

# Vernaccia, vino di visciole e farro dei faraoni

Percorrendo in direzione sud la Strada Statale che lambisce l'Adriatico, proprio sul lungomare di Marotta si trova l'avamposto dei buoni sapori della valle del Cesano: dolci tradizionali e pane di ottima qualità, oltre alle tradizionali botteghe della pasta fresca fatta a mano che ancora resistono al progresso gastronomico. Marotta, nell'ultima settimana di aprile, dedica una sagra ai garagoi di mare che qui vengono impreziositi con finocchio selvatico, menta e alloro.

Avviandosi sulla strada Statale 424 Cesanense in direzione Pergola, dopo venticinque chilometri si trova S.Lorenzo in Campo, che è la capitale del farro, per capirlo basta recarsi in località Monterosso.

Qui è stato riscoperto e brevettato (unico al mondo) il triticum dicoccum, ovvero il farro che i faraoni d'Egitto usavano già settemila anni prima di Cristo, portato nell'area mediterranea dai Romani i cui centurioni lo consumavano prima delle battaglie perché di buon auspicio.

E del resto le sue qualità sono eloquenti: a basso contenuto calorico, ricco di calcio con fibre dieci volte superiori a quelle del grano duro e con proprietà antiossidanti.

L'abbinamento ideale? Quello con le vicine e famosissime cipolle di Suasa, dal gusto gentile e dolce. S.Lorenzo in Campo ospita anche la prima farroteca d'Italia dove poter degustare il farro in cento modi; nelle botteghe del centro è possibile trovare anche ottimo miele dalle pregiate qualità organolettiche, come quello al girasole ed erba medica, o quello biologico.

Nei dintorni si producono pregiati legumi biologici, fagioli, ceci e cicerchia.

Riprendendo poi la strada Cesanense, si arriva a Pergola.

Qui si producono il piacevolissimo vino di visciole, dal gusto corposo, dolce ed armonico, ottimo da abbinare a dolci al cioccolato e al locale ciambellone, e la storica Vernaccia rossa locale: un raro vino dai profumi floreali intensi e dal retrogusto persistente di frutti di sottobosco.

Risalendo la valle per altri 13 chilometri si approda a Serra S.Abbondio, nota per gli antichi mulini dove ancora viene lavorata una superiore farina di granoturco, mentre nella vicina Cantiano si produce il rinomato pane di Chiaserna