cumuli di forma lenticolare. Il paleoambiente di deposizione è quello tipico della piattaforma interna, con lagune di acqua salmastra. Il Giurassico è chiuso al tetto da livelli discontinui di calcari micritici lastriformi con resti fossili di *Charophytae*, ossia di alghe verdi, e di Ostracodi, i più antichi crostacei conosciuti.

Il paesaggio della conca di Vallepietra, lungo la valle del Simbrivio, si presenta aspro e montano, fittamente ricoperto da boschi di faggio e di roverella, con versanti acclivi costellati di forme dovute alla costante attività erosiva dell'acqua. Tra gli elementi morfologici che

#### SUBIACO (RM)

- Ristorante Il Cantuccio  
Via Fabio Filzi, 38  
Tel. 0774 83414
- Ristorante Belvedere  
Via dei Monasteri, 33  
Tel. 077485531; 3382852864
- Agriturismo Colle Tocci  
Contrada Castagnola  
Tel. 0774822917; 3492856786

#### MONTE LIVATA (RM)

- Ristorante Mamma Peppina  
Via dei Boschi, 11  
Tel. 0774826100
- Ristorante Il Capriolo  
Campo dell'Osso - Tel. 0774826074

- Mieleria del Bosco  
(Miele e Prodotti tipici)  
Via dei Boschi n. 6  
Tel. 3395675004; 3381442711

#### JENNE (RM)

- Ristorante La Villetta  
Via Cesarea snc  
Tel. 0774827051; 3497707185
- Ristorante Il Lescuso  
Largo dei Prati, 12  
Tel. 0774827169; 3332206946

#### VALLEPIETRA (RM)

- Ristorante Le Pezze Piane  
S.P. Subiaco  
Km 23.400 -Tel. 0774899167



*Nella pagina accanto, affresco raffigurante la SS. Trinità (sec. XIII) nel Santuario di Vallepietra (Arch. Iter). Sopra, pellegrini in cammino verso il Santuario della SS. Trinità*

più spiccano vanno sicuramente menzionati i calanchi, piccole e ripide incisioni sui versanti spogli in cui la roccia affiora in discontinue chiazze bianche, ben visibili sulla strada che porta da Vallepietra al santuario della Santissima Trinità, e i terrazzamenti agricoli delimitati da piccoli terrapieni in muratura a secco. Si tratta di opere di maestria legate a un'agricoltura di sussistenza ma comunque in grado di vantare un prezioso rappresentante nel "fagiolo di Vallepietra", detto anche "ciavattono" o "gigante di Spagna". Vallepietra deve gran parte della sua storia al Santuario della Santissima Trinità, posto sulle pendici del Colle della Tagliata, lungo lo spartiacque che separa i Simbruini dal territorio abruzzese.

Sin dai tempi più antichi la Santissima Trinità è stata meta di pellegrinaggio. Posizionata lungo importanti percorsi di transumanza, venne narrata anche in luoghi lontani portando intere comunità a intraprendere lunghe marce per raggiungere in religioso silenzio il luogo di culto. Tuttora la venerazione si manifesta nei giorni di ricorrenza, quando i pellegrini giungono numerosi percorrendo le ultime centinaia di metri dell'accesso al Santuario, tra preghiere e riti di accensione di candele votive. Tra le più suggestive tradizioni popolari legate alla venerazione della Trinità va ricordato il "Pianto delle Zitelle", che dal XVII secolo rievoca, all'alba della domenica dopo Pentecoste, la passione di Cristo con i canti delle giovani ragazze di Vallepietra.



**M**arne, calcari, breccie annaffiati da genuini Cesanesi: questo è il *fil rouge* che accomuna il tragitto che da Castel Madama conduce a Genazzano Romano, tra gli alti bacini dei Fiumi Aniene e Sacco. La particolarità di questo itinerario risiede nel fatto che esso si snoda in un territorio che rappresenta una duplice “zona di transizione”. A livello geologico si tratta di un’area chiave per la ricostruzione dell’evoluzione dell’Appennino laziale, in quanto settore di raccordo tra le strutture sabine a Ovest e il dominio di piattaforma carbonatica laziale-abruzzese a Est. In parallelo, dal punto di vista eno-gastronomico, si realizza in quest’area la coesistenza e la com-

*Sopra, panorama della Mentorella (Arch. Iter)*

penetrazione di culture diverse: ai sapori tipici della Campagna Romana si sovrappongono, spesso prendendo il sopravvento, le tradizioni della cucina montanara appenninica, con forti influenze provenienti dalla Marsica e dalla Ciociaria.

## L'itinerario

L'escursione ha inizio dall'uscita di Castel Madama dell'Autostrada A24; da qui ci si immette, in direzione Ciciliano, sulla S.P. 33/A Empolitana I, che si sviluppa nell'ampia incisione del Fosso Empiglione, compresa tra la dorsale di Castel Madama a Nord e il margine settentrionale dei Monti Prenestini a Sud. La prima deviazione dal percorso è in località Valle Caprara; da qui parte un sentiero pedonale che risale l'omonima incisione valliva fino a quota 1060 alla località Spina Santa, per chiudersi poi ad anello ripercorrendo in discesa il versante prenestino.

La strada provinciale 33/A, risalendo la valle dell'Empiglione, raggiunge il Passo della Fortuna (460 m), dominato dalla dorsale costituita dai Calcari bioclastici langhiano-serravalliani su cui sorge il paese di **Ciciliano**. Poco a Ovest del Passo, all'interno di una villa privata, s'intravedono i resti dell'insediamento di *Trebulu Suffenas*, sviluppatosi dall'VIII-VII secolo a.C. al III secolo d.C.





Le rocce di Guadagnolo (S. Ardito)

Se non si ha la fortuna di visitare l'area archeologica, ci si può consolare al Ristorante **Al Passo della Fortuna** a Ciciliano, o in alternativa, proseguendo sulla S.P. Empolitana I, all'**Hostaria Il Postiglione**. I menu propongono le sagne, o pizzarelle, una pasta lavorata a mano a base d'acqua, farina di grano e in piccola parte farina di granturco, condita con salsa di pomodoro, aglio, olio e peperoncino o con sugo di pecora; carni alla brace e, per gli estimatori dei gaste-

## SAGRA DELLA PANARDA DI CICILIANO

Un documento ricorda che nel 1657 tale Pietro Paolo Serafini, secondo una consolidata tradizione familiare, distribuiva una minestra di fave per perpetuare un voto fatto dai suoi antenati a Sant'Antonio Abate. La leggenda popolare racconta che una donna della famiglia Serafini lasciò una bimba in fasce nella culla e andò a prendere l'acqua alla fontana. Tornando a casa incontrò un lupo che stringeva tra le fauci proprio la piccola. La donna spaventata invocò Sant'Antonio e, all'improvviso, il lupo depose delicatamente a terra la bimba. La donna, per la grazia ricevuta,

promise al Santo la festa a fuoco, cioè la Panarda. Al di là della leggenda con il termine "Panarda" si indica un rituale di consumo collettivo del cibo, tradizione o rito comune a molte regioni del centro-sud, che consiste in un banchetto allestito in precise ricorrenze. L'origine del vocabolo è piuttosto oscura e probabilmente deve essere ricercata nella radice indoeuropea "pan" intesa nel senso di abbondanza. A Pisoniano la Panarda si festeggia il 19 agosto con un banchetto pubblico cui partecipano i quattro rioni dell'abitato (*s.g. & g.m.*).

