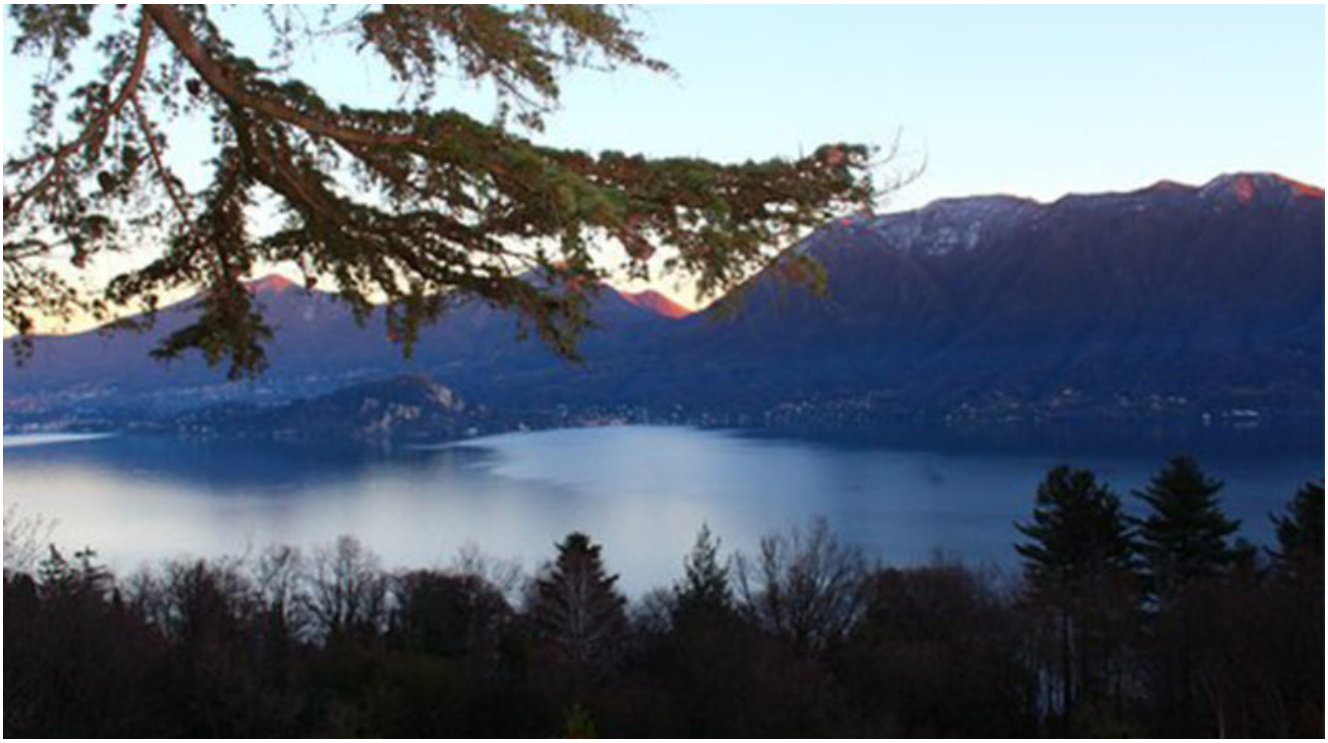
Da Santa Fiora alla scoperta delle bellezze dell'Amiata (2° giorno)

Dopo avervi accompagnato alla scoperta del "borgo della acque" di **Santa Fiora,** per il secondo giorno nella Maremma vi proponiamo due diversi itinerari nella natura, alla scoperta della flora e della fauna, ma anche delle eccellenze enogastronomiche, della zona del **Monte Amiata**. Si tratta di due percorsi facili e adatti a tutti, che vedono proprio in autunno il periodo migliore per ammirare la tavolozza di colori "caldi" che la natura sfoggia in questo periodo dell'anno.

Il Percorso delle Fonti, tra misteri e antichi abeti

Percorrendo la SP4 Pitigliano-Santa Fiora, dopo poco meno di 8 km arriviamo nella frazione di **Selva**. Da qui parte il **Percorso delle Fonti**, che ruota attorno al **Monte Calvo** e consente di ammirare i corsi d'acqua, tra sorgenti e fontanili, che nel corso dei secoli hanno alimentato l'economia della valle.

