



Data	<b>1 maggio 2016</b>	
Escursione:	<b>Montaquila e la "Sagra della Frittata"; escursione a Monte Piano</b>	
Referenti:	<b>Rossi Feliciano:</b> tel.: 368908419; e-mail: felice43@outlook.it	<b>Zaccarella Valerio:</b> tel.: 3318907095; e-mail: valerio.zaccarella@unilever.com
Difficoltà	<b>T</b>	Itinerario su stradine, mulattiere o larghi sentieri. I percorsi generalmente non sono lunghi, non presentano alcun problema di orientamento e non richiedono un allenamento specifico o particolari conoscenze tecniche

Sarà presente l'Associazione LILT, Sezione di Isernia, che aderisce alla Giornata Mondiale senza Tabacco con l'iniziativa "Respira Libero"



#### DATI DEL PERCORSO

Località e quota di partenza:	<b>Montaquila, Corso Garibaldi 435 m</b>
Località e quota di arrivo:	<b>Monte Piano 896 m</b>
Dislivello complessivo:	<b>484 m in salita; 494 m in discesa</b>
Dislivello assoluto:	<b>461 m</b>
Quota massima raggiunta:	<b>896 m (M. Piano)</b>
Distanza:	<b>10.3 km ca.</b>
Durata escursione:	<b>4h, soste escluse</b>

#### Motivi d'interesse:

La nostra regione, dalle povere risorse, ha dovuto affrontare il tema e, a volte, il problema del cibo, affidandosi alla produzione locale. Una grande ricchezza era l'uovo con la sua ineguagliabile versatilità!

Nel risveglio primaverile le uova sono abbondanti, così nasce la tradizione della "frittata di Pasqua", ricca preparazione che vuole fra gli ingredienti classici la coratella di agnello, animale simbolo di questa festività, purtroppo ora è sostituita da salsiccia, prosciutto, asparagi selvatici, "nipitella" (menta selvatica), prezzemolo, formaggio. Montaquila ha fatto di questa frittata la pietanza della sua sagra. Il paese, nel 1982, più povero di ora, volendo organizzare una bella festa per il patrono San Rocco, aveva difficoltà a trovare i soldi necessari per la banda, le luminarie, i fuochi d'artificio... così alcuni cittadini si riunirono e, fidando sulla capacità esperta di chi cucinava, sulla facile reperibilità degli ingredienti di produzione locale, decisero di realizzare queste frittate per venderle in piazza. Non solo ci riuscirono, ma la gente imparò ad apprezzare questo buon piatto, a richiederlo... così negli anni è diventato il soggetto della frequentatissima sagra, fra le più note del Molise. Ogni anno viene fatta una grandissima frittata che viene cucinata in piazza, il giorno 30 aprile, con tanti interessati spettatori che vivono le varie fasi della complessa preparazione, viene affiancata da altre più piccole, da 51 a 201 uova, offerte dalle famiglie del posto. Il Primo di maggio, vengono riunite su un pittoresco carretto portato lungo le vie del paese da un corteo in costume d'epoca che, accompagnato da musica folkloristica, raggiunge con il prezioso carico la piazza della festa. Tante sono le tradizioni che accompagnano questa pietanza: quella di utilizzare sempre un numero dispari di uova; di far rompere ad ogni componente della famiglia il proprio uovo "personale" come buon augurio e anche in nome dei defunti affinché, con questa ritualità possa venir loro alleviata l'espiazione dei peccati; nelle case, con gruppi di familiari e amici, la sera della vigilia di Pasqua si faceva il gioco della "Tuzza", una gara originale con regole complesse e precise dove gli sfidanti cercavano di rompere l'uovo dell'avversario urtandolo in una "tuzza" e cercando di non far rompere il proprio, le uova tuzzate e rotte si conquistavano e andavano ad arricchire la frittata del vincitore (questo gioco viene ancora rappresentato da associazioni locali a Roccaravindola e Colle Pepe). Nelle famiglie montaquilane, la grossa frittata si fa la mattina di Pasqua, si serve fredda, si conserva per alcuni giorni ed è la pietanza classica da portare alla scampagnata di pasquetta, dove si scambia con i vicini e si offre a chi non ha avuto l'opportunità di farla...

