

DOVE MANGIARE BENE (E COSA VEDERE) NELL'ABRUZZO AQUILANO

6 Febbraio 2020



L'AQUILA - "Mi consigli un posto dove mangiare bene, magari anche senza spendere troppo?". O, ancor più impegnativa, "mi hanno parlato di quel ristorante, che ne pensi?". Domande ricorrenti, soprattutto verso chi - come chi scrive su *Virtù Quotidiane* - della passione per il buon cibo e il buon bere ha fatto (anche) un mestiere.

Così, ci siamo messi all'opera, provando a formulare dei suggerimenti riconducendoli a una logica, fatta di esperienze maturate in prima persona, assaggi costanti e serenità di giudizio. Valutando sì la qualità dei prodotti, ma anche il rapporto qualità/prezzo, la costanza della prestazione e, soprattutto, la rispondenza alle aspettative: riteniamo sia essenziale capire sempre dove ci si trovi, per esprimere una valutazione.

Quello che ne è uscito fuori, ci teniamo a puntualizzare prima che l'ispettore di qualche guida

di settore, o qualche sedicente esperto – che temiamo più del primo – impugni la bacchetta dalla sua cattedra, è un vademecum tra il serio e il faceto, che non ha certo l'ambizione di essere esaustivo ma solo di offrire una raccolta di proposte tutte assieme, e scevro da logiche commerciali.

La prima parte riguarda il comprensorio aquilano (la seconda, che seguirà, si concentrerà su Pescara). Abbiamo fatto di più, visto che sempre più spesso l'Abruzzo attira l'attenzione di turisti: a ciascuna meta gastronomica abbiamo abbinato un piccolo itinerario con luoghi di interesse, in alcuni casi davvero imperdibili.

Per chi arriva all'Aquila, è essenziale partire da una visita del centro storico, che a ormai quasi undici anni dal terremoto sta riprendendo vita anche grazie all'offerta enogastronomica. Seppur considerato tra i più importanti d'Italia, è piuttosto circoscritto e lo si riesce a visitare in poche ore, interamente a piedi. Immediatamente fuori le mura, vale la pena visitare la basilica di Collemaggio con l'adiacente Parco del Sole (che dopo i lavori di restauro ospita un'installazione dell'artista internazionale Beverly Pepper) e la fontana delle 99 Cannelle, nel Borgo Rivera.

Nel centro della città valgono la pena un pasto la **Locanda da Lincosta** (via Antonelli, 6), una trattoria che affonda le radici nella seconda metà del Novecento ma che oggi sa interpretare bene una cucina moderna, seppur basata sugli autentici prodotti tipici; il ristorante **Connubio** (via San Bernardino, 8), dove il giovane chef offre una proposta innovativa ma ben ancorata alla tradizione. Fascia media, entrambi hanno un buon rapporto qualità-prezzo.

Nell'immediata periferia, valgono la pena **Casa Elodia** (strada statale 17 bis, 37), dove tradizione e innovazione trovano nel piatto il loro simposio perfetto, nella frazione di Camarda (15 km da L'Aquila), peraltro sulla strada che conduce a Fonte Cerreto, base della Funivia del Gran Sasso, e che prosegue fino a Campo Imperatore, vasto e incontaminato altopiano a 1.800 metri di quota, il "piccolo Tibet d'Abruzzo" dove furono girati anche alcuni "spaghetti western"; **Paneolio** (via Umberto I, 89), dove traspare tutta la sapienza del giovane chef, allievo dello stellato William Zonfa, a Poggio Picenze (15 km), sulla strada che collega L'Aquila a luoghi imperdibili come i borghi della Piana di Navelli e l'alta valle del Tirino. Fascia medio-alta, entrambi hanno un buon rapporto qualità prezzo.

A Filetto, poco distante da Camarda, per chi ha meno pretese ma non vuole rinunciare alla qualità della materia prima, è imperdibile la **Trattoria Marcocci** (via Fontebella, 3). Il rapporto qualità-prezzo è di quelli che oramai non si trovano più.

