

# Weekend

E-mail:  
weekend@ilpiccolo.it

IL PICCOLO ■ GIOVEDÌ 5 NOVEMBRE 2009

30

ITINERARI. DOMENICA A SAN LEONARDO IN VAL BADIA

## Cavalcata nelle vallate ladine delle Alpi dolomitiche

Suggestiva parata equestre che celebra il patrono di contadini, carrettieri e artigiani

di CRISTINA FAVENTO

Originali costumi ladini, cavalli di razza e cibi tipici sullo sfondo dell'autunnale natura dolomitica. Domenica 8 novembre, valorizzando antiche tradizioni, l'Associazione cavalli Val Badia darà vita all'undicesima edizione del "Rait da San Linert dles valades ladines", la cavalcata di San Leonardo delle vallate ladine dolomitiche. In Alta Badia, infatti, si festeggia con pienezza di suoni e sapori la suggestiva parata equestre che celebra il patrono di contadini, carrettieri e artigiani.

All'evento, che si svolge ogni inizio novembre nella pittoresca località di Badia, partecipano cavalli di razza norica, tra le più antiche al mondo, e avelignese.

Provenienti soprattutto da Alto Adige e Sud Tirolo, gli equini, utilizzati in passato soprattutto per i lavori in agricoltura e oggi protagonisti di diverse manifestazioni folcloristiche e sportive, sono considerati una risorsa turistica e parte del patrimonio culturale del territorio.

La docile razza avelignese, in particolare, comunemente identificata come Pony e apprezzata per la facilità nell'apprendimento, trae le sue origini a Sluderno, in Alto Adige, dall'incrocio (datato 1874) tra uno stallone arabo e una fattrice locale. Il nome deriva però



Domenica in Val Badia si terrà l'undicesima edizione del "Rait da San Linert dles valades ladines"

dal paese di Avelengo, in provincia di Bolzano. In tedesco la città è chiamata Haflinger e i cavalli di tale razza, distinguibili per muscolatura e ossatura molto forti, sono quindi conosciuti anche con il nome Haflinger.

Al termine della cavalcata di domenica prossima, dopo la canonica benedizione del decano e una spettacolare prova di tiro e di potenza sulla spianata di San Leonardo, seguirà una premiazione degli esemplari più belli delle varie categorie.

Ad attendere il visitatore ci saranno anche bancarelle di prodotti tipici e specialità gastronomiche ladine quali le dolci turtres e furtaies (proposte in occasione dei matrimoni contadini), salumi e speck, prodotti caseari, dell'orto o derivati dalla lana. L'incasso delle vendite sarà devoluto in beneficenza.

Non mancheranno i costumi tradizionali che si sfoggiano nelle cinque vallate ladine in occasione delle

grandi feste. Né curiosi carri e carrozze, in rappresentanza folclorica di autorità e consorzi locali, accompagnati dalle allegre note delle bande musicali di Badia, Corvara e San Cassiano e da un gruppo di fisarmoniche. Per finire, la popolare parata si concluderà con una bella grigliata e il "förgelen", il rito della castagnata accompagnato dalla degustazione di vini autoctoni.

Sabato 7 novembre, inoltre, il Consorzio Turistico dell'Alta Badia (www.altaba-

dia.org. Tel. 0471/847037) propone un'escursione con accompagnatore attraverso i masi più tipici di Badia (Anvi, Suttrù, Oies, Rainé, Alfarei, Ruac, Füsse, Coz) con pranzo al maso Alfarei (costo 15 euro). Per i bambini sono previsti giri a cavallo e prove di tiro. Il ritrovo è sabato, alle ore 10, presso l'Associazione Turistica di Badia. La sera, invece, si può cenare assaporando la vera cucina ladina in una casa contadina del 1800, come ad esempio il maso di Runch (tel. 0471/839796) o il Maso Sotciastel (338/7640188).

