

LA LOCANDA DELLA SETTIMANA

di Oswald Stimpfl



Oswald Stimpfl è autore di numerose guide di escursioni e gastronomia in regione



Ai piedi della mole dello Sciliar Una facile passeggiata da Umes



La trattoria Kircher, ossia vicino alla chiesa

UMES

La nostra gita odierna ci porta sull'altipiano dello Sciliar, più precisamente nel paese di Umes, una piccola frazione di Fiè, adagiato su un ampio terrazzo di mezza montagna proprio a ridosso della mole imponente dolomitica, immerso tra prati ondulati. Accanto alla chiesa c'è la trattoria Kircher che sta a significare "quello vicino alla chiesa" (Kirche).

Florian Harder, titolare e chef in persona, non nega la tradizione gastronomica locale, ma la rivisita e la impreziosisce con fantasia e creatività, attingendo a ricette e prodotti della cucina italiana. Il cuoco diplomato utilizza prodotti freschi di stagione; quasi tutte le erbe aromatiche, insalate e verdure provengono dall'orto, in bella mostra vicino alla casa. Il menu varia secondo le stagioni, adesso troveremo i finferli che accompagnano gnocchi di pane e ortiche. Oppure i porcini che condiscono le tagliatelle fatte in casa o che si servono grigliati con patate arrostate. Molto apprezzate le ottime insalate con erbe aromatiche. In tavola arrivano ovviamente anche la zuppa d'orzo, schlutzkräpfen, omelette, wienerschnitzel, canederli di grano saraceno, polenta con finferli o porcini, e poi ancora fragole e lamponi freschi o la crostata di albicocche. Un piatto classico sono i canederli dolci con le prugne o le albicocche, rigorosamente con pasta di patate. Bene assor-

titata la carta dei vini, nella quale trovano posto etichette altoatesine, così come specialità italiane ed estere.

Da vedere. La chiesa di Umes, semplice ma di forme armoniose e risalente al cinquecento, è dedicata a San Martino, conosciuto ai più come benefattore che, da milite romano, divide il suo mantello con un pover'uomo. Dai contadini però - e siamo in zona agricola - viene venerato come protettore degli animali. E così lo vediamo nella chiesa con l'abito di vescovo di Tours circondato da animali: l'oca, mucche e buoi, capre, maiali e pecore. Sull'altare un altro protettore di animali, San Antonio Abate, al quale sbucca da dietro le gambe un porcellino. Ricorda l'usanza in base al quale i discepoli del santo allevavano maiali e potevano ricavare lardo da usarsi, unito ad erbe officinali, come rimedio contro il cosiddetto "fuoco di sant'Antonio".

Escursioni. Facile la passeggiata da Umes attraverso prati e bosco al vicino laghetto di Fiè, balneabile e a ingresso libero con pontile, prati prendisole, servizi igienici. In riva al lago si trovano anche due ristoranti. Durata (andata) 1 ora, lunghezza 3 km, dislivello 135 m.

Per arrivarci. Da Fiè seguire per 3 km le indicazioni.

La scheda. Gasthof Kircher, famiglia Harder, Umes 19, 39050 Fiè allo Sciliar, tel. 0471 725151, www.gasthof-kircher.it. Aperto tutto l'anno; chiuso il mercoledì.

MONTAGNA



TRENTO

Il Centro di Cinematografia e la Cineteca del Cai organizzano il corso "Cinematografia di montagna" che si terrà nel weekend dal 5 al 7 ottobre presso il rifugio Carrara a Campeccina nelle Alpi Apuane. I posti a disposizione sono 30 fino ad esaurimento. Le lezioni, per complessive 18 ore in aula e in ambiente verteranno su Storia del Cinema e dell'alpinismo, Storia del Cinema di montagna attraverso una se-

ORGANIZZA LA SAT

Corso sulla cinematografia di montagna

Dal 5 al 7 ottobre sulle Alpi Apuane: trenta posti a disposizione

rie di proiezioni un approfondimento sulle principali istituzioni che in ambito CAI si dedicano al cinema di montagna: Cineteca del CAI e del Museomontagna, Trento Filmfestival, International Alliance for Mountain film.

E ancora, linguaggio cinematografico e tecniche di ripresa, tecnologie e innovazione con riferimento particolare alle fasi di produzione e post produzione con tecnologie digitali, organizzazione e gestione di eventi. Le iscrizioni si chiudono il 30 settembre.

Situato in località Campeccina (provincia di Carrara) a 1320 metri s.l.m. il rifugio Carrara è facilmente raggiungibile uscendo al Casello Autostradale (A12) di Carrara in circa 45 minuti, di cui 10 in percorso urbano e 35 su strada provinciale e comunale di montagna asfaltate. La quota di iscrizione è di euro 20,00 da versare all'atto dell'iscrizione sul c/c del CAI - Sede Centrale - presso la Banca Popolare di Sondrio, Ag. 21 Milano, con IBAN: IT48W056960162000000020

0X27 con causale: "Iscrizione al Corso sulla Cinematografia di Montagna". Prezzo della pensione completa presso il rifugio da venerdì 5 a domenica 7 è invece euro 100,00 da versare direttamente al Rifugio al termine del Corso

Iscrizioni: scrivere a: cineteca@cai.it o ccc@cai.it; telefonare a 02/205723213 (Cineteca) o 335/5720836 (Presidente CCC). Info sul rifugio e suo accesso: Michele Ambrogio: 347/6288272 - immaginecoscienza@gmail.com

(ma.be.)

