

IL PROGRAMMA | A CAVALLO... O IN MARCIA

IN SELLA:

- ore 9 partenza dal maneggio
- ore 10,30 aperitivo al caseificio di Cinghianello
- ore 12,30 arrivo a Casa Storto e ricovero cavalli
- ore 13 pranzo
- ore 17 rientro in maneggio su altro percorso

NOTE

Il tracciato non presenta particolari difficoltà e sono sufficienti discrete capacità equestri. a guidare i cavalieri

sarà un tecnico fise di equitazione di campagna di III livello, istruttore Fise di II livello e guida fitetrecante.

A PIEDI:

- ore 9 ritrovo in maneggio e introduzione alla pratica del nordic walking. trasferimento in auto al caseificio di Cinghianello (aperitivo e visita al caseificio)
- ore 10,30 inizio escursione di nordic walking
- ore 12,30 arrivo a Casa Storto - pranzo
- ore 15 escursione di nordic walking

con rientro a Cinghianello

- ore 16,30 trasferimento in auto al maneggio di partenza
- ore 17 momento di congedo e brindisi conclusivo

NOTE

- gruppi di massimo 15 persone
- attrezzatura data in dotazione dall'organizzazione
- istruttore Lando Pierazzi, maestro di sci Fisi e istruttore di nordic walking
- ⌚ Tempi di percorrenza: circa 2 ore all'andata e 1 ora e mezza al ritorno



PERCORSI | CASA STORTO E CINGHIANELLO

Tra caseifici e frantoi, ...aspettando il pane



Sopra, un sentiero nei pressi di Casa Storto. In basso a destra, la visita ad un magazzino di stagionatura del Parmigiano Reggiano

PRIMA DI RAGGIUNGERE la frazione di Casa Storto e il suo forno il trekking tocca alcune altre tappe molto importanti per le caratteristiche enogastronomiche della zona. E mentre i cavalieri procedono in sella, i non cavalieri, partiti con anticipo, arrivano a piedi con la tecnica del nordic walking, la camminata con i bastoncini che stimola la mobilità, la resistenza e la coordinazione di tutto il corpo. La prima frazione che vede riunirsi i due gruppi, quello a cavallo e quello a piedi, è Cinghianello. Il piccolo borgo si presenta subito con la sua chiesetta appena ristrutturata e il campanile che si eleva verso il cielo, simbolo dello stretto rapporto degli abitanti con la spiritualità.

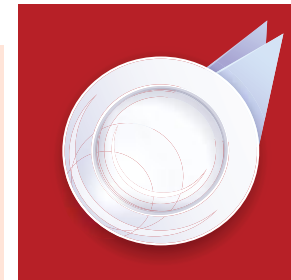
OGGI CINGHIANELLO è famoso soprattutto per il suo caseificio. All'arrivo dei cavalieri il casaro e la moglie Silvana li accolgono sulla porta e il casaro con i suoi stivaloni bianchi non vede l'ora di far

conoscere il suo regno. Lungo i corridoi di produzione e stagionatura del Parmigiano Reggiano il profumo delle forme è inebriante e arrivati nel magazzino del grana è pronto un tavolaccio con assaggi di grana in scaglie delle tre stagioni: 12, 24 e 36 mesi.

NEL FRATTEMPO il casaro continua a illustrare i segreti del suo mestiere antichissimo, faticoso ma gratificante e la parola che ricorre di più nel suo racconto è "amore". Sono infatti la passione e la sensibilità del casaro i veri segreti che rendono il Parmigiano Reggiano così speciale e famoso in tutto il mondo. Durante la visita i cavalli riposano nel piazzale del caseificio pronti a ripartire dopo essere stati abbeverati, ma prima di riprendere il viaggio la signora Silvana offre un'altra degustazione, questa volta di ricotta ancora calda, accompagnata da marmellata di mirtillo e da un bicchiere di Lambrusco, una vera delizia.

SALUTATI IL CASARO e la moglie i cavalieri risalgono in sella e danno appuntamento agli amici "pedestri" per la tappa successiva. Il sentiero che da Cinghianello porta a Picciniera, la frazione di Sassuolo che precede Casa Storto, è argilloso e rettilineo, ideale per una bella galoppata di recupero del tempo "perso" al caseificio.

A Picciniera si trova un antico e bellissimo frantoio utilizzato da secoli per ricavare l'olio di noci, ma la storia di questo frantoio sarà la meta per un'altra escursione, questa volta si deve raggiungere il forno di Casa Storto, dove il gruppo del nordic walking è già arrivato, grazie a una strada più breve di quella seguita dal gruppo in sella. Sistemati i cavalli con acqua e fieno nel prato vicino all'agriturismo è giunta l'ora per tutti di mettere le mani in pasta e sotto la supervisione della signora Manuela preparare il pane come si faceva una volta: farina, acqua, sale, lievito madre e tanto olio di gomito.



LA RICETTA TIPICA

TORTELLONI DI RICOTTA E SPINACI

INGREDIENTI PER 12 PERSONE

Per il ripieno: 400 grammi di ricotta, 300 grammi d'erbette o spinaci, 1 uovo, 200 grammi di parmigiano, sale, noce moscata e prezzemolo quanto basta.
Per la sfoglia: 6 uova, 1 chilo di farina.

LA PREPARAZIONE

Per il ripieno mescolare la ricotta con il parmigiano, le erbe lessate, strizzate e tritate, l'uovo, il prezzemolo tritato, il sale e la noce moscata. Preparare la sfoglia e tirarla sottilmente con il matterello, poi dividerla in strisce larghe circa 6 centimetri e ancora in quadrati della grandezza di 6 centimetri di lato. Distribuire il ripieno al centro di ogni quadrato, da chiudere a triangolo. Confezionare infine i tortelloni girandoli attorno al dito e chiudendo le due punte. Lessarli in abbondante acqua salata. Insaporirli con burro profumato alla salvia, parmigiano grattugiato e servirli ben caldi. Magari accompagnati da un Sauvignon dei Colli Bolognesi DOC.

