

# A Sulmona, dopo aver visto la “Madonna che scappa”, gustiamo “la Pupa e il Cavallo”

La mattina della domenica di Pasqua si rinnova a Sulmona (AQ) il rito di origine medievale della *Madonna che scappa*. Da un lato della centrale **Piazza Garibaldi**, sotto l'acquedotto romano, è allestito un trono con la statua di **Cristo Risorto**. Dalla parte opposta, si trova invece la Chiesa di San Filippo, dalla quale uscirà la statua della Madonna. Due membri della Confraternita di Santa Maria di Loreto interpretano i discepoli **Pietro e Giovanni** e corrono dalla Vergine per annunciarle la risurrezione del figlio. Dopo tre diversi tentativi di convincimento, la statua della Madonna esce finalmente dalla chiesa con il **manto nero del lutto**, e avanza lentamente, poiché ancora incredula, fino alla **fontana monumentale** al centro della piazza. Qui i portatori si fermano, poi iniziano una corsa sfrenata, durante la quale la statua della Vergine, grazie a un complesso sistema di fili, noto solo ai componenti della Confraternita, perde il mantello del lutto e svela un vestito verde e dorato, simbolo della primavera, della rinascita e della risurrezione. In cielo vengono liberate **dodici colombe**, mentre la folla esulta festante.



Chi si trovasse in città in occasione delle festività pasquali, non può perdersi un tour del centro storico, per ammirare le bellezze della municipalità che ha dato i natali al poeta Ovidio e ai confetti, celebri in tutto il mondo. Oltre alla centrale **Piazza Garibaldi**, sede della manifestazione, nelle vicinanze si trovano la bella **Chiesa di San Filippo Neri**, risalente al 1315 e la **Chiesa di Santa Chiara**, eretta attorno al 1200, e poi ricostruita in stile Barocco. La chiesa ospita al suo interno una piccola pinacoteca. Secondo la leggenda, proprio qui nacquero i celebri confetti, inventati dalle Clarisse che frequentavano l'edificio religioso. Da non perdere una visita all'**Acquedotto medievale**, fatto costruire nel 1256 da Federico II di Svevia, con le sue splendide e sinuose arcate e condotte. L'itinerario prosegue con una sosta alla **Chiesa di San Rocco**, donata alla città nel 1484 dalla Regina Giovanna d'Aragona, che amava così tanto questo luogo da attribuirsi il titolo di Principessa di Sulmona. Chi ha tempo, può visitare anche la bella **Chiesa di San Francesco della Scarpa**, risalente al 1291m che conserva

una raffinata cantoria barocca, raffinati stucchi del Settecento e una Pala di Paolo Olmo. Meritano una visita anche la **Cattedrale** dedicata a San Panfilo, il **Complesso dell'Annunziata**, composto da una chiesa e da un palazzo, la **Fontana del Vecchio**, il **Museo Civico** con la sua pregiata collezione archeologica e una selezione di artigianato abruzzese e l'**Eremo di Sant'Onofrio a Morrone**.

### **LA RICETTA: La pupa e il cavallo**

Sono semplici biscotti di pastafrolla a forma di cavallo e di bambolina che vengono preparati in casa e donati ai bambini durante la Pasqua. La tradizione risale all'Ottocento, quando costituivano un dono nuziale. Successivamente, diventò un simbolo dell'Ultima cena.



### **Ingredienti**

- 200 gr di zucchero

- 500 gr di farina
- 3 uova
- $\frac{1}{2}$  cucchiaino di lievito per dolci in polvere
- 3 cucchiai di olio extravergine di oliva
- 1 limone
- Gocce di cioccolato
- Confettini

Lavorate le uova con lo zucchero, poi unite la farina setacciata, il lievito per dolci e lavorate gli ingredienti fino a ottenere una pasta morbida e omogenea. Unite la scorza di limone e l'olio di oliva e amalgamate il tutto. Dividete la pasta e datele la forma di una bambolina e di un cavallo. Potete fare due pezzi grandi oppure più pezzi più piccoli. Decorate con i confettini colorati e le gocce di cioccolato. Mettete al centro un uovo intero e infornate a 180° per 20 minuti.

## **COME ARRIVARE**

**In auto** da nord, si prende l'autostrada Adriatica A14 in direzione di Ancona – Pescara, si prosegue sulla A24 in direzione Roma-L'Aquila-Avezzano e si prende l'uscita Pratola Peligna-Sulmona. Da Roma, A25 in direzione Pescara, poi uscita Pratola Peligna-Sulmona. Da Napoli Autostrada A1 con uscita Caianello, poi si prosegue sulla SS17 in direzione Castel di Sangro-Roccaraso-Sulmona.

## **DOVE MANGIARE**

- **Locanda Medievale al Quadrivio**, vico Odorisio , tel 0864/55533, [www.locandaalquadrivio.it](http://www.locandaalquadrivio.it) Menù medievale.
- **La locanda di Gino**, Piazza Plebiscito 12, tel 0864/52289, [www.lalocandadigino.it](http://www.lalocandadigino.it) . Tipicità abruzzesi.

