

Tra le vallate e le montagne C'È LA MOLINA

Il tutto innaffiato...
con l'ottimo Verbicaro

Nella zona dell'Alto Tirreno Cosentino, per quanto concerne la ricettività, si trova proprio di tutto: alberghi, bed & breakfast, alloggi, affitti case, agriturismo. I prezzi variano da 20 euro a notte fino ad un massimo di 120 euro, pensione completa. Per quanto riguarda le case in affitto, invece, si arriva anche a 1.500/2.000 euro al mese nel periodo di alta stagione. A tavola, ovunque, qui va di moda il "re Verbicaro", vino a denominazione origine controllata. Anche se, infatti, le strutture ricettive offrono di tutto, in questa terra è il famoso Verbicaro a fare la parte del leone. Si tratta di un vino pregiato esportato sia in Italia sia all'estero, ma è nei comuni altotirrenici che il Verbicaro - bianco, rosso e rosato - trova la sua culla naturale: Verbicario, Grisolia, Orsomarso, Santa Domenica Tauro e Santa Maria del Cedro, Tintera provincia di Cosenza. (mfs.)



La ricetta

La crostata di marmellata

Ingredienti (per 8 persone):

250 gr di farina
125 gr di burro
100 gr di zucchero
2 tuorli
1 bustina di vanillina
300 gr circa di marmellata
sale

Preparazione:

Sulla spianatoia, versate la farina, lo zucchero, un pizzico di sale, la vanillina e fate la fontana. Al centro mettete, il burro ammorbidito a pezzetti, i tuorli ed impastate velocemente (non troppo, altrimenti la frolla risulterà poco friabile), fino ad avere un composto omogeneo con cui farete una palla, che metterete a riposare in frigo una mezz'ora. Tirate la pasta ad un'altezza di circa 1/2 cm, tenetene via un pezzo per le decorazioni. Ricavatene un cerchio e foderateci uno stampo da 26 cm di diametro. Il cerchio di pasta dovrà essere di qualche cm più largo del diametro della teglia per poter fare i bordi. Con i rebbi di una forchettina bucherellate la pasta, per evitare che durante la cottura si formino delle bolle d'aria. Distribuite sulla pasta la marmellata. Tirate con il matterello la pasta avanzata e preparate delle decorazioni (potete fare la classica griglia oppure delle stelline, dei cuoricini ecc.), che disporrete sulla marmellata. Cuocete in forno a 180° 30-40'. (mfs.)



La locanda è immerso nel verde dei pascoli
Tra i piatti forti le grigliate di carne mista

ORSOMARSO - Nell'entroterra dell'Alto Tirreno cosentino, è situato Orsomarso, caratteristico paesino ai cui piedi scorre, in una vallata tra le più belle del Parco Nazionale del Pollino, il fiume Argentino. In questa parte dell'Appennino meridionale pascoli e boschi si alternano a vasti prati, che in primavera si ricoprono di fiori, e a lande desertiche e rocciose, cui fa sottofondo il mormorio del fiume.

I dati più importanti della sua storia risalgono all'età bizantina, quando ospitò nella sua comunità i monaci basiliani S. Nilo, S. Saba e S. Macario.

Una sosta a Orsomarso consente di visitare il pittoresco centro storico con le sue case e le sue viuzze abbarbiccate alla roccia e raccolte alla Torre dell'orologio; la chiesa Parrocchiale di S. Giovanni Battista, che conserva altari di marmo policromo del '700, l'organo, il coro ligneo e, pregevoli, gli affreschi di G. B. Colimodio, del XVII sec.; la chiesa del Salvatore, con una tela attribuita a Luca Giordano; la grotta della Madonna; i resti dell'abbazia del Mercurion, del X secolo. Nella zona del Mercurion immerso nel verde di una natura ancora incontaminata, sorge l'agriturismo "La Molina", il luogo ideale per gli appassionati della vita all'aria aperta, della buona cucina tipica calabrese, e per gli amanti delle vacanze all'insegna dello sport.

La struttura dell'agriturismo è costituita da villette



Un bimbo posa con i peperoncini al collo; nelle altre immagini vedute dell'agriturismo; e a sinistra lo chef al lavoro

indipendenti suddivise in monolocali, bilocali e trilocali, dotate di angolo cottura, servizi e di riscaldamento/climatizzatore autonomo, piscina attrezzata con ombrelloni e sdraio, campo da calcetto. La proprietaria de "La Molina" è la signora Lorenza Senise che insieme al marito ed ai figli gestisce l'ampio podere.

In cucina, per la preparazione dei piatti, oltre ad essere impiegati i prodotti dell'orto vengono utilizzati anche quelli dell'azienda agricola Cavelli di Castrovilari. Nelle calde sere d'estate vanno per la maggiore le grigliate a base di carne mista, pasta fatta in casa, condita con pomodoro fresco, dolci alla frutta fresca o con marmellate fatte in casa accompagnate dal buon vino di produzione locale.

All'interno dell'agriturismo è collocata la base logistica del centro sportivo "Rafting Explorer Lao" che

organizza discese in rafting sul fiume Lao, canyoning, canoa, trekking ed arrampicata.

Direttore del centro sportivo è Giuseppe Cosentino che con i suoi ragazzi: Giuseppe Battaglia, Andrea Ferraro, Riccardo Vargone e Lorenzo Galiano, esperte e qualificate guide, accompagnano i turisti nei vari percorsi fluviali e di terra. E' possibile praticare anche altri sport quali: parapendio, corsi di sub, mountain bike ed altro ancora, per vivere a pieno il Parco Nazionale del Pollino. E per gli amanti del mare, a circa 10-15 Km, si trovano le rinomate località turistiche balneari (come Scalea, Maratea, Praia a Mare, S. Nicola Arcella, Diamante, Cirella), dove poter trascorrere giornate sulle splendide spiagge della Riviera dei Cedri o passeggiare tra le vie dei caratteristici centri storici.

"La Molina club", contrada Molina, 29, Orsomarso (Cs) - tel 0985/24874, cell:3398623708; email:info@lamolinoclub.it

MARIA F. SQUILLARO
mf.squillaro@calabrianora.it

Vengono usati
per la cucina
i prodotti
dell'orto

come arrivarci

Da Nord: Autostrada A3 uscita Lagonegro - In prossimità di Castrocuoco, prendere la ss18, dopo circa 22 km girare a sinistra per via Paestum (Loc. La Bruca), attraversare Marcellina, poi via Del Mare girare a sinistra: via Orsomarso, girare a sinistra: via Fiume Lao, Prendere contrada Canneta, poi contrada Bonicose, girare a destra per contrada Mercuri, girare a destra per contrada Molina.

Da Sud: Autostrada A3 uscita Falerna - ss 18, dopo circa 96 Km girare a sinistra: Via Paestum (Loc. La Bruca), attraversare Marcellina, per Via Del Mare (località Marcellina), poi via Orsomarso, Girare a sinistra via Fiume Lao, poi contrada Canneta, contrada Bonicose, girare a destra per Contrada Mercuri, girare a destra per contrada Molina. **Da Sud:** effettuare il percorso sopra citato In treno: stazione di Diamante (12 km). Ferrovie della Calabria, stazione Cirella-Maiera. In autobus: Da Cosenza, Diamante e stazione ferroviaria Cirella-Maiera.