E anche possibile dormire nei masi per prezzi piuttosto abbordabili: attualmente sono circa 1350 gli agriturismi che offrono pernottamento in Alto Adige per tutto l'arco dell'anno a partire da 25 euro circa a persona per notte. Queste strutture sono riunite e promosse dal marchio "Gallo Rosso" (www.gallososso.it), che garantisce la qualità del prodotto e dei servizi. Molti producono specialità proprie come succhi, confetture e sciroppi di frutta, distillati, aceti, formaggi, latticini, uova, erbe aromatiche e frutta secca.

Sul sito del consorzio, oltre agli indirizzi di tutti i venditori diretti di prodotti di qualità provenienti dai masi, si trovano notizie e informazioni sempre aggiornate sulle numerose manifestazioni e sagre che per tutto l'anno si alternano nelle diverse vallate.

### Appuntamenti

#### Trieste

**JIMMY JOE BAND**  
Sabato alle 21, alla Corsia Station (via Battisti), serata musicale con Jimmy Joe Band.

**PAT TEATRO**  
Sabato alle 20.30 e domenica alle 17, al Teatro di San Giovanni (via San Cilino 99), la

compagnia Pat Teatro presenta la commedia dialettale "Sapore di mare 2 - Barcola '60 - Dieci anni dopo".

#### Gorizia

**TRIO DI TRIESTE**  
Lunedì alle 17.30, al Circolo delle Generali (salone del settimo piano), per il ciclo "Appuntamenti con la storia", a cura di Roberto Gruden, Sergio Cimarro con Claudio Sepin parlerà

di "Battere il tempo. I 75 anni del Trio di Trieste".

#### Veneto

**VEIT HEINICHEN**  
Oggi alle 18.03, nella sala della stazione ferroviaria di Gorizia (piazzale Martiri della libertà), verrà presentato il nuovo libro di Veit Heinichen "La calma del più forte", nell'ambito

dell'iniziativa Apt "Il libro delle 18.03". Partecipano l'autore e il giornalista Stefano Cosma.

#### Veneto

**HELLO KITTY**  
Domani alle 21 (repliche sabato alle 15 e alle 18, domenica alle 15), al Gran Teatro di Padova, in Corso Australia, va in scena il musical "Hello Kitty".

GOLA. IN ISTRIA

## "Maruzza" a Zambrattia La patria della sogliola



**MARUZZA (Villa Rosetta)**  
Crvena Uvala 31 - Zambrattia (Cro)  
Telefono 00385 52725710

Chiusura mai

Orario 12-22

Prezzo medio 30 euro (vini esclusi)

- Ferie: variabili ■ Coperti: 60
- Carte di credito: tutte
- Parcheggio: sì
- Accessibile ai disabili: sì
- Tavoli all'aperto: sì
- Aria condizionata: sì
- Divisione fumatori/non fumatori: no

di FURIO BALDASSI

C'era un tempo in cui la sogliola veniva considerata un pesce povero, comunque popolare. Ben prima, dunque, che nelle peschiere venisse trattato a 28-30 euro al chilo come adesso. Forse l'avevano capito per tempo i romani, che per il suo sapore delizioso lo avevano dato il nome di Solea Jovis: il sandalo di Giove. Ma esiste ancora, in Istria, un angolo in cui il gusto di questo alimento viene esaltato e festeggiato proprio in questi giorni (anche perché, non dimentichiamolo, in questo periodo si pesca a tonnellate e qui costa meno della metà, 12-13 euro/kg...).

A Zambrattia, deliziosa località costiera a mezza via tra Salvo e Umago, Rosetta Zancola Martincic si è fatta da tempo un punto d'onore del rilancio del pregiato prodotto del mare, venendone ricambiata ampiamente, visto che addirittura nel mare di Salvo è stata scoperta una nuova specie: la Solea Rosettae, a lei dedicata.

Interessante storia, quella della Martincic che ha fama, meritata, di essere una delle migliori cuoche dell'Istria. È figlia d'arte, essendo la discendente diretta di quella Maria Santin detta Maruzza che dal 1935 al 1968 allietò con la sua cucina generazioni di gourmet del weekend. Austriaci, tedeschi, triestini in massima parte, come avrebbero detto Carpinteri & Faraguna, trovano tra le mura di Maruzza, scomparsa recentemente, calore umano e piatti popolari quanto gustosissimi. Gli stessi che adesso propone Rosetta dopo aver spostato la vecchia trattoria Maruzza all'interno di quel piccolo gioiellino a quattro stelle, posizionato direttamente sul mare e aperto tutto l'anno, che è Villa Rosetta, il suo hotel, e lasciato al figlio Paolo la vicina "Maruzza".