## **DOVE DORMIRE**

- **B&B Suite Salini**, via Aragona 32, tel 339/3222940, [www.abruzzoarte.com/suitesalini.htm](http://www.abruzzoarte.com/suitesalini.htm) Edificio storico.
  - **Albergo Stella\*\*\***, via Panfilo Mazara 18, tel 0864/52653, [www.albergostella.info](http://www.albergostella.info)
- 

# **Biscotti di Pasqua super colorati**

I biscotti pasquali colorati sono dei deliziosi dolcetti da preparare specialmente nel periodo di Pasqua. Semplici e fragranti ma con un tocco in più: la glassa all'acqua e la ghiaccia reale colorate che ricoprono le divertenti formine li rendono spiritosi e festosi! Una splendida idea anche per realizzare dei pensieri da donare ai vostri amici durante la pasquetta! Sbizzarritevi con le forme e i colori – ovviamente pastello!

Ingredienti per 18 biscotti  
Farina 00 360 g

Burro 180 g



Latte condensato 140 g  
Limoni la scorza di 1  
Sale q.b.

#### PER LA GHIACCIA REALE

Zucchero a velo 150 g  
Uova l'albume 30 g  
Acqua calda 3 cucchiari  
Coloranti alimentari gocce 2

#### PER LA GLASSA ALL'ACQUA

Zucchero a velo 200 g  
Acqua calda 3 cucchiari  
Coloranti alimentari gocce 2

#### **PREPARAZIONE**

Per preparare i biscottini colorati pasquali iniziamo a preparare la frolla. Nel mixer versate la farina, un pizzico di sale ed infine il burro preventivamente tagliato a dadini

e freddo. Mixate fino ad ottenere un composto dalla consistenza sabbiosa. Versate il composto così ottenuto su una spianatoia. Fate un buco con le dita al centro del vostro composto, grattugiatevi una scorza di un limone .

Versate ora il latte condensato. Impastate con le mani fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo. Coprite l'impasto della vostra frolla con la pellicola e mettete l'impasto a riposare in frigo per circa 30 minuti. Trascorsi i 30 minuti necessari per far riposare l'impasto, prendete una spianatoia, cospargetevi un po' di farina e stendete l'impasto aiutandovi con il mattarello fino ad ottenere uno spessore di circa 1 cm.

Prendete ora gli stampini che desiderate utilizzare e, grazie ad essi, ottenete le forme dei vostri biscottini. Appoggiate i biscottini così ottenuti su un vassoio e metteteli in frigo per altri 30 minuti affinché la loro forma venga mantenuta quando andrete a cuocerli. Con la pasta che vi è avanzata potete lavorarla nuovamente ed ottenete una palla. Mettete la palla a riposare in frigo per altri 10 minuti. Passati i 10 minuti stendetela con il mattarello ed ottenete attraverso gli stampini degli ulteriori biscottini da lasciare in frigo per 30 minuti per far sì che la forma si mantenga una volta in forno. Quando i biscotti con le forme ottenute hanno riposato in frigorifero per 30 minuti potete infornarli nel forno ventilato e preriscaldato a 170°C per 20 minuti. Trascorso il tempo di cottura vedrete che otterranno una colorazione leggermente dorata. Appoggiateli quindi su una gratella per farli raffreddare.



Procedete con la preparazione della glassa all'acqua. Versate lo zucchero a velo ben setacciato in una ciotola ed aggiungetevi dell'acqua a ebollizione in un pentolino un cucchiaino alla volta. Mescolate bene per sciogliere lo zucchero a velo fino ad ottenere un composto omogeneo e senza grumi . La glassa può richiedere quantitativi diversi di acqua a seconda di molteplici fattori. Se il composto finale risulta liquido aggiungete dello zucchero a velo poco per volta; al contrario se risulta troppo denso, aggiungete poche gocce d'acqua. La glassa finale che dovrete ottenere deve avere una consistenza vischiosa. Dividete la glassa ottenuta in differenti ciotolini ed in ognuna di esse aggiungete delle gocce di colorante in gel diverse per ogni ciotolina ed uniformate bene il colore per tutto il composto della ciotolina.

Iniziamo la preparazione della ghiaccia reale. Disponete un albume in una ciotola ed aggiungetevi qualche goccia di limone. Aiutandovi con le fruste montate l'uovo e, quando sarà ben montato, aggiungete lo zucchero a velo. Continuate a

montare con le fruste fino ad ottenere un composto omogeneo e ben amalgamato senza la presenza di grumi. Anche nella ghiaccia reale potete aggiungere a piacimento del gel colorato per rendere più colorati e divertenti i vostri biscotti.

Quando i biscotti avranno acquisito la temperatura ambiente disponete la glassa all'acqua aiutandovi con una paletta. Se preferite potete usare le palettine piccole di legno utilizzate per mescolare il caffè. Stendete la glassa all'acqua uniformemente sulle forme dei biscotti

Divertitevi a decorare con la glassa e la ghiaccia reale, liberate la vostra fantasia!