

I parchi del gusto. La ciclovia dei sapori calabresi, forti e autentici

Di Palmarosa Fuccella, foto Daniele Carletti

Viaggiare d'autunno attraverso i boschi dell'Appennino calabrese in sella alla propria bici è davvero una buona idea. A questa latitudine, fra ottobre e novembre, il clima è ancora prevalentemente mite e consente di godere appieno dei profumi, dei colori e dei frutti di boschi e foreste secolari.



E la **Ciclovia dei Parchi della Calabria** è il tracciato ideale per vivere un'esperienza di completa immersione nel paesaggio più meridionale della nostra penisola, in una regione che proprio nelle aree montane interne presenta un patrimonio di biodiversità e culture sorprendenti in oltre 300.000 ettari di superficie protetta. Una infrastruttura su cui la **Regione Calabria** e i Parchi puntano tantissimo per rivitalizzare le aree interne nella prospettiva di un turismo sostenibile che

possa innescare processi sociali e di sviluppo nuovi nelle comunità locali.



E i numeri di questi due primi anni di vita della Ciclovie sono assolutamente confortanti: i flussi di cicloturisti provenienti dall'Italia e dall'estero sono costanti e sul territorio nascono nuove imprese e attività collegate, ospitalità dedicata, servizi di assistenza, noleggio, anche grazie al sostegno che la Regione ha assicurato ai migliori progetti proposti. Un attivismo che nel 2021 ha portato all'assegnazione dell'Oscar del Cicloturismo **"Italian Green Road Award"**, primo posto ex aequo con la Provincia Autonoma di Trento.



Podoliche nei boschi della Sila

Nuova avventura in autunno

Abbiamo già percorso la **Ciclovia a fine giugno**, in giorni altrove di caldo insopportabile, viaggiando in un mare di felci giganti in compagnia del suono dei campanacci delle mandrie di mucche podoliche al pascolo, e la convinzione che ne abbiamo tratto è che ogni stagione qui ha la sua bellezza e che fosse impensabile non immaginare di tornarci ora, in autunno. Difatti, siamo nel pieno dei preparativi per il nostro nuovo viaggio che faremo nella seconda metà di ottobre in vista della redazione della guida della **Ciclovia dei Parchi della Calabria**, che sarà disponibile dalla prossima primavera, con approfondimenti su tutte le tappe, mappe, cose da non perdere, tipicità.



Ma cosa ci aspettiamo da questa nostra nuova avventura in bicicletta nel cuore della Calabria in autunno? Tante cose. In primis colori, profumi e sapori nuovi, quelli dei boschi e delle faggete secolari dei quattro grandi Parchi che la Ciclovia attraversa, **Pollino, Sila, Serre e Aspromonte**, circa seicento chilometri per la maggior parte immersi in una fitta vegetazione che se in primavera offriva fragoline in ogni dove ora promette funghi porcini, castagne, bacche e molto altro ancora. E poi un cambio sostanziale nei colori che imprimono il paesaggio naturale, il verde intenso della primavera a tratti sostituito dal giallo e dal rosso, dai marroni intensi delle colline che si preparano alle nuove coltivazioni.



Dal profumo di mosto al caprino dell'Aspromonte

Ma anche il profumo di mosto delle vendemmie che qui promana non solo dalle cantine delle aziende che realizzano grandi vini come il **Cirò** o il **Greco di bianco**, per citare solo alcune delle tante DOC calabresi, ma anche da quelle dei piccoli produttori che in ogni paese dell'area interna fanno da sé il vino per la propria famiglia. E poi non vediamo l'ora di assaggiare le **patate nuove della Sila**, che cotte in padella, spesso unite alla celebre **cipolla rossa di Tropea**, qui chiamano **'mpacchiuse** perché in cottura si "appiccicano" l'una all'altra, e sono buonissime.