Il percorso si snoda all’interno della **Riserva Naturale Bosco della SS Trinità**, che si estende per 37 ettari lungo l’alta valle del Fiora. La sua peculiarità è la presenza di un nucleo di **abeti bianchi**, tra i più antichi d’Europa. Qui si possono trovare anche faggi, tigli, carpini, aceri, querce, frassino, olmi, noccioli e, naturalmente, castagni. All’interno dell’area protetta, gli appassionati di **birdwatching** potranno incontrare diverse specie di **rapaci**, tra cui la poiana, lo sparviero, il biancone, il falco pecchiaiolo e il lodolaio.



Seguendo il sentiero arriviamo poi al **Convento Francescano della SS Trinità**, che sorge all'interno di un bosco di rara bellezza. La struttura ha una rilevante importanza storica ed è stata meta di pellegrinaggi fin dal Medioevo.

Si narra che il complesso fu costruito per ricordare e celebrare il conte Guido Sforza che uccise un drago che da tempo terrorizzava gli abitanti della valle. Il nobiluomo

avrebbe tagliato in due parti la testa del mostro, mandandone una metà al Papa. L'altra, invece, sarebbe conservata ancora oggi nel convento. Che si tratti di un drago o meno non è dato a sapere, ma l'alone di leggenda che si respira tra queste mura e questi boschi li rende sicuramente degni di una visita.

Nei pressi del convento, ci fermiamo ad ammirare la **Fontana del Papa.** Negli orti recuperati si coltiva invece la gustosa **cipolla rossa di Selva.**

Trekking sul Monte Labbro

Un altro bell'itinerario, che non mancherà di soddisfare gli appassionati di trekking, è quello che conduce alla vetta del **Monte Labbro**, una delle cime più caratteristiche che spiccano a sud del Monte Amiata. Il monte è compreso nel territorio della Riserva Naturale Regionale di 630 ettari, a sua volta inclusa nel programma LIFE finanziato dall'Unione Europea.

Il nome del monte è storicamente legato alla vicenda di **David Lazzaretti** (1834-1878), noto come “il profeta dell’Amiata”, che predicava la realizzazione umana del Vangelo, raccogliendo attorno a sé seguaci e fedeli. Ferito a morte dai Carabinieri mentre guidava una processione ad Arcidosso, si rifugiò nella casa di un suo seguace a Bagnore, dove morì. È sepolto a Santa Fiora.

Da Santa Fiora percorriamo la SS 323 in direzione di Roccalbegna e Semproniano. Dopo circa 2 km, al km 33,4 della statale, troviamo l'ampia strada sterrata che conduce al **Parco Faunistico e al Monte Labbro**. Qui lasciamo l'auto e ci incamminiamo verso la vetta.Dopo aver superato una casa colonica, ci lasciamo sulla sinistra la diramazione e passiamo dalla **Casa dei Davidiani**, oggi una semplice stalla, fino a raggiungere un bivio. Prendiamo a destra e dopo poche decine di metri arriviamo a un piazzale con un'area pic-nic e i pannelli del progetto LIFE.

Dopo una sosta, continuiamo a piedi sulla salita, superiamo un cancello e ci inoltriamo lungo un sentiero che si inoltra nel bosco. Arrivati nei pressi di una recinzione, la superiamo grazie alla scaletta presente e prendiamo a destra fino alla **Torre di David,** fulcro della predicazione del "profeta dell'Amiata", circondato dai resti di altri edifici e della chiesa adibita al culto. Poco più in basso, all'interno di una grotta, si può vedere quello che resta dell'altare dei "davidiani". Il luogo dove si trova la torre corrisponde alla sommità del Monte Labbro, 1193 mslm. Qui ci fermiamo per ammirare uno splendido panorama del Monte Amiata.

I sapori dell’Amiata

La cucina toscana dell’area dell’Amiata trova la sua orine nel Medioevo e, ancora oggi, opportunamente rivisitati, si possono trovare i piatti cucinati con ingredienti “storici”. Tra i **primi piatti** troviamo le gustose **zuppe**, come l’**acquacotta,** la **zuppa di funghi**, la **minestra di ceci**, il **buglione**. Ottima anche la pasta e fagioli, le tagliatelle e i **tortelli ripieni**, ma anche i pici e le lasagne.

Tra i secondi piatti, ci sono il **cinghiale in umido,** arrosti e grigliate a base di pregiate carni locali, come la **chianina,** la **maremmana e** la **cinta senese.** Grazie all’antica tradizione norcina, spiccano per gusto e qualità i **salumi**, come prosciutti, salsicce, guanciali e battuti di lardo con le spezie.

