



Civita di Bagnoregio (VT)

**R**itrovarsi nel verde, per un turismo sostenibile e un'ecologia dell'anima. È questo il segreto per riconciliarsi con l'ambiente e migliorare il proprio stato psicofisico. I nostri progenitori avevano già compreso che il solo contatto con la natura avrebbe reso gli individui più sereni. E questo stile di vita ha continuato nei secoli successivi a trovare conferma nelle anime più sensibili di artisti e letterati ma anche di asceti e filosofi. Oggi, grazie alla ricerca scientifica, sappiamo che il verde fa davvero bene alla salute. Gli esperti ci dicono che nelle megalopoli, dove vive più del 50% del genere umano, gli individui sono perennemente sotto stress a causa delle condizioni ambientali.

Per questo c'è un settore che negli ultimi anni sta registrando un vero e proprio boom, soprattutto in Italia: l'agriturismo. A spingere la formula è il desiderio di vivere una vacanza nel cuore della natura, tra i profumi e i ritrovati sapori della campagna. «L'offerta delle 24mila imprese del settore consente di riscoprire le campagne, i paesini, i borghi e le strade meno battute: un vero patrimonio che può costituire la leva per la ripartenza dell'intero comparto turistico. Si tratta

di una formula di vacanza in crescita costante, con quasi 14 milioni di presenze all'anno e 100mila addetti», ha dichiarato il presidente nazionale di Agriturismo, Augusto Congiunti. L'associazione nazionale che riunisce gli agriturismi della Confartigianato, insieme a Confagricoltura, ne ha scelti tre rappresentativi per il Nord, il Centro e il Sud Italia. Tutti con un minimo comun denominatore: la presenza di un'azienda agricola. Con l'aggiunta di caratteristiche specifiche che li rendono particolarmente originali, come l'attenzione alla sostenibilità, la presenza di attività didattiche e l'offerta di trattamenti di benessere.

#### VINO E BENESSERE SUL GARDA

Tra i tanti in elenco, immersa nei vigneti del Lugana, a due passi da Sirmione e Desenzano del Garda (BS), si trova la Cascina Le Preseglie. Ricavata dalla ristrutturazione di un casale del 1800, nel rispetto dell'architettura rurale, sorge nelle immediate vicinanze della torre monumentale di San Martino della Battaglia. L'agriturismo, a conduzione familiare, offre ospitalità in appartamenti indipendenti dotati di ogni comfort e arredati secondo il gusto e lo stile country provenzale. Il panorama è splendido, con vista sul Lago di Garda, e la struttura punta

a offrire una pausa di benessere ai clienti sempre più attenti al salutismo. Anche la cantina, dove si organizzano visite con degustazioni, produce un vino sano e genuino. A disposizione degli ospiti: trattamenti ayurvedici, sessioni di osteopatia e shiatsu, applicazioni di omeopatia e naturopatia, una scuola di yoga, un Termarium e un Vitarium con aromaterapia, cromoterapia e musicoterapia.

#### NEL LAZIO, TRA NATURA E ARTE

Scendendo nel centro Italia, a Bagnoregio (VT), l'agriturismo Buonasera è una struttura ricettiva a gestione familiare situata nelle immediate vicinanze della celebre Civita, uno dei borghi più belli d'Italia, e del Lago di Bolsena. Ospitato in un casale integro del '400, offre una ristorazione con specialità del territorio. La cucina è quella della campagna viterbese ed è possibile acquistare i prodotti dell'azienda agricola tra cui olio extravergine di oliva, farro perlato, legumi, pasta di farro, confetture. A disposizione dei clienti una splendida piscina e, per i più piccoli, il bioparco con animali da cortile dove poter vivere esperienze legate alla natura e all'arte: escursioni accompagnate da guide ambientali, visite ai borghi, corsi di pittura con colori derivati dalle piante. Per alcune

settimane estive, è previsto anche un English Summer Camp dove imparare una lingua nuova facendo sport, corsi di cucina e altre attività all'insegna del divertimento, avvolti da una natura incontaminata e con un team esclusivamente madrelingua.

**UN'OASI BIO IN SICILIA**

Alle pendici dell'Etna, non lontano dalla storica città di Belpasso (CT), si trova l'Agriresort Tenuta Giarretta. Caratterizzato dalla presenza di 15 ettari di verde, la struttura ha la fisio-

nomia di un antico maniero immerso in campi di olivi e aranci. Offre una fattoria didattica, dispone di piscina e di un piccolo zoo. Qui è possibile gustare ottimo cibo, mentre si trascorrono splendide giornate nella natura beneficiando della proverbiale ospitalità siciliana. Il cibo, biologico e a chilometro zero, è cucinato con semplicità rispettando la qualità del prodotto e ha il sapore della bellezza dei luoghi che lo circondano. Insalata, pomodori, melanzane e

zucchine arrivano in tavola direttamente dalla terra e i prodotti, come l'ottima marmellata d'arance, hanno sapori genuini. Infine, c'è la possibilità di adottare animali a distanza, partecipare alle attività degli orti comuni, comprare al mercatino biologico, vivere indimenticabili cooking experience.

[agriturist.it](http://agriturist.it)

[lepreseglie.it](http://lepreseglie.it)

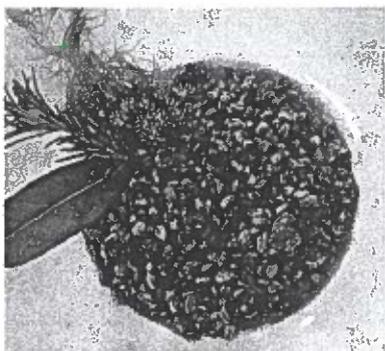
[agribuonasera.it](http://agribuonasera.it)

[tenutagiarretta.com](http://tenutagiarretta.com)



Agriresort Tenuta Giarretta, Belpasso (CT)

## ZUPPA DI FARRO PERLATO BIOLOGICO CON SALSICCIA VITERBESE



di Sandra Jacopucci

Già apprezzato dagli Etruschi e poi dai Romani, il farro veniva spesso aromatizzato, nelle zone vicine al mare, con il finocchietto selvatico tipico della macchia mediterranea che, una volta, serviva a coprire un eventuale deterioramento delle carni impiegate nelle ricette (da qui, infatti, nasce il termine "infinocchiare"). Con la chef Stella Augugliaro dell'Agriturismo Buonasera a Bagnoregio, abbiamo preparato una ricetta tipica della Tuscia viterbese. A un leggero soffritto di sedano, carota e cipolla tritati finemente a coltello si aggiunge il farro crudo e si fa tostare per tre o quattro minuti. Poi bisogna incorporare il brodo vegetale preparato in precedenza e, prima di ultimare la cottura (circa 40 minuti), insaporire con fiori di finocchietto selvatico, impropriamente chiamati semi, alloro, rosmarino, sale, un pizzico di pepe e peperoncino. Per finire, un giro di buonissimo olio evo.