Mentre il marito Marco vigila sull'assieme dell'hotel, assieme a lei lavora l'altra figlia, Elena, che con entusiasmo par-

la di piatti «che a detta di molti sono la testimonianza di una tradizione che si è rinnovata e migliorata nel tempo». Un inciso doveroso, perché una mini-indagine filologica conferma subito che tradizionalmente la sogliola istriana era di piccola pezzatura e veniva semplicemente frita. Punto.

Rosetta, invece, delle ricerche applicate a quel pesce ha fatto quasi una ragione di vita. Nel suo locale, dunque, propone, oltre a pesce di tutti i tipi e una cucina che ama definire "istromediterranea-stagionale", la sogliola in tutte le sue migliori accezioni. Ecco dunque le saporitissime polpette, gli spaghetti con sogliola e peperoncino o gli gnocchetti caserecci, gustosi e sempre abbinati a trancetti di pesce. Il carpaccio, di gran moda, viene invece depositato su un letto di fette d'arancia.

Ancora: non manca l'involtino con un ripieno di gamberi che naviga su una vellutata di zucchine con i pinoli tostati, la "mugnaia" fatta sposare a una saporita dadolata di verdure miste e infine, siamo in Istria, perbacco, la principessa del Mare Adriatico viene fatta congiungere al principe della terra, il tartufo.

Ricette fuori dal comune, come si vede, che Rosetta, saltando a piè pari la tradizionale gelosia degli chef, ha anche voluto mettere a disposizione di tutti. Il risultato si chiama "So-



Rosetta, Marco e Elena del "Maruzza"

gliola, squisita sogliola", edito dalla triestina Mgs press (9 euro) che in un agile libretto comprende realmente le varianti più impensabili che si possono elaborare attorno a questo pesce assolutamente sano, dall'alto valore nutrizionale e dal basso contenuto calorico: appena 106,8 kcal per 100 g.

Da "Maruzza", magari gustandovi lo straordinario tramonto sul mare di Zambrattia visibile dalla sala da pranzo, non vi mancherà neanche di che abbinare tante straordinarie specialità. I vignaioli Coronica e Degrossi sono qui praticamente di casa, assieme alle altre etichette istriane di prestigio. Un tour gastronomico-culturale da queste parti inoltre, a meno che non esageriate col tartufo, vi costerà mediamente attorno ai 40 euro. Ben spesi se rapportati alla qualità e alla fantasia esibite.

NAUTICA. PICCOLO PORTOLANO DEL GOLFO

## Consigli ai naviganti prima di ancorarsi

È necessario seguire sempre il buon senso e soprattutto le leggi

di NIKI ORCIUOLO

Dopo aver descritto più di trenta tra porticcioli, baie, ridossi, approdi e marine dell'ampio golfo di Trieste, compreso tra Grado e Salvo, l'unico su cui si affacciano tre stati nazionali, concludiamo con alcune considerazioni pratiche, questo che, per comodità, abbiamo definito: "Piccolo Portolano del Golfo".

Molte delle escursioni nautiche proposte verrebbero meglio apprezzate dai diportisti, utilizzando un gommoni o un piccolo motoscafo aperto che permettano di raggiungere i luoghi descritti evitando secche e bassi fondali specie nelle zone lagunari o di accostare ai molet-

ti dei ridossi più piccoli. Non dimenticate mai di atterrare sulla riva avanzando, sempre lentamente, perpendicolarmente alla costa e lontano da stabilimenti o zone riservate alla balneazione; la superficialità o la disattenzione viene spesso sanzionata con pesanti multe! Se l'accesso è segnato da una sequenza di boette, rimanete nel canale e utilizzate, se possibile, i remi il cui uso è sempre ammesso. Con motoscafi cabinati o imbarcazioni a vela dal pescaggio superiore a 1-1,5m., il percorso di avvicinamento, studiato sulla carta non perdendo d'occhio l'oscandaglio, è molto legato a vari fattori come la marea, le correnti, il dragaggio dei canali, le con-