Autunno, un'immersione nei colori caldi del «foliage»

Ecco le occasioni, i luoghi più spettacolari e gli appuntamenti organizzati per l'autunno: dalla val di Cembra al Primiero, con workshop fotografici

TRENTO

L'autunno in montagna regala ancora giornate piacevoli e l'opportunità di scegliere fra tante attività a contatto con la natura. Si possono ancora compiere escursioni e raggiungere rifugi in quota e si possono soprattutto fare lunghe passeggiate nei boschi di media montagna, circondati dai colori più incredibili, nel pieno dell'esplosione del "foliage" autunnale, camminando su tappeti di aghi e sotto un tetto colorato di giallo, arancione, rosso e oro da immortalare in uno scatto.

In val di Cembra, unica per lo spettacolo dei terrazzamenti coltivati a vite che trasformano interi versanti della valle in tappeti dorati, si può compiere una piacevole escursione con partenza dal lago Santo.

Il sentiero del Sentiero Europeo E5 ci accompagna fra i colori cangianti del bosco fino al Passo Zise e da qui proseguire fino al Rifugio Potzmauer, la nostra meta.

Sull'altipiano della Paganella un facile percorso adatto a tut-



Foliage al lago di San Giuliano

ta la famiglia si sviluppa nei boschi di faggete attorno all'abitato di Fai.

Partendo dalla località La Capannina, questo percorso raggiunge i numerosi punti panoramici sopra la Valle dell'Adige. Dopo la deviazione per la Grotta della Madonna si può raggiungere il sito archeologico retico di Doss Castel.

Addentrando in val di Rabbi, nel Parco dello Stelvio, l'anel-

lo delle cascate di Saènt conduce ai piedi degli spettacolari salti d'acqua creati dal torrente Rabbits. Lungo questo itinerario si possono ammirare i colori intensi dei larici che, illuminati dal sole, sembrano tante torce accese.

Nel territorio del Parco Adamello Brenta, in val Rendena, sopra Carisolo si può percorrere l'itinerario che sale all'eremo di San Martino immersi tra i colori vivi dei larici e dei faggi. Sull'Al-

topiano di Brentonico si cammina tra i colori delle faggete che circondano il piccolo Lago di Cei da ammirare percorrendo uno degli itinerari attorno al lago e attraverso i boschi tutt'attorno.

Nella valle del Primiero sopra l'abitato di Mezzano si può percorrere l'itinerario tematico fino ai Prati di San Giovanni che parte sotto la Cima Cordognè. Un percorso che regala spettacolari panorami sulle Pale di San Martino, sulle Vette Feltrine, il Monte Pavione e le acque turchese del lago di val Noana.

Legato all'esperienza del foliage e dei colori autunnali è anche il workshop fotografico "Luci e colori d'autunno" ad Arte Sella.

In collaborazione con Fuji Film Italia è tenuto dal fotografo professionista Fuji Gianluca Cola. Tre giorni, dal 26 al 28 ottobre per imparare e sperimentare tecniche di fotografia di paesaggio attraverso momenti formativi all'aria aperta e in aula, tra le sculture e le installazioni di Arte Sella. Prezzo a persona da euro 340, prenotazioni su www.ambientrentino.it

(ma.be.)

Come tutelare gli ambienti più fragili del Brenta

Il progetto di ricerca «BioMiti», voluto dal Parco, per salvaguardare i rapporti dell'ecosistema



Al lavoro per il progetto «BioMiti»

TRENTO

Grazie ad un nuovo progetto di ricerca, il Parco Adamello Brenta si propone nei prossimi anni di ottenere dati utili per conoscere e salvaguardare gli ambienti naturali delle Dolomiti di Brenta. Attraverso studi, monitoraggi di campo e analisi in laboratorio, la ricerca prenderà in esame i rapporti ecosistemici tra animali, vegetali e le caratteristiche del substrato roccioso sul quale vivono, con l'obiettivo di indagare il delicato tema dei cambiamenti climatici e dei loro effetti sulla

biodiversità. Il nome di questo progetto è "BioMiti", dall'unione del suffisso "bio-" ("che vive") con la parola "Dolomiti", ed è descritto così da Andrea Mustoni, responsabile del Settore Ricerca Scientifica ed Educazione Ambientale del Parco: "BioMiti è un importante progetto pluriennale che, in estrema sintesi, si propone di conoscere meglio la natura che caratterizza le Dolomiti, montagne che ancora oggi nascondono segreti meravigliosi che vanno tutelati per la bellezza dalla nostra vita e per le generazioni future. L'indagine sarà condotta

sulla base di rilevamenti faunistici, floristici, climatici e geologici eseguiti dal gruppo di ricerca scientifica ed educazione ambientale del Parco con l'aiuto di alcuni tesisti. Il progetto si sviluppa anche grazie alla fondamentale collaborazione con i ricercatori dell'Università di Sassari, particolarmente esperti nello studio degli ecosistemi alpini e la sezione di zoologia degli invertebrati e idrobiologia del MUSE, punto di riferimento trentino in tema di ricerca scientifica. Nel tempo, verranno avviate ulteriori collaborazioni specia-

listiche che renderanno l'iniziativa unica nel suo genere. Gli ambienti montuosi sono particolarmente vulnerabili al rapido riscaldamento globale e ci si aspetta che nei prossimi decenni sull'Arco Alpino gli impatti sugli ecosistemi saranno ancor più drammatici". In questa prima fase sperimentale, la ricerca prevede che vengano effettuati diversi tipi di monitoraggio ad altitudini diverse, dai radi lariceti dell'alta Vallesinella a 1.900 m s.l.m. fino alla nuda roccia di Cima Grostè a 2.900 m s.l.m. Proprio qui durante l'estate sono state attivate le prime sei "stazioni di campionamento", per raccogliere i dati su fauna e flora. Informazioni:

<https://www.pnab.it/principale/ricerca-scientifica/progetto-biomiti/>

(ma.be.)