ropodi, un'altra specialità di Ciciliano: la polenta con le lumache. Chi invece resiste alle tentazioni della gola, dal Passo della Fortuna potrà deviare dall'itinerario percorrendo a piedi il sentiero che risale il ripido versante dei Monti Prenestini sino al **Santuario della Mentorella** (1026 m). Lungo il percorso si osservano in affioramento, con stratificazioni fortemente immergenti verso Est, i Calcari bioclastici e la sottostante Formazione di Guadagnolo, che costituiscono il fianco orientale dell'anticlinale prenestina. Giunti al Santuario si potrà godere di una visione panoramica della depressione dell'alto bacino del torrente Fiumicino, compresa tra le strutture carbonatiche dei Monti Prenestini e Ruffi, al cui margine orientale sorgono i centri abitati di Sambuci, Cerreto Laziale e Gerano. La S.P. Empolitana I prosegue verso Sud, salendo con morbidi tornanti lungo i rilievi collinari sviluppati nei sedimenti pelitico-arenacei tortoniani della Formazione di Frosinone. Giunti al paese di **Pisoniano** si trova un altro sito di interesse gastronomico, la **Trattoria Bacco**, dove si scopre un originale piatto tradizionale: le *sagne al sugo di baccalà*, inaspettato omaggio all'origine marina profonda del substrato geologico di Pisoniano! Si continua oltre lungo la via Empolitana fino a **San Vito Romano**,

*Colata rapida innescata il 21 Maggio 2008 dal crollo del muro della strada provinciale San Vito-Ponte Orsini, al margine dell'abitato di San Vito Romano (Argentieri)*





La Grotta dell'Arco di Bellegra (Pro Loco Bellegra)

il cui territorio comunale è intensamente interessato da fenomeni franosi; soste di ristoro consigliate sono la pizzeria al taglio **La Terrezza** o il ristorante **La Tombola**.

Dopo San Vito Romano si prosegue in direzione Bellegra, percorrendo la S.P. 62/A “S. Vito-Bellegra”, che attraversa le grandi strutture plicative ad asse meridiano sviluppatesi nelle unità silico-clastiche durante le fasi di formazione dell’Appennino. Si tratta in sintesi di *flysch* – termine onomatopico di origine vallese associato all’intrinseca scivolosità – ossia di depositi di sedimenti terrigeni originatisi a seguito di frane sottomarine e riportati in superficie durante la genesi delle catene montuose. La S.P. 62/A mostra inoltre le evidenze di recenti fenomeni di dissesto.

La particolarità delle geometrie deformative del settore di raccordo tra le unità strutturali prenestine e quelle dei Monti Simbruini e Affilani si percepisce appieno una volta giunti a **Bellegra**. Il paese è situato su di una rupe appartenente all’allineamento di dorsali carbonatiche, orientato circa N-S, che corrisponde al tratto meridionale della Linea Olevano-Antrodoco. Si tratta di un elemento tettonico di importanza regionale, espressione del sistema di scaglie tettoniche accavallate (ossia di falde rocciose impilate le une sulle altre come le tessere di un domino) tramite il quale le unità del bacino umbro-sabino sono sovrascorse su quelle flyschoidi, e quindi su quelle della piattaforma carbonatica laziale-abruzzese, durante il processo di strutturazione dell’Appennino.

Lo sperone di Bellegra, costituito dai Calcari bioclastici, rappresenta la culminazione di uno dei sovrascorrimenti; il contrasto morfo-

## IL TRAVERTINO

(a cura di Marina Fabbri e Manuela Ruisi)

Largamente impiegato per elementi decorativi e ornamentali, è ancora oggi esportato in tutto il mondo. Stiamo parlando del travertino, la pietra calcarea sedimentaria di color bianco-avorio che, fin dal II sec. a.C., ha indissolubilmente legato la propria storia a quella della Città Eterna, diventandone al tempo stesso simbolo e struttura.

I giacimenti principali si trovano presso Tivoli (l'antica *Tibur*) da cui prende il nome *Lapis Tiburtinus* (Pietra di Tivoli). I Romani utilizzarono anche travertino proveniente da Fiano Romano, alle pendici del M. Soratte.

Con il travertino sono stati costruiti il Colosseo, l'Arco di Costantino, il Tempio della Fortuna Virile, Porta Maggiore, il Teatro Marcello. Grandi blocchi di travertino adornavano le porte delle Mura Aureliane che consentivano l'accesso alla città.

Sotto Sisto IV (1471-84) furono realizzate molte chiese in travertino:

Santa Maria del Popolo (interno e facciata frontale esterna), San Pietro in Montorio sul Gianicolo (facciata frontale), i SS. Apostoli, San Pietro in Vincoli (in travertino anche il chiostro). In occasione dell'Anno Santo del 1475 Sisto IV, per agevolare il flusso dei pellegrini, fece costruire in travertino il primo ponte nella città, Ponte Sisto.

Furono poi costruiti in travertino il Palazzo della Cancelleria, il Colonnato di S. Pietro, la Fontana di Trevi, i muraglioni del Tevere, il Palazzo di Giustizia, l'edera in piazza della Repubblica e le tante costruzioni di epoca fascista (Città Universitaria, Ponte Flaminio, EUR, etc.). In tempi moderni è stato impiegato nel Paul Getty Museum di Los Angeles, nella Banca di Cina a Pechino, nell'Università di Copenaghen, nel Complesso Museale dell'Ara Pacis Augustae e nell'Auditorium Parco della Musica di Roma.



Arch. Iler





Sopra, Charles Coleman "Vista su Rocca Canterano e i Monti Ruffi", 1847 (olio su cartone, collezione privata). Sotto, la torre - "jo Picocco" - di Olevano Romano (Arch. Iter)

gico rispetto ai circostanti rilevi collinari sviluppati nei sedimenti terrigeni consente di cogliere, anche visivamente, l'importanza di tale linea di demarcazione. Tra le attrazioni bellegrane va infine menzionata la trattoria della **Sora Iole**, meta obbligata per gli amanti della cucina casareccia e "di sostanza": menzione speciale per i sublimi ravioli di ricotta e spinaci e per le fettuccine.

La complessità dell'assetto geologico-strutturale di questo settore dell'Appennino laziale esercita un forte controllo anche sui caratteri geomorfologici e idrogeologici. Il risultato è un paesaggio peculiare e ricco di contrasti, ma estremamente sensibile e soggetto ad una diffusa instabilità: tale settore risulta infatti tra quelli maggiormente

interessati da fenomeni di dissesto idrogeologico nel territorio regionale. Questo scenario ispirò i dipinti di moltissimi paesaggisti europei del secolo XIX, fra tutti l'inglese Charles Coleman (1808-1874). Quest'ultimo subì il fascino di tutte le bellezze dell'alta Valle dell'Aniene, naturali e non solo. Sposò infatti un'avvenente modella sublacense, Fortunata Segatori, dalla quale ebbe quattro figli tra cui Enrico (1846-1911), anch'egli grande acquerellista della Campania Romana.



## IL CESANESE

Piglio, Olevano e Affile. Sono questi i territori d'eccellenza del Cesanese, uno dei vini che in questo momento sta tirando la volata a quello che gli addetti ai lavori definiscono il nuovo "Eno-Lazio", intendendo con questo termine una realtà vitivinicola più saporita, interessante e variegata. Rosso rubino, morbido, odoroso di marasca, poco tannico e con finale ammandorlato, il Cesanese, declinato nelle sue più differenti texture, si sta proponendo infatti come l'affascinante protagonista di abbinamenti così interessanti da suscitare l'interesse delle tavole più raffinate. Eppure questo vino affonda le sue radici nella storia più antica, come testimonianza la forma

di allevamento tipica del frusinate, quella cosiddetta "a canocchia", sistema che prevede per le piante il sostegno di canucce intrecciate. Questo sistema porta con sé la traccia del contatto tra la civiltà della vite Etrusca, che utilizzava un sostegno vivo (piante da frutto, olivi ecc.), e quella Greca che aborrisce i sostegni in favore dell'allevamento delle piante "ad alberello". Il punto di incontro si manifesta proprio in questi luoghi che dal Lazio scivolano verso la Campania, dove si è andato a costituire un sistema di allevamento destinato, dopo il periodo papale di Alessandro VI, a diffondersi in tutta la campagna laziale (*i.e.*).