Dalla tradizione **casearia** arrivano i pregiati pecorini e il particolarissimo **ravaggiolo**, mentre dall'abbondanza di **castagne** si ricavano diversi prodotti, come il **castagnaccio** e la **polenta di castagne,** grazie alla farina. Tra i dolci, il **biscotto salato di Roccalbegna** si fregia del marchio DOP.

Non dimentichiamo poi i rinomati **vini.** L'Amiata è infatti al centro della zona vitivinicola più produttiva della Toscana. A

nord, nell’area di Montalcino, si produce il celebre **Brunello**, a est, nella zona di **Montepulciano**, c’è la culla del **Nobile**, mentre a sud, attorno a Scansano, si produce il **Morellino** e il **Bianco di Pitigliano.** Si trova a ovest invece la zona di produzione del **Montecucco**, un vino “giovane”, creato nel 1998.

Biscotto salato di Roccalbegna

Ingredienti

*500 gr di farina

*1 cubetto di lievito di birra fresco

*150 gr di olio evo

*1 bicchiere di vino bianco

*15 gr di semi di anice

Mettete i semi di anice in ammollo nel vino bianco e lasciateli per circa due ore. Nel frattempo sciogliete il lievito di birra nell’acqua tiepida, poi unitelo alla farina, all’olio e ai semi di anice. Impastate finché la consistenza non sarà liscia e compatta. Suddividete poi la pasta in piccole parti da 300 gr e ricavate dei filoncini a cui darete la classica forma dell’8 intrecciato. Fate bollire dell’acqua salata e mettete poi a cuocere i biscotti finché non verranno a galla. Scolateli, poi trasferiteli su una placca foderata di carta da forno. Infornata a 250°C per circa 45 minuti o fino a doratura. Sfornate, lasciate raffreddare e servite.

COME ARRIVARE

In auto: da Nord A1 con uscita Firenze Certosa, proseguire per Siena poi prendere la SS322 in direzione Grosseto fino a Paganico. Voltare a sinistra per “Monte Amiata” e seguire le indicazioni per Castel del Piano e poi per Santa Fiora. **Da sud:** Autostrada Roma-Civitavecchia, poi prendere la SS 1 Aurelia fino a Grosseto, poi la SS322 in direzione di Siena, poi come sopra. **Da est:** A1 fino a Chiusi, poi SS 478 per Abbadia S.Salvatore, proseguire per Piancastagnaio e seguire le indicazioni per Santa Fiora.

DOVE MANGIARE

***Agriturismo La Leggenda**, via Fosso Serpentario 8, Selva di Santa Fiora (Gr), tel 0564/977347,

Il ristorante propone piatti della cucina locale, tra cui pasta fatta in casa e dolci. Anche pizza. A disposizione anche camere e giardino con piscina, ping pong e barbecue.

***Al Barilotto**, via Carolina 12, Santa Fiora (Gr), tel 0564/977089. Situato nel centro storico di Santa Fiora, è il più antico del borgo. Propone piatti della cucina più

autentica, tra cui pici e tortelli fatti in casa, zuppe, secondi con cacciagione e funghi e dolci fatti in casa.

DOVE DORMIRE

***Podere di Maggio**, via delle Vigne 13, Selva di Santa Fiora (Gr), tel 0564//979060, 348/3632421, www.poderedimaggio.com Agriturismo con produzione biologica di castagne e olio di oliva. Sorge sulle pendici del Monte Amiata tra castagni secolari e boschi. La struttura è costituita da cinque case di pietra indipendenti, ma è possibile anche soggiornare nelle grandi tende allestite con ogni comfort. Soggiorno in tenda da € 50, camera doppia da € 80.

La Valle degli Ulivi, loc. Fibbianello di Semproniano (Gr), tel 0564/986918, 333/6605915, www.lavalledegliulivi.com In una tranquilla zona di campagna, a soli 5 km dalle celebri Terme di Saturnia, dispone di 4 camere e un appartamento, dotati di bagno, aria condizionata, frigo bar, Tv e biancheria. Colazione con ricco buffet di prodotti casalinghi, tra cui marmellate, dolci, miele, torte, salumi e formaggi, tra cui la ricotta di pecora prodotta dall’azienda. Doppia con colazione da € 70.

INFO

www.visituscany.com/it