Allungando le distanze, a Stiffe di San Demetrio Ne' Vestini (21,5 km) si trova **Al Chicchirichì** (via del Mulino), una trattoria dall'ambiente accogliente e dai sapori autentici, con poche pretese estetiche ma dai piatti ricchi dei sapori del bosco e dell'orto; a Prata d'Ansidonia (28,6 km) c'è **Il Borgo dei fumari** (via XXV Aprile); a Capodacqua di Capestrano (47 km) c'è **Terre del Tirino** (Nucleo Capodacqua, 4), un agriturismo di nuova generazione che porta in tavola tutti i prodotti della propria azienda, dall'olio al vino, dai tartufi alle farine; nella campagna di Ofena (48 km) c'è **Sapori di Campagna**, agriturismo che guarda al futuro dove alla sapiente selezione della materia prima si affianca l'evoluzione della cucina. I quattro locali sono su due fasce ben distinte, che dividono il primo dai secondi tre, ma in tutti e quattro i casi il rapporto qualità-prezzo è eccezionale.

Quando ci si trova a Stiffe, si possono visitare le Grotte carsiche, addentrarsi nella Valle Subequana e perdersi nei meravigliosi borghi che vi sono incastonati. Da Prata si può fare una capatina all'area archeologica di Peltuinum, al borgo di Tussio o scegliere se riconnettersi alla Piana di Navelli o immergersi nell'incontaminata Subequana. Da Capodacqua, invece, si possono visitare Capestrano e Ofena, le campagne incontaminate che li circondano, ricche di vigneti e uliveti. Da lì, risalire a Carapelle Calvisio, il secondo comune più piccolo d'Abruzzo, attraversare i borghi della Baronìa fino a raggiungere Castel del Monte (66 km passando per Capodacqua), capitale della Transumanza.

In quest'ultimo borgo (43 km da L'Aquila), è consigliabile fare tappa ai ristoranti **Dal Gattone** (Rione Campo della Fiera, 9) o **Da Loredana** (via di Campo Imperatore, 7). I frutti della pastorizia trionfano dall'antipasto al dolce. Ottimo rapporto qualità-prezzo in entrambi i casi.

Sul versante opposto, se si raggiunge il lago di Campotosto (47 km), il secondo invaso artificiale più grande d'Europa, vale la pena un pasto all'**Osteria del pescatore** (strada regionale 577, 13). Pesce d'acqua dolce ma non solo e vista mozzafiato sul lago. Ottimo rapporto qualità-prezzo.

Riscendendo lungo la Valle dell'Aterno, ad Aglioni di Capitignano (32 km da L'Aquila, 67 passando per Campotosto) è consigliabile fare tappa a **La Canestra** (via San Rocco, 7), un agriturismo pioniere nella riscoperta di erbe spontanee e radici. Rapporto qualità-prezzo straordinario.

Nel comprensorio aquilano, è poi imperdibile Santo Stefano di Sessanio (28 km), borgo medievale di struggente bellezza, anche grazie a sapienti interventi di restauro conservativo. Qui una visita al **Cantinone** (Via Boragno, 7), che come suggerisce il nome non è un ristorante, è d'obbligo: vini abruzzesi e sapori della tradizione contadina vengono serviti in un

cucinone d'altri tempi dominato da un grande camino.

Proseguendo sulla strada che conduce a Campo Imperatore si entra nel Parco nazionale del Gran Sasso e dei monti della Laga e si trova a Calascio (35 km) con la sua Rocca, il suggestivo castello di *Ladyhawke*, il più alto d'Italia.

Sul versante opposto, a sud dell'Aquila, l'Altopiano delle Rocche offre opportunità per tutta la famiglia in tutte le stagioni dell'anno. Tappa obbligata è al ristorante **Il Caminetto** (via Duca degli Abruzzi, 21), a Rocca di Cambio (25 km), dove la qualità è garantita da oramai più di quarant'anni di attività. *(red.)*