#### Breve descrizione del percorso:

Il punto di partenza è l'incrocio di Via Aldo Moro con Corso Garibaldi (Bar Centrale). Si percorre C. Garibaldi in discesa per circa duecentocinquanta metri per poi immettersi su Via Fonte a destra, in salita. Circa duecento metri dopo, appena fuori dal caseggiato, si imbecca una evidente carrareccia a sinistra che prosegue in piano. Superato il largo spiazzo iniziale e un antico punto di approvvigionamento di acqua sulla destra si continua sulla carrareccia che di lì a poco diventa mulattiera. Questa, serpeggiando fra una rigogliosa vegetazione dopo un'ampia virata ad ovest sulle pendici di M. Francesca, prosegue lungo l'impluvio in località "Canale" fino ad un vecchio abbeveratoio dopodiché, abbandonata la mulattiera si prosegue su una strada interpodereale recentemente asfaltata la quale immette poco dopo sulla carrareccia, oggi anch'essa asfaltata per metà, che collega Montaquila a Monte Piano.

Per il ritorno si percorrerà questa stessa strada coprendo una distanza di poco più di quattro chilometri.

### Equipaggiamento:

Scarponi da trekking, giacca a vento, guscio impermeabile, telo termico, occhiali da sole, crema solare, copricapo, bastoncini da trekking. Indumenti di ricambio: maglie, calze ecc.). Kit pronto soccorso per uso personale e scheda con farmaci per eventuali allergie (**in questo caso avvisare preventivamente il referente**).

**Cartografia di riferimento:** CARTA DEL SENTIERO ITALIA ISERNIA SUD scala 1:50 000

Per adesioni ed informazioni contattare i referenti entro **Venerdì 29 aprile 2016, ore 20:00**

Appuntamenti: **ore 8:15 a Montaquila, Corso Garibaldi (Bar Centrale)**

Quota di Partecipazione: **\*\*\*\***

Spostamenti: **Con mezzi propri**

Partenza escursione: **ore 09:00**

Rientro previsto: **ore 16:00 (a Montaquila)**

Riunione pre - escursione: **Venerdì 29 aprile, sede della Sottosezione, Piazza Dante, Montaquila**

**L'adesione all'attività si concretizza confermando ai referenti la propria partecipazione entro i termini sopra indicati e intende l'accettazione senza condizioni del programma proposto, che l'aderente è a conoscenza delle caratteristiche e difficoltà dell'escursione, che ha abbigliamento e attrezzatura adeguati e sufficienti, che ha valutato che la stessa è conforme alle proprie capacità tecniche e attitudini fisiche e che non ha patologie tali da renderlo non idoneo all'attività proposta.**

Pertanto l'aderente solleva i referenti, gli accompagnatori e la Sottosezione da ogni responsabilità per qualsiasi incidente o inconveniente dovuti alla propria personale imperizia e alla mancata osservanza delle regole dell'andare in montagna.

I referenti e/o gli accompagnatori, per le proprie responsabilità, si riservano di escludere tutti coloro che non siano adeguatamente attrezzati e allenati e che non siano in regola con l'iscrizione al CAI e quindi in regola con la relativa copertura assicurativa prevista. Inoltre si riservano di variare in parte o del tutto il percorso o di annullare l'escursione a fronte di reale necessità oltre che per avverse condizioni climatiche.

Al solo fine propagandistico è ammessa la partecipazione a non soci CAI previo presa visione del regolamento, della difficoltà dell'escursione, e sentito il parere dei referenti. È obbligatorio il versamento della quota assicurativa di € 7.00 entro le ore 20:00 del secondo giorno precedente l'escursione, salvo diversa indicazione, direttamente ai referenti.

## PERCORSO E PROFILO ALTIMETRICO



Profilo altezza