Ci si sposta quindi verso Sud percorrendo la S.P. 61/A, che si sviluppa lungo l'asse della dorsale carbonatica. Si raggiunge così **Olevano Romano**, il cui centro abitato sorge, analogamente a Bellegra, su un sistema di scaglie tettoniche embricate costituite dai Calcari bioclastici e dalle sovrastanti Marne a Orbulina (questi microrganismi, come un segnale luminoso, indicano il luogo e il momento in cui la catena appenninica con il suo peso provocò, milioni di anni fa, l'inabissamento del tratto di mare antistante). Sul substrato calcareo poggiano i resti delle mura megalitiche, o "ciclopiche", di epoca preromana, peculiarità archeologica che accomuna Olevano a molti altri centri storici del Lazio meridionale. Per soddisfare le richieste del palato, sollecitato dalle attrattive geologiche dell'itinerario, ecco il ristorante **Sora Maria e Arcangelo**, che offre una cucina raffinata senza trascurare la tradizione: da non perdere gli speciali cannelloni – dalla segretissima ricetta – serviti su un piatto rovente e le pappardelle alla lepre. Per una sosta più breve si consiglia invece la **Panetteria San Rocco** per gustare pane, pizze e dolci locali. Ma prima di lasciare Olevano, una tappa obbligata è alla **Cantina Sociale** per degustare l'orgoglio enologico della regione: il Cesanese. Da Olevano si prosegue in direzione Sud lungo la S.P. 61/A e ci si immette presso la località Ponte Orsini sulla S.R. N° 155, con due



Scorcio del centro storico di Genazzano. Nella pagina accanto il Mastio di Rocca di Cave (S. Ardito)

alternative per il rientro a Roma: percorrerla in direzione Palestrina per raggiungere la S.S. N° 6 Casilina, oppure svoltare per Valmontone e imboccare l'Autostrada A1. Nel primo caso, si caldeggia sulla via del ritorno una breve deviazione a **Genazzano**: i palati non ancora appagati troveranno soddisfazione con gli *gnocchetti a coda*

## L'OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA DI ROSCIOLA

Sotto il regno di Costantino nella capitale dell'impero pare che esistessero 2300 distributori di olio che fornivano ai cittadini il grasso vegetale per cucinare ma anche gli oli meno pregiati destinati alla cosmesi, ai massaggi e all'illuminazione domestica. Buona parte dell'olio che si consumava a Roma proveniva dagli ulivi di Paliano, Piglio, Serrone, Acuto, Anagni, Olevano Romano e Genazzano. Tra le varietà più resistenti alle avversità, più costanti nella produzione e a maggior resa d'olio, i Latini annoveravano la Rosciola, un albero non molto sviluppato, ma dalla chioma densa. Il frutto della Rosciola è di colore rossiccio-violaceo,

ha polpa poco spessa ma di ottima oleosità che richiede la massima accortezza nel trasporto. Per farne olio, la Rosciola va molita al più presto proprio per scongiurare la rottura dell'epicarpo a cui seguirebbe inevitabilmente l'incidimento dell'olio. Grazie a questo sforzo, il risultato è un liquido leggermente velato, di colore giallo dorato con riflessi verdi. All'olfatto è di buona intensità e persistenza ed è caratterizzato da sentori di fruttato verde. Al gusto è armonico e fruttato con un deciso retrogusto amaro-piccante in chiusura, ottimo per tutti i piatti, in particolare per pesci alla griglia e arrosti (i.e.).



de soreca alla Trattoria **Palumbo** (nota anche come “Sora Nicolina”) o all’**Antica Osteria Terremoto**. Da Genazzano si potranno cercare gli affioramenti delle famose brecce calcaree poligeniche inglobate nella Formazione di Frosinone oppure effettuare escursioni a piedi lungo i due sentieri che risalgono il versante orientale prenestino, rispettivamente fino a Capranica Prenestina o Rocca di Cave (da non perdere qui la visita al Museo geopaleontologico “Ardito Desio”, preludio ad un altro possibile itinerario sul versante occidentale prenestino, alla scoperta dell’antico margine della piattaforma carbonatica mesozoica).

#### CICILIANO (RM)

- Ristorante Al Passo della Fortuna  
Via Madonna del Carmine, snc  
Tel. 0774790179
- Hostaria Il Postiglione  
Via Empolitana, Km 13.500  
Tel. 0774790319

#### PISONIANO (RM)

- Trattoria Bacco  
Via Piagge, 16  
Tel. 069577224

#### SAN VITO ROMANO (RM)

- Ristorante La Tombola  
Via del Canale, 7  
Tel. 069571648

#### BELLEGRA (RM)

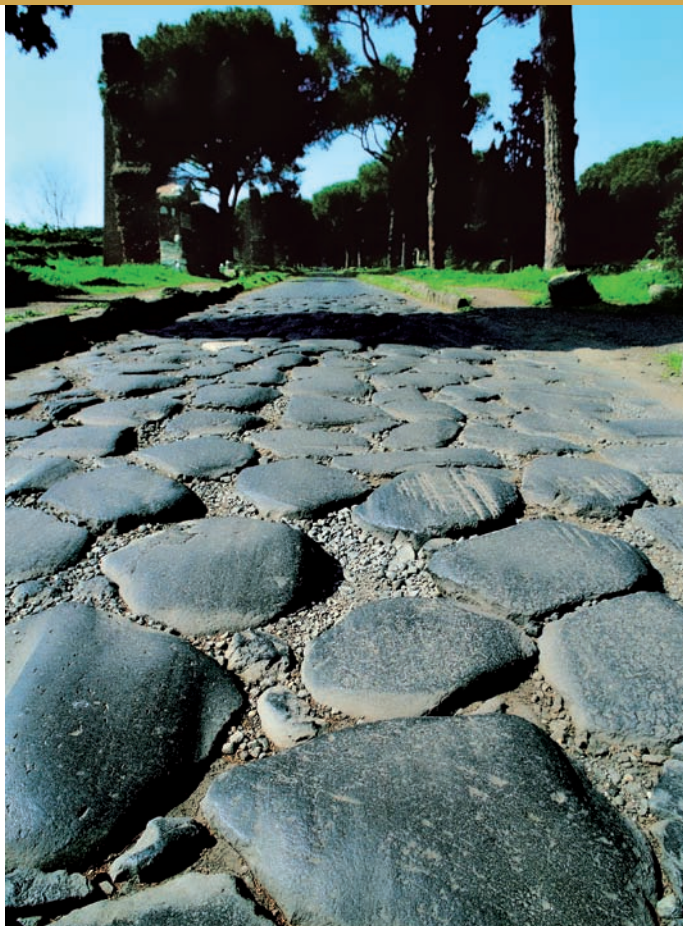
- Ristorante Sora Iole  
Via Roma, 161 - Tel. 069565038

#### OLEVANO ROMANO (RM)

- Antico Ristorante Sora Maria e Arcangelo  
Via Roma, 42 - Tel. 069564043
- Panetteria San Rocco  
Via Piave, 12 - Tel. 0695608007

#### GENAZZANO (RM)

- Trattoria da Palumbo  
Via Giuseppe Garibaldi, 20  
Tel. 069579175
- Antica Osteria Terremoto  
Via della Rocca, 16  
Tel. 069579032; 3345482609



Frascati, Albano, Velletri, Marino, Grottaferrata. Sono solo alcune delle tappe di questo itinerario che si snoda all'interno del Parco dei Castelli Romani, dove arte, cultura e tradizione si sposano a un ventaglio di offerte gastronomiche tra le più note d'Italia. Non solo vino e porchetta però, ma anche tufi, peperini, pozzolane, ossia le testimonianze più frequenti legate al vulcanismo esplosivo quaternario del Vulcano Laziale.

