



Dall'alto in senso orario: campo di Orapi, escursione a cavallo, piatto di zuppa del pastore, pane casereccio.



## I CAMMINI del cibo e del vino autentici BARREA



### INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

**Borghi Autentici Tour S.r.l.**

Viale Matteotti n. 49 - 43039 Salsomaggiore Terme (PR) - Italia  
tel. 0524.587941

[booking@comunitaospitali.it](mailto:booking@comunitaospitali.it)

Cod. Fiscale e P. Iva: 015 780 90761

Autorizzazione all'Attività di Agenzia Viaggi Provincia di Parma (L.R. 7/2003) D.D. N.1305 dell'11/4/2008



Barrea

Con il patrocinio di



Italia: **Abruzzo**

# Barrea

Paesaggi montuosi, distese di boschi di faggio e corsi d'acqua cristallina circondano il borgo di Barrea. Immerso nel Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise, arroccato su uno sperone roccioso a 1066 metri di altitudine, Barrea domina la valle abitata sin dall'epoca preistorica, un tempo nota come Vallis Regia. Il suggestivo centro storico conserva ancora intatte le tracce di un antico passato in cui veniva utilizzato come incastellamento a scopo difensivo. Un groviglio di case disposte a muraglia sbarrava l'accesso al borgo, possibile solo da la Porta di Sopra e la Porta di sotto. A sorvegliare il tutto, i due torrioni: la Torre Rotonda e la Torre Quadrata, ancora oggi presenti.

Il verde dei fitti boschi delle montagne si riflette sulle acque del Lago di Barrea, riconosciuto come zona umida d'importanza internazionale. Panorami dalle tonalità variabili e sempre affascinanti portano il visitatore ad un'immersione in un ambiente di totale relax lungo le sponde del Lago.

Il paese è il punto di partenza ideale per i numerosi itinerari nella natura durante i quali è possibile avvistare o incontrare varie specie di animali, tra cui l'Orso marsicano, il lupo, il cervo, il camoscio d'Abruzzo.

I corsi d'acqua, la foresta e il castello fanno del territorio di Barrea un paesaggio da fiaba. Un borgo traboccante di tradizione e storia narrato anche attraverso la cucina tipica. La tradizione gastronomica di Barrea si lega ai sapori della cucina abruzzese fatta di ingredienti semplici e genuini offerti dalla natura. Tra questi **l'orapo**, spinacio selvatico che cresce nei campi recintati dove sono custodite le greggi, cucinato sia come zuppa insieme ai fagioli che come condimento degli gnocchetti di acqua e farina. La *muscischia*, carne di pecora essiccata, denota il forte legame del borgo con le sue origini agro pastorali. Così come *la pecora al cotturo*, piatto a base di carne di pecora fatta a pezzi (senza essere disossata) e cucinata con le erbe aromatiche trovate lungo il tratturo, non di rado il piatto viene arricchito con l'aggiunta di patate.

Non resta che scoprire il borgo e le sue specialità culinarie durante i cammini tra cultura e gusto.

Da sinistra: due scorci del centro storico e panorama del lago dal Castello di Barrea.



12 e 13 Maggio

## SABATO

Arrivo a Barrea, accoglienza del Tutor dell'ospite e sistemazione in struttura. Alle 15.00 passeggiata nel borgo medioevale con visita guidata all'Antiquarium della Civiltà Safina, antico popolo italico che si stabilì in questi territori a partire dal VII sec. a. c.; alla Sala dei Pipistrelli ed al Castello. Cena sulle rive del lago di Barrea e pernottamento.

## DOMENICA

Mattina all'insegna delle storie e dei sapori della civiltà contadina. Una piacevole passeggiata guidata fra i colli e le valli di Barrea alla scoperta dei luoghi un tempo animati da pastori e contadini con i pascoli e la coltivazione del grano. Durante la passeggiata un pranzo dal gusto di altri tempi verrà donato da una donna in costume tipico. Rientro nel borgo e termine attività

**Quota a persona a partire da: € 122 n. minimo 8 persone**

### LA QUOTA COMPRENDE:

1 pernottamento con prima colazione in B&B o albergo in camera doppia;  
1 aperitivo, 1 pranzo, una cena con bevande incluse; 1 visita guidata;  
1 escursione con cesto picnic.  
La quota non comprende: spostamenti da effettuarsi con mezzi propri; tutto quanto non citato ne "la quota comprende".

**PER TUTTI I PACCHETTI C'È LA POSSIBILITÀ DI TRANSFERT CON LA COOP DI COMUNITÀ'**

6-7 e 8 Luglio

## VENERDÌ

Arrivo nel primo pomeriggio e sistemazione. Benvenuto del Tutor dell'ospite e alle 16 passeggiata nel borgo medioevale di Barrea con visita guidata all'Antiquarium della Civiltà Safina, alla Sala dei Pipistrelli ed al Castello dal quale ammirare il panorama sulla valle. Cena a base di prodotti locali e pernottamento

## SABATO

Alla mattina alla scoperta della pianta spontanea regina dei pascoli abruzzesi, l'orapo, laboratorio di cucina con Dora a base di pietanze preparate con gli orapi, e pranzo. Pomeriggio libero immersi tra le attività previste nell'ambito della Festa Nazionale dei Borghi Autentici. Cena a base di prodotti tipici, partecipazione agli eventi della Festa e pernottamento.

## DOMENICA

Alla mattina escursione ad anello che da Barrea conduce allo stazzo diruto della Valle Jannanghera. Pranzo al sacco con prodotti locali da forno. Rientro al borgo e termine attività

**Quota a persona a partire da: € 253 n. minimo 8 persone**

### LA QUOTA COMPRENDE:

2 pernottamenti con prima colazione in hotel o B&B in camera doppia; 2 cene e 1 pranzo bevande incluse; 1 visita guidata del borgo; 1 laboratorio di cucina; 1 escursione con cesto picnic.

La quota non comprende: spostamenti da effettuarsi con mezzi propri; tutto quanto non citato ne "la quota comprende".

1 e 2 Settembre

## VENERDÌ

Arrivo nel pomeriggio, accoglienza da parte del Tutor dell'ospite e sistemazione. Cena libera e pernottamento.

## SABATO

Alle ore 10 partenza per l'escursione guidata, una piacevole passeggiata fra i colli e le valli di Barrea condurrà alla scoperta dei luoghi un tempo animati da pastori e contadini. Pranzo a buffet con degustazione tipicità locali. Nel pomeriggio facile escursione a cavallo (circa 40') lungo le rive del lago di Barrea. Cena in riva al lago e pernottamento.

## DOMENICA

Alle 10 passeggiata nel borgo medioevale di Barrea con visita guidata all'Antiquarium della Civiltà Safina, alla Sala dei Pipistrelli ed al Castello dal quale ammirare il panorama sulla valle. Al termine pranzo conviviale nella piazza del centro storico a base di carne di pecora (pecora al cotturo), e di altri prodotti della tradizione agro-pastorale.

**Quota a persona a partire da: € 213 n. minimo 10 persone**

### LA QUOTA COMPRENDE:

2 pernottamenti con prima colazione in B&B o albergo in camera doppia;  
1 cena e 2 pranzoni con bevande incluse;  
1 visita guidata del borgo; 1 escursione guidata; 1 escursione a cavallo.

La quota non comprende: spostamenti da effettuarsi con mezzi propri; tutto quanto non citato ne "la quota comprende".