Zuppa di fagioli e funghi porcini

Che dire poi dei tanti piatti a base di **castagne**, dolci e salati, e le mille varietà di **pasta fatta in casa** con farina di grano duro condita con i funghi o con **i fagioli** "russujanchi" delle Serre, lagane, fileja, "maccaruni", cavatelli... L'autunno, lo avevamo annotato nei nostri taccuini di viaggio, è la stagione migliore per gustare il **Caprino dell'Aspromonte**, Prodotto Agroalimentare Tradizionale, vera e rara prelibatezza, uno tra i tanti formaggi di alta qualità che si possono incontrare sulle tavole dei paesi che la Ciclovia attraversa, dal **Caciocavallo Silano**, alla ricotta salata, al **Caciocavallo di Ciminà**.



Salsicce calabresi

Per alcuni di noi, molte delle attese in termini culinari sono rivolte ai prodotti ricavati dalle carni lavorate, non solo la rinomatissima 'nduja, che però è più diffusa sul versante tirrenico, tra **Spilinga** e **l'altopiano del Poro**, ma anche salsicce, soppressate e pancetta riconosciute dal marchio DOP, quasi sempre conservate con il peperoncino, ortaggio/spezia che in Calabria regna sovrano.

Dal vino degli Enotri ai dolci degli Arabi

E poi, ancora, il pane fatto con lievito madre e cotto in forno a legna, famoso quello di Cerchiara, e le **friselle** condite con l'origano di montagna e l'ottimo olio extravergine di oliva dal sapore fruttato e leggero, che qui si produce dai tempi degli **Enotri**, le focacce e la "pitta cu u majo" con i fiori di sambuco, senza dimenticare i taralli, i biscotti, i **bocconotti di Mormanno** e la **Pitta 'mpigliata**, dolce tipico della tradizione calabrese con miele, uva passa e frutta secca e, per finire, i torroni, i fichi secchi con la mandorla, i

rosoli e i liquori aromatizzati con tutti i frutti che questa terra generosa produce, dal bergamotto al cedro, dalle clementine alla liquirizia. Un misto agrodolce che risente di tutte le culture che da sempre hanno attraversato questo estremo lembo della penisola, congiunzione naturale nel cuore del Mediterraneo, dai greci, agli arabi, dai normanni agli aragonesi, e così via.



Bocconotti di Mormanno

Come si può comprendere le aspettative che vincono per la Calabria sono sempre quelle legate ai sapori e al buon cibo, del resto non è un caso che sia la dieta mediterranea, **Patrimonio Immateriale UNESCO**, sia gli studi sulla dieta della longevità condotti dallo scienziato **Valter Longo**, originario di Molochio, riguardino la tradizione agroalimentare di questa regione.

La ciclovia regala silenzi, ma anche incontri generosi

Ma nondimeno ci attendiamo di ritrovare nel silenzio dei

boschi dove si pedala avvolti nella polifonia della natura e null'altro, costeggiando laghi e oasi faunistiche, nei luoghi della spiritualità, nei **musei diffusi**, nei paesi che attraverseremo, nella voce e nei racconti dei calabresi che incontreremo lungo il percorso, sempre ospitali e generosi – primo fra tutti Frate Damiano che al **Villaggio Limina** accoglie e assiste pellegrini e cicloturisti – il senso di un viaggio che è meta e cura per chi vuole ritrovarsi lontano dal “frastuono” delle città e dall'indifferenza.



È di certo un'esperienza attiva, per chi ha buone gambe per percorrere una Ciclovia che propone circa undicimila metri di dislivello su strade a bassa percorrenza di auto e alcuni tratti ad uso esclusivo, che a breve rappresenteranno circa un quarto dell'intero tracciato. Si sale e si discende continuamente e sebbene ci si trovi nel cuore della regione il più delle volte, e questa è un'emozione che solo la Calabria può regalare, il Mediterraneo si può vedere, **fino alle pendici dell'Etna**, e persino “sentire”.



La Sicilia vista dalla Calabria

INFO

Documenteremo il nostro tour giorno per giorno sui canali social della Ciclovía, facebook e instagram (@cicloviaparchicalabria).

Per tutte le altre informazioni e per l'organizzazione del viaggio consigliamo di consultare il sito www.cicloviaparchicalabria.it che offre anche le mappe scaricabili in gpx.