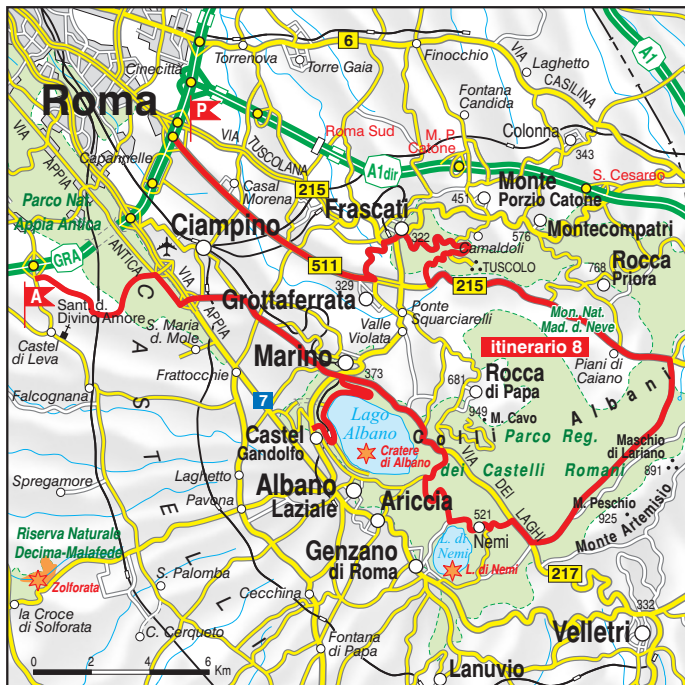
### L'itinerario

La passeggiata tra natura, geologia e cibo parte da Via di Fioranello, una traversa della Via Ardeatina poco dopo il Grande Raccordo Anulare. È straordinario come, nonostante ci si trovi a pochi km



Le pareti leucitiche della cava Boncompagni Ludovisi, presso via di Fioranello (A. Sasso/ Arch. ARP). Nella pagina accanto, un tratto della Via Appia nel quale è visibile il basolato originale

dal centro della città, il paesaggio mantenga ancora intatti i tratti salienti della Campagna Romana, con modeste colline e vasti pianori che spaziano all'orizzonte su cui si staglia la mole del Vulcano Laziale. I vasti fronti di cava abbandonati offrono immediatamente uno spunto di osservazione per ricondurre la natura del paesaggio alla litologia che l'ha originato. Si tratta in sintesi dei resti dei vasti *plateaux* delle ignimbriti eruttate dal Vulcano Laziale tra 600.000 e 300.000 anni fa. Per osservare più in dettaglio la successione dei de-



positi dell'attività esplosiva del vulcano, è sufficiente abbandonare Via di Fioranello, subito dopo il civico 147, e imboccare il vicolo che si apre sulla destra e conduce a delle cave di pozzolana ancora attive. Giunti al casotto di entrata si può chiedere il permesso per un breve accesso: dall'alto appare la successione eruttiva del Litosoma Vulcano Laziale, dalle Pozzolane Rosse al Conglomerato Giallo, che costituisce la base del primo terrazzamento di cava, alle Pozzolane Nere, alla Formazione del Villa Senni con le due unità del Tufo Lionato e delle Pozzolanelle.

Tornati sulla Via di Fioranello, si prosegue verso l'Appia. Subito dopo il ponticello della ferrovia apparirà, sulla sinistra della strada, un affioramento molto interessante, relativo ancora una volta a un vecchio fronte di cava. Esso mette in luce la presenza di una breccia di esplosione tra le unità del Tufo Lionato in basso e quella delle Pozzolanelle in alto. La breccia è costituita da grandi blocchi di lava e segna, con ogni probabilità, l'inizio del collasso calderico del Vulcano Laziale. Come in un gioco prospettico, l'edificio vulcanico da qui appare non solo assai vicino alla città ma dimostra anche la continuità morfologica dei suoi depositi con l'area urbanizzata. All'altezza del numero civico 52, in prossimità dell'edificio del Consiglio delle Ricerche Sperimentali di Agricoltura, nelle giornate più limpide si può ammirare tutta la struttura del vulcano: sulla sinistra spicca la bassa cinta collinare, a forma di ferro di cavallo aperta verso ovest e costituita dai coni di scorie dell'attività del Tuscolano-Artemisio. I bassi bastioni si addolciscono verso destra quasi a indicare la vasta piana della caldera da cui s'innalza l'edificio delle Faete, il cui orlo calderico è sottolineato dalla presenza di Mon-



Nella pagina accanto, la caldera che ospita il Lago Albano (Arch. Parco Naturale Castelli Romani). A destra, guardiaparco nel Parco dei Castelli Romani (V. Consoli/ Arch. ARP)

te Cavo (ben riconoscibile per le antenne poste sulla cima). Ancora più a destra si vede il profilo del cratere di Albano, su cui si sviluppa l'abitato di Castelgandolfo con la cupola dell'Osservatorio papale.

Proseguendo ancora verso la via Appia, dopo pochi chilometri e proprio di fronte alla strada si delinea un vasto e allungato

altopiano sulla cui sommità si allineano in filari paralleli degli alberi di pino. Si tratta della lunga colata di lava di Capo di Bove, emessa dal centro eruttivo delle Faete. La stessa che 280.000 anni fa, incanalandosi in una lunga valle radiale rispetto all'edificio delle Faete, raggiunse quella che oggi è la città di Roma. Il punto di arrivo lo si rinviene lungo la Via Appia all'altezza della Tomba di Cecilia Metella, sulla cui muratura si trova una testa di bue che ha dato il nome alla colata di lava stessa. La particolare resistenza all'erosione della lava rispetto alle piroclastiti circostanti ha fatto sì che nel tempo il corpo lavico si trasformasse da zona depressa a zona rilevata



## IL PANE DI GENZANO

Il profumo e la fragranza del pane di Genzano vanno attribuiti all'uso del lievito acido e alla qualità e varietà dei grani teneri (zero e doppio zero) impiegati. Il lievito madre, cioè l'impasto della lavorazione precedente fatta acidificare, ricco di fermenti vivi, conserva al pane le sue proprietà intatte anche per diversi giorni dopo la cottura. Proprio perché è un alimento "vivo", non sopporta il sottovuoto né il contatto con la plastica. L'origine del Pane

casareccio di Genzano è legata alla tradizione contadina della zona di produzione: il pane veniva lavorato dalle singole famiglie che lo cuocivano in forni a legna denominati "soccie". Era già apprezzato nell'Ottocento per le sue caratteristiche organolettiche, ma è dagli anni '40 del secolo scorso che ha acquisito una vera e propria reputazione. Il Pane di Genzano si abbina bene a qualunque contorno ed è ideale per preparare la "bruschetta" (i.e).