dizioni atmosferiche e la visibilità; evitate comunque le ore notturne. Una piccola preparazione, prima di mollare gli ormeggi, e un check delle attrezzature di bordo, anche se l'uscita è solo giornaliera, è in ogni modo indispensabile: cime in abbondanza, doppia ancora (anche in agosto), cibo e soprattutto acqua, cellulare, binocolo, bandiere nazionali, oltre a tutto quello che la legge impone di avere.

Per queste imbarcazioni più grandi è assolutamente necessario disporre di un tender con cui raggiungere terra, visto che, nella maggioranza dei casi, bisognerà ancorarsi in rada. Se le condizioni meteo non sono ottimali, è buona norma che

uno dell'equipaggio rimanga prudentemente a bordo. Importante conoscere l'estensione e i limiti dei parchi e delle riserve marine protette come Miramare, Strignano, Punta Grossa, Punta Madonna ed altre ancora, ma anche le limitazioni alla pesca e alla navigazione come nel Canale d'accesso delle petroliere e le varie ordinanze della Capitaneria di Porto.

Anche per la più semplice delle escursioni verso le località costiere del sorprendente golfo di Trieste, sarà dunque necessaria un'adeguata preparazione, accompagnata da quella cultura marina di conservazione e rispetto per un ambiente unico che tutti noi vogliamo rimanga tale.



**INVITO PORTE APERTE SABATO 7 DOMENICA 8**

"Festeggia con noi 30 anni di lavoro grazie agli splendidi clienti. Grazie!"

**ALPINA HYUNDAI**

Hyundai **TUCSON** turbodiesel fap - benzina - gpl, clima, abs, esp, antifurto, radio cd **PREZZO SPECIALE da € 17.690\*** con rottamazione e finanziamento agevolato.



tel. 040 231905 - via Colombara di Vignano 2 Z.I. Noghère - Trieste

**RICAMBI ORIGINALI - ACCESSORI - PNEUMATICI SERVICE COMPLETO - PARCO OCCASIONI**

**COMPRA SUBITO ANCHE SENZA ANTICIPO CON LA PRIMA RATA AGEVOLATA DA PRIMAVERA 2010. RATEAZIONI SU MISURA.**

**LA TUA AUTO NON È ROTTAMABILE? ABBIAMO LA SOLUZIONE.**

Prezzo riferito alle versioni 1.4 benzina 155 (5 porte), 1.4 GPL (5 porte), chiavi in mano, esclusa IPT, comprensivo di incentivi statali (D.L. n. 5 del 10/2/09) e di sconto Hyundai. Versione fotografata 1.8i CW con allestimenti speciali. Equipaggiamenti variabili a seconda delle versioni. Offerta valida fino al 31/10/2009. È una iniziativa dei Concessionari ufficiali Hyundai.



**HYUNDAI i30**

Nuove versioni CrossWagon e 5 porte: liberi di scegliere.

da **€ 11.790**

5 ANNI GARANZIA

Scopri le novità della gamma i30: nuovo motore diesel CRDi 90 CV low emission 6 marce e BlueDrive GPL CrossWagon. i30 gamma 5 porte e CW, benzina, diesel e GPL, tutte con 5 anni di garanzia a km illimitati. Con clima, ABS e 6 airbag a partire da 11.790 euro.

i30 1.4 GPL (86 kW/115CV): consumo urbano/extraurbano/combinato (l/100km): 12,0/6,90/8,70. Emissioni CO<sub>2</sub> (g/km): 136. i30 CW 1.6 CRDi VGT Active Aut (84,4 kW/115CV): consumo urbano/extraurbano/combinato (l/100km): 7,8/5,00/6,00. Emissioni CO<sub>2</sub> (g/km): 155.

HYUNDAI www.hyundai-motor.it



La Vera Qualità Conta