## LE ROCCE VULCANICHE DELL'AREA DEI COLLI ALBANI

(a cura di Marina Fabbri e Manuela Ruisi)

**Cappellaccio** • Termine generico che si utilizza per indicare la porzione sommitale di un giacimento, solitamente sottoposta ad alterazione sia per le influenze meteoriche. Nell'Area dei Colli Albani il termine indica invece un tufo di colore grigio proveniente da episodi freatomagmatici relativi alle prime eruzioni del Vulcano Laziale. È stata la prima pietra da costruzione utilizzata dai Romani per le proprie abitazioni, tra il VI e il V secolo a.C., tuttavia – per le sue caratteristiche – trovò spesso impiego anche nelle edificazioni militari come attestano le Mura Serviane, primo anello completo di mura difensive della città di Roma. Alcune antiche cave di tufo pisolitico si trovano sotto la stazione Termini e sui fianchi del colle Palatino.

**Tufo Lionato** • Inizialmente impiegato come materiale edile insieme al “Cappellaccio” dei Colli Albani, il Tufo Lionato venne presto preferito dai Romani per le sue migliori caratteristiche fisico-meccaniche. Presente nelle zone periferiche dell'apparato vulcanico dei Colli Albani fu usato in enormi quantità come costituente essenziale delle strutture murarie ricoperte da decorazioni e intonaci. In particolare fu impiegato per le strutture di numerosi monumenti nel Foro Romano (Stipe Votiva, Tempio della Concordia, Tempio di Marte Ultore, mura interne del *Tabularium*, *Tabernae* della Via Sacra, Basilica Giulia) e nell'area

sacra di Largo Torre Argentina. Inizialmente veniva estratto dalle cave site nei Colli del Campidoglio, del Palatino e del Celio, poi da quelle nell'area del Portuense e di Monteverde (Tufo di Monteverde) e infine da quelle negli estesi affioramenti nella Valle dell'Aniene (Tufo dell'Aniene o *Lapis Pal-lens*). Quest'ultimo fu utilizzato anche nella costruzione dell'Acquedotto Marcio.

**Il Tufo del Tuscolo (Sperone)** • Tufo proveniente da una cava romana sul Monte Tuscolo, nei Colli Albani, attiva a partire dal I sec. a.C. È un deposito formatosi durante le eruzioni di fontana di lava emesse da più crateri lungo le fratture che accompagnarono il collasso della caldera Tuscolano-Artemisia. A Roma fu utilizzato nel Colosseo, nel *Tabularium* del Campidoglio, nella Chiesa di S. Clemente e in molte costruzioni del XX secolo.

**Pietra Gabina (*Lapis Gabinus*)** • Roccia estratta dalle cave di Gabii sulla Prenestina. Costituisce le fondamenta e le strutture di importanti monumenti nell'antica Roma: struttura di base del Colosseo, basamento del *Tabularium* sotto il Campidoglio, parte della *Cloaca Maxima*, base della Tomba di Cecilia Metella, mura perimetrali del Foro di Augusto e molti dei *praefurnia* delle Terme romane. Per la sua consistenza superficiale ruvida veniva usata anche per la realizzazione di macine.

**Peperino (*Lapis Albanus*)** • È uno dei prodotti più recenti dei Colli Albani, emesso dall'attività del cratere dell'omonimo Lago. Le cave della vicina Marino, attive dal II sec. a.C. fino al 1960 circa, sono state la principale fonte di reperimento di questo materiale. Estremamente versatile, economico, resistente all'usura e di grande compattezza, il peperino è stato uno dei materiali di costruzione più apprezzati e utilizzati, tanto nell'antichità che ai giorni nostri. È facile riconoscerlo in molte strutture del Foro Romano e del Foro di Augusto, nelle stanze inferiori del Carcere Mamertino (anche detto Tulliano) e in alcune porzioni dell'Acquedotto Marcio (marcapiani inferiore e superiore dello speco e conci dell'arco).

Nel Rinascimento e fino al secolo scorso è stato impiegato per strutture e rivestimenti esterni di Chiese, monumenti e palazzi.

**Lave (*Silex o Lapis durus*)** • Pietra durissima estratta dalle cave sui colli Albani (colata di Capo di Bove, Cava dei Selci, nel Comune di Marino) particolarmente utilizzata nella realizzazione dello strato superficiale (*summa crusta*) delle strade romane. La pavimentazione della Via Sacra nel Foro Romano è in lava leucititica della colata di Capo di Bove.

Il termine "sampietrino" fu introdotto nel XVIII secolo quando Papa Benedetto XIII utilizzò i selci per la pavimentazione di Piazza S. Pietro e viene usato per indicare i blocchetti di lava a forma tronco-piramidale con base quadrata che costituiscono la tradizionale

caratteristica pavimentazione di tante strade e piazze del centro storico romano.

**Pozzolana** • Prodotto di un'eruzione vulcanica costituito da scorie vulcaniche in assortimento da incoerente a poco coerente. Combinandosi con la calce grassa forma una malta idraulica, che una volta iniziata la presa può completarla fino all'indurimento, anche in ambiente acqueo.

Il termine pozzolana (*pulvis puteolana*) deriva da *Puteoli* (Pozzuoli) dove furono utilizzate per la prima volta dai Romani malte pozzolaniche, impiegando materiale dei Campi Flegrei.

I Romani estraevano la pozzolana in cave a cielo aperto ed in sotterraneo, soprattutto nella zona orientale della città. In particolare le Pozzolane rosse e le Pozzolane nere, depositi da colate piroclastiche provenienti dai Colli Albani, furono utilizzate per realizzare calcestruzzo pozzolanico. L'attività estrattiva di queste due unità fu realizzata in sotterraneo con il metodo delle camere e dei pilastri e ha prodotto numerose cavità e gallerie sotterranee anche su più livelli.

**Pomici e scorie vulcaniche** • Sono state utilizzate dai Romani per alleggerire strutture di coperture impegnative come quelle del Pantheon, della Basilica di Massenzio e delle Terme di Caracalla.

Scorie e ceneri, depositi legati solitamente all'attività di coni di scorie, vengono utilizzati prevalentemente per la costruzione di rilevati stradali e nell'attività edilizia in genere.

rispetto alla campagna circostante. I Romani utilizzarono questa particolare morfologia rilevata rispetto alla piana alluvionale per costruire la via Appia, che fu la prima via consolare di Roma: la *Regina Viarum*. Via di Fioranello, con un'ampia curva prima verso sinistra e poi verso destra, s'inerpica sulla cima piatta della colata, fino ad incrociare la Via Appia Antica. Poco prima, all'altezza di un antico casale, si scorge una vecchia cava romana i cui fronti verticali sono oggi utilizzati come palestre per l'arrampicata sportiva. La strada di Fioranello, dopo pochi chilometri, confluisce su via Appia Nuova. A questo punto, svoltando e mantenendo la destra, ci si immette sulla laterale seguendo le indicazioni verso Ciampino, Marino, Via dei Laghi.

Imboccata, dopo una rotatoria, la Via dei Laghi (S.S. 217), si procede verso Ciampino. Poco prima del passaggio a livello un cartello segnala l'ingresso nell'area del vino DOC dei Castelli Romani. Il paesaggio circostante, a questo punto, non è particolarmente suggestivo: una vasta spianata che, non a caso, prende il nome di Piana del Tavolato circondata da una severa urbanizzazione. L'attuale *plateau* altro non è che il prodotto di un *lahar*, ossia di una colata di fango innescata dall'attività vulcanica, proveniente – nello specifico – dal vicino lago Albano durante l'assedio di Veio, nel 396 a.C. Oggi come allora, la Piana del Tavolato è caratterizzata da continue emanazioni di gas, soprattutto anidride carbonica e acido solfidrico, particolarmente abbondanti nella vicina località Cava dei Selci.

Proseguendo lungo la Via dei Laghi inizia l'ascesa sulle pendici del Vulcano Laziale. All'altezza del km 4 compaiono, sulla destra della strada, i resti di antiche cave romane scavate nelle pareti di Peperino di Marino, deposto durante l'ultima eruzione del cratere di Albano circa 30.000 anni fa. L'affioramento più bello si trova in corrispon-

## LA PORCHETTA

Il comprensorio dei Castelli Romani è considerato la patria d'elezione del gusto maialino allo spiedo e, lungo le vie dei centri abitati, sono moltissime le bancarelle che vendono le fettine di porchetta con il classico pane casereccio. Il suino, giovane di 6 o 7 mesi, è cucinato allo spiedo, aromatizzato con sale, pepe, aglio e finocchio selvatico. Ma la miscela di aromi e spezie

varia da norcino a norcino. Normalmente il maialino viene cotto intero e poi tagliato a fette vendute a peso ma esistono varianti più recenti. Parti del suino, disossate e affettate, vengono farcite con aromi, legate a rollé e cucinate in porchetta. Prelibata è la pelle, lucida e croccante. La porchetta, se è conservata in modo appropriato, rimane saporita e fragrante anche per alcuni giorni (*i.e.*).



Il Lago di Nemi (A. Cerquetti/Arch. ARP)

denza del km 5. Cinquecento metri prima, circa al Km 4,5, si trova il ristorante al **Vigneto**, che propone specialità quali polenta, fettucine, pappardelle al cinghiale e molti altri piatti rustici serviti in un ambiente familiare e accogliente.

Si riprende il cammino lungo la Via dei Laghi fino ad arrivare a un quadrivio con semaforo (a sinistra per Marino, a destra per Albano). Il suggerimento è quello di proseguire in direzione Velletri; poco dopo, sulla destra, apparirà una bella vista sul lago Albano. Nelle vicinanze di punti panoramici e belvedere non mancano venditori ambulanti di panini con la porchetta, vero e proprio vanto gastronomico della zona: Ariccia docet. Per raggiungere la tappa successiva è necessario arrivare a un bivio, posto sulla destra, che conduce verso il lago. Questa strada offre l'opportunità di osservare tutta la successione dei depositi freatomagmatici eruttati dai cinque crateri che formano la vasta conca del lago Albano. In prossimità delle rive del lago numerosi ristoranti, frascchette e chalet sono da anni attrezzati per proporre una cucina semplice e gustosa, con tipici piatti romani e naturalmente con gli affettati e il pane di Genzano. Una passeggiata sul lungolago e poi si torna indietro riprendendo la Via dei Laghi in direzione **Velletri**. Anche questa strada è costellata di ristoranti, luoghi destinati alle domeniche dei Romani oppure attrezzati per cerimonie importanti. Qui una buona cucina è sempre garantita: non resta che l'imbarazzo della scelta. Si arriva quindi ad un quadrivio: a sinistra per Rocca di Papa e Monte Cavo, a destra per Ariccia. Quest'ultima strada è famosa per la "salita-discesa": un curioso effetto ottico per cui sembra di andare in discesa mentre in realtà la strada s'inerpica verso l'alto. Non stupitevi quindi di

## TUSCULUM

Era tra i centri più importanti dell'antico Lazio. La leggenda ne attribuisce la fondazione a Telegono, figlio di Ulisse e della maga Circe, o al re latino Silvio, nipote del Silvio figlio di Enea e fondatore, per Tito Livio, anche della maggior parte delle località antiche del *Latium*. Oggi i monumenti visibili non sono molti, soprattutto per via della vegetazione spontanea che li

sta ricoprendo ma, tra quelli presenti, è davvero notevole il vecchio teatro del I secolo a.C., costruito con pietra vulcanica tipica della zona. Nonostante l'avanzamento della vegetazione e la presenza di alcuni cantieri archeologici, a *Tusculum* si possono scorgere moltissime evidenti tracce del passato, che meritano senz'altro di essere visitate (s.g.).



S. Ardito

vedere diverse persone intente a far scorrere sull'asfalto palline e oggetti rotondi per vederle rotolare verso quella che sembra la salita. L'itinerario prevede di proseguire dritto fino all'indicazione per Nemi sulla destra. All'altezza del bivio per Nemi, imboccando sulla sinistra Via Colle dell'Acero, si raggiunge al n. 14 l'**Azienda Agricola Iacchelli**: un'oasi di pace e naturalità sia per ristorarsi sia per fare rifornimento di prodotti alimentari locali. L'azienda è anche dotata di parco giochi, area pic nic e maneggio. Prendendo invece la strada sulla destra per Nemi, subito dopo lo stretto tunnel in curva e prima di entrare nell'abitato sulla destra potrete osservare un affioramento peculiare dell'attività del cratere di Nemi. Si tratta di una *lag breccia*, cioè di un deposito di grandi blocchi per lo più di lava lasciati da una colata piroclastica eruttata dal cratere verso la fine della sua attività. Nemi chiama una sosta in uno dei numerosi bar con vista sul cratere per gustare una ciotola di fragoline di bosco: con o senza panna, sono assolutamente speciali!

Tornati sulla Via dei Laghi si prosegue fino al bivio sulla sinistra per i Pratoni del Vivaro (SP 18c). Qui prende vita uno scenario fantastico, quasi da far west: casotti in legno, club house, maneggi

e agriturismi con annessi centri ippici che offrono la possibilità di passeggiate a cavallo. Si arriva quindi all'incrocio con la Via Tuscolana (SP 215) dove sono segnalate le sorgenti della Doganella. La via conduce a Frascati dove, nelle vicinanze sorge il *Tusculum*, un sito archeologico di rara bellezza. Edificato con la pietra "sperone", un deposito di scorie saldate eruttate da basse fontane di lava che sgorgavano da fratture radiali e tangenziali apertesi durante il collasso calderico. Lo "sperone" è stato utilizzato dai Romani sia per costruire gli edifici della città di *Tusculum* sia per edificare le parti portanti del Colosseo. Dall'area delle rovine si ammira l'edificio di Le Faete.

A questo punto la giornata volge al termine. Il Tuscolo offre al tramonto una vista assai suggestiva, ma se sfortunatamente dovesse soffiare la tramontana allora è meglio scendere fino a Frascati per godere dalla terrazza panoramica di una vista memorabile sulla Capitale. In prossimità della vicina **Grottaferrata** sorge l'**Azienda agricola Capo d'Arco** che, oltre a offrire un'ottima qualità di ristoro, propone in vendita prodotti biologici e vini DOC locali. In alternativa, scendendo da Frascati verso Roma, sulla Via di Vermicino si incontra il ristorante I Maroncio, specializzato in piatti a base di funghi e carni pregiate.

#### MARINO (RM)

- Ristorante al Vigneto  
Via dei Laghi, Km 4,5  
Tel. 069387034

#### GROTTAFERRATA (RM)

- Azienda agricola Capo d'Arco  
Via del Grottino, snc  
Tel. 0694549191

#### FRASCATI (RM)

- Ristorante Pizza Club dai Maroncio  
Via Vermicino, 8  
Tel. 069408376

#### VELLETRI (RM)

- Azienda Agricola Iacchelli  
Via Colle dell'Acero, 14  
Tel. 069633256

## 9 LA RIVIERA D'ULISSE E GLI AURUNCI: DOVE I MONTI INCONTRANO IL MARE

Massimo Amodio



**M**onti Aurunci, Monti Ausoni, Riviera di Ulisse. Questi territori hanno in comune non poche caratteristiche. In primo luogo concorrono a rendere l'estremità meridionale della nostra regione un territorio magico, in grado di affascinare non solo Omero ma anche poeti e letterati di tutte le epoche. In seconda battuta si tratta di luoghi che, grazie alle proprie valenze naturalistiche, geologiche ed enogastronomiche, si propongono tra le eccellenze del Sistema delle Aree Naturali protette della Regione Lazio. Enogastronomiche abbiamo detto, ma forse sarebbe meglio sottolineare che ci troviamo di fronte a delle vere e proprie *delikatessen*, quali la salsiccia al coriandolo di Monte San Biagio, la cicerchia di Campo di Mele, le olive di Gaeta, il moscato di Terracina o la mozzarella di bufala.



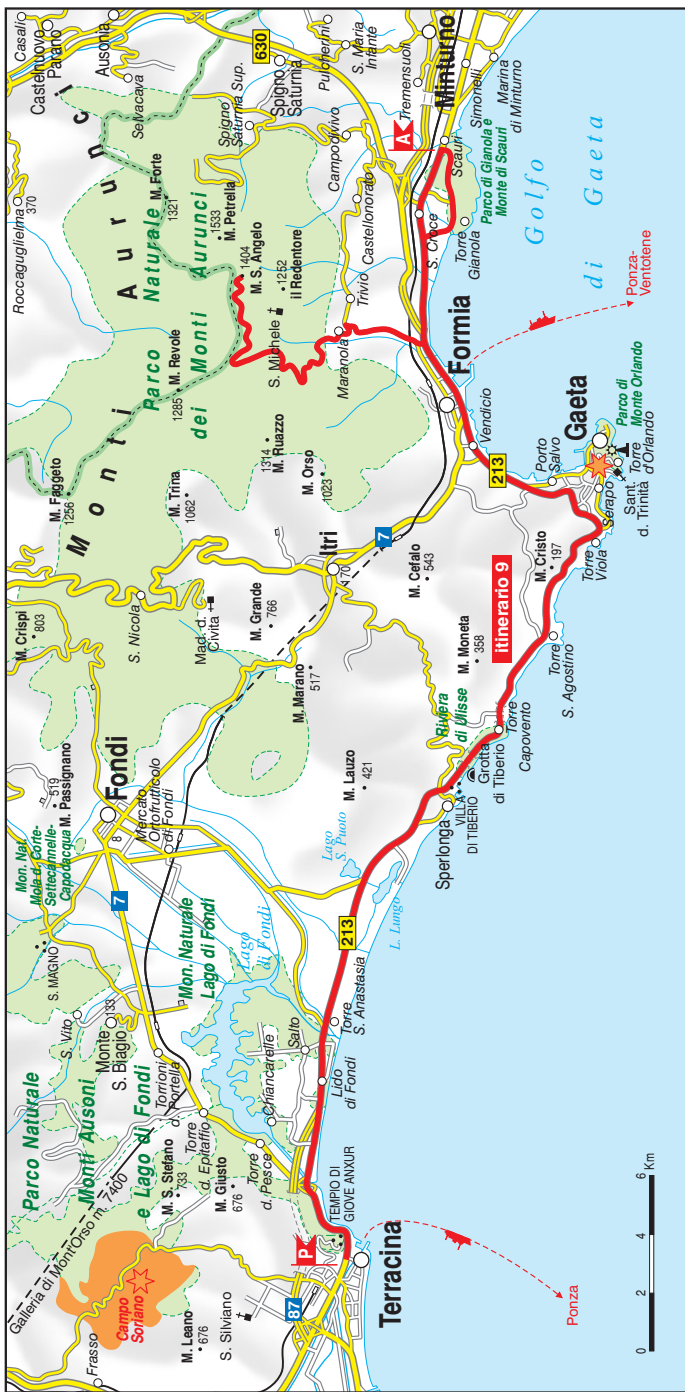
La spiaggia di Sperlonga (F. Belisario/Arch. ARP). Sotto, la vegetazione della duna di Capratica con il promontorio del Circeo sullo sfondo (G. Bovina). Nella pagina accanto, la "montagna spaccata" di Gaeta (F. Belisario/Arch. ARP).

## L'itinerario

Il percorso può iniziare da Roma seguendo o la Strada Statale n. 7 Appia oppure la Strada Regionale 148 Pontina fino a **Terracina**. Qui consigliamo una sosta tecnica a base di bombe alla crema in uno dei bar che si contendono il primato cittadino: **Crema caramel**, **Punto Dolce** o **Mandatori**. Proseguiamo sulla Strada Regionale 213 Flacca in direzione Sperlonga. Mentre si percorre la Piana di Fondi si incontrano il piccolo Lago di San Puoto a sinistra e il Lago Lungo sulla destra. Il primo è una depressione carsica colmata d'acqua dall'apporto di alcune sorgenti situate sul fondale, il secondo è invece il classico lago salmastro originato da uno sbarramento costiero. L'argine naturale che ha racchiuso un braccio di mare a formare









Una ripresa aerea della Grotta di Tiberio

l'invaso è rappresentato dalla splendida Duna di Capratica, un Sito di Importanza Comunitaria (SIC) istituito a tutela di questo particolare habitat. La strada verso **Sperlonga** è costellata di caratteristici punti vendita, alcuni in muratura altri più "improvvisati" come per esempio **Dal Moro**, dedicati alla mozzarella di bufala, caprini sottolio, olive e tiella di Gaeta.

Dopo Sperlonga, iniziamo a percorrere uno dei più bei tratti di costa dell'Italia peninsulare, con falesie calcaree alte parecchie decine di metri, spiagge in miniatura – note come *pocket beach* – delimitate da salienti rocciosi che s'immergono nel blu, grotte e sorgenti subacquee di acqua dolce che rappresentano l'emergenza della falda basale degli Ausoni. Durante la bella stagione alcune *pocket beach*, gestite da esercenti privati, sono attrezzate anche per l'affitto di canoe, pedalò e gommoni per effettuare escursioni in mare.

Giunti a **Gaeta** si effettua la prima sosta sul Monte Orlando, la vetta che insieme al Monte di Scauri caratterizza il Parco della Riviera di Ulisse. Essa costituisce il prolungamento verso il mare della struttura carbonatica degli Aurunci. L'estremità sud-occidentale è caratterizzata da importanti fenomeni tettonici che danno luogo a due tra le maggiori attrattive del sito: la Montagna spaccata e la Grotta del turco. Lungo lo stesso versante si può ammirare una suggestiva falesia che in alcuni tratti raggiunge l'altezza di 160 metri. Dal punto di vista vegetazionale, l'intera area è interessata da una macchia mediterranea che si manifesta in tutti i suoi stadi evolutivi. Dove prevalgono la macchia bassa e la gariga crescono piante notevoli per bellezza e rarità come il "latte di gallina d'Arabia" ma non mancano

numerose specie di orchidee e di gladioli. Sulle falesie a picco sul mare, le piante hanno poco suolo a disposizione e sono soggette a condizioni climatiche estreme. Questo svantaggio è tuttavia compensato dalla scarsità di disturbo antropico. Troviamo qui specie rare come il malvone delle rupi, l'erba medica arborea, l'asplenio ghian-doloso, il vilucchio siciliano, esemplari di palma nana – unica palma autoctona d'Europa – e i pini d'Aleppo, che spuntano dalle fessure delle rocce e contribuiscono alla grande spettacolarità delle falesie.

Terminato il giro su Monte Orlando sarebbe un peccato lasciare Gaeta prima di aver assaggiato la specialità locale; stiamo parlando della tiella: una sorta di focaccia ripiena di polpi e calamari in umido o di scarola e olive, in vendita presso uno dei forni o pizzerie del centro storico della città o della zona portuale.

Percorriamo tutto il golfo attraversando Gaeta e Formia e giungiamo sull'ultimo promontorio meridionale del Lazio, costituito dal rilievo collinare di Gianola con quote attorno ai 40 metri sul livello del mare e adiacente al più vasto rilievo del Monte di Scauri. Anche in questo caso il microclima particolarmente favorevole ne consente la frequentazione durante tutte le stagioni dell'anno. L'area protetta di Gianola custodisce un ampio ventaglio di evidenze geologiche e testimonianze storico-archeologiche. Disseminate lungo i sentieri del promontorio calcareo si aprono numerose cavità quali la Grotta

## LA PALMA NANA

La *Chamaerops humilis* L. è l'unica rappresentante della famiglia delle *Palmae*, che racchiude le specie vegetali caratteristiche delle zone equatoriali e tropicali, che si trovi spontanea in Italia. È una pianta perenne con un tronco breve, talvolta contorto. Le foglie sono sempreverdi, coriacee, con

un picciolo lungo e spinoso e con lamina a ventaglio. I fiori maschili e femminili si trovano generalmente su piante distinte e la fioritura avviene tra maggio e giugno. È un elemento della fascia più termofila della macchia mediterranea, diffuso soprattutto vicino alla costa e preferibilmente in esposizioni soleggiate e su terreni rocciosi o sabbiosi. In Italia questa specie è nota lungo la fascia costiera delle regioni tirreniche, ad eccezione della Basilicata, spesso con distribuzione puntiforme. La *Chamaerops humilis* L. è inserita nella Lista Rossa Regionale come specie vulnerabile (*s.g.* & *g.m.*).



Arch. Iter



Le falesie di Monte Orlando (N. Marrone/Arch. ARP)

Sette Cannelle, la Grotta Azzurra e la Grotta della “Janara”, ossia della strega, che collegava il Tempio di Giano con le vasche termali allora esistenti. Tra i resti archeologici spiccano le mura megalitiche, costruite a difesa dell’antica città di *Pyrae*, scomparsa nel primo secolo dopo Cristo; le cisterne e il porticciolo di epoca romana nonché il *Castellum Aquarum*. A tutto ciò si aggiunge la Torre Monte di Scauri (seconda metà del sec. XVI) facente parte del sistema difensivo costiero insieme alle torri del Fico e di Gianola, oggi distrutte. Nel bel mezzo del Golfo di Gaeta non possiamo far altro che accomodarci in un ristorante in grado di farci gustare il sapore del mare in un ambiente accogliente e informale: a **Formia Il gatto e la volpe** risponde a queste caratteristiche. Il pasto potrebbe iniziare con antipasti di frutti di mare e frittura di moscardini e calamaretti, ai quali far seguire un bel primo al nero di seppia. Per il secondo piatto c’è solo l’imbarazzo della scelta, ma non possiamo far a me-



## LA TORRE DI SCAURI

La Torre Quadrata sorge sul Monte d'Oro a strapiombo sul mare, di fronte all'abitato di Scauri. Fu eretta ristrutturando una fabbrica medioevale, nella seconda metà del XVI sec., per potenziare la difesa delle coste, insieme alle torri del Fico, di Gianola (oggi distrutte) e di Foce, di più antica edificazione. Oggi la torre è sprovvista della parte superiore e della scala di accesso ma mantiene comunque una curiosa forma

tronco-piramidale, tipica delle rocche di difficile accesso. Anticamente comprendeva una base a scarpa, un piano principale e una terrazza con guardiola per le munizioni. L'accesso, ai piani superiori, avveniva tramite una doppia rampa di scale e un ponte levatoio. Di recente la torre è stata acquistata dal comune di Minturno, che l'ha restaurata per crearci un osservatorio ornitologico (s.g.).

*Parco Regionale Riviera di Ulisse, Torre Quadrata o di Scauri (Arch. del Parco)*





*Panorama del golfo di Gaeta dal Monte di Scauri (Arch. Iter)*

no di segnalare le orate e i dentici, vero orgoglio di questo tratto di mare, che danno il meglio di sé al forno con patate. Naturalmente il tutto va annaffiato con un buon bianco campano in grado di trasmetterci, anche con il profumo, i fasti delle antiche libagioni romane. Il percorso propone una deviazione verso l'interno del massiccio dei Monti Aurunci, vere e proprie montagne a picco sul mare, con alcune vette che superano i 1500 metri. Lontane da Roma ma anche da Napoli, senza comode strade d'accesso, per decenni gli Aurunci hanno conosciuto lunghi periodi d'isolamento. Poi la scoperta degli eccezionali valori naturalistici dell'area e infine, nel 1997, l'istituzione del Parco. Questo

gruppo di natura calcarea si caratterizza, dal punto di vista naturalistico e paesaggistico, per un'eccezionale varietà delle associazioni vegetali: i versanti esposti verso il mare ospitano boschi tipicamente mediterranei, come le leccete di Monte Ruazzo e la sughereta di Costamezza; a nord le faggete di Monte Petrella richiamano, nei colori e nelle forme delle piante, un ambito tipicamente appenninico.

Falchi pellegrini, bianconi e sparvieri sono tra gli animali più affascinanti e



## LA TIELLA DI GAETA

Le origini di questo piatto sono incerte, remote e d'innegabile origine popolana; si tratta probabilmente di una vivanda di comodo, cibo per povere mense degli abitanti del borgo di Gaeta. Composta da due sottili strati di pasta, sovrapposti e chiusi lungo i bordi con la pressione delle dita in modo da renderne piacevole l'aspetto, la tiella racchiude un ripieno costituito da calamari e polpi. In alternativa si possono usare anche ortaggi, alici,

cipolle e baccalà, ricotta e marzolina. In pratica tutto ciò che offre la campagna e la pesca, a seconda delle stagioni. Per il suo condimento, nelle varie tipologie proposte, si fa uso di olive di Gaeta, aglio, prezzemolo, peperoncino, pomodori, olio e sale. Secondo la tradizione va cotta al forno entro speciali teglie a forma circolare, da cui deriva probabilmente il nome. Si mangia a quarti, senza l'aiuto di posate *(i.e.)*.



più facili da incontrare. Segnaliamo, tra i vari possibili, un unico percorso: da Maranola di Formia, in località Campodivivo, parte un sentiero che conduce alla vetta di Monte Altino da dove si apre un magnifico panorama sul mare. La cima è dominata dalla statua del Cristo Redentore, collocata a ricordo del XX secolo. Al di sotto della vetta si apre un Santuario scavato nella roccia, dedicato a S. Michele Arcangelo, meta di due coinvolgenti processioni l'anno. Il percorso è finito e si torna verso Nord per imboccare la via del ritorno.

### TERRACINA (LT)

- Bar Mandatori  
Via del Rio, 16 - Tel. 0773702383
- Punto Dolce bar Pasticceria  
Via Mortacino, 18 - Tel. 0773765222
- Creme Caramel Pasticceria  
Via Tripoli, 5 - Tel. 0773702895

### SPERLONGA (LT)

- Dal Moro  
Via Flacca, Km 13,300  
Tel. 0771548319

### FORMIA (LT)

- Ristorante Il gatto e la volpe  
Via A. Tosti, 83 - Tel. 077121354

### BORGO VODICE (LT)

- Cantina Sant'Andrea  
Via Renibbio 1720  
Tel. 0773755028