

DIVERTIRSI INSIEME ALL'APERTO

Tra boschi e  
vallate, è possibile  
godersi le belle  
giornate all'aperto  
che la stagione  
ancora ci regala.  
Con cestini golosi...  
da procurarsi così!

di Laura Ognà

TANTA VOGLIA  
DI...

*pic-nic!*

## Alto Adige

**Q**uest'anno la voglia di natura e di spazi liberi è in decisa ascesa. Correre all'aria aperta, giocare e anche mangiare open air sono attività che piacciono tanto ai bambini. Come molti genitori hanno sperimentato, il pic-nic riesce a rendere speciale agli occhi dei più piccoli anche una camminata un po' più impegnativa.

➤ Per questo, tanti rifugi dell'Alta Badia hanno aderito all'iniziativa *Pic-nic in vetta*.

Si può così ordinare il cestino contenente un menù particolare, diverso in ogni baita, a base di prodotti del territorio e altre specialità locali, con possibilità anche di accogliere le esigenze dei piccoli. Al momento del ritiro viene fornita una morbida coperta che non può mancare per un pic-nic che si rispetti e per godere il piacere di un pranzo in totale libertà sui prati soleggiati circondati dalle cime delle Dolomiti, patrimonio Unesco.

➤ Info: [altabadia.org](http://altabadia.org)



## Trentino

**C**olazione sull'erba è un'esperienza in programma tutti i mercoledì di settembre sui prati di Madonna di Campiglio (Tn). Un'occasione per una passeggiata nella natura con la famiglia per raggiungere radure alpine in luoghi insoliti e rivivere le esperienze tanto amate dalle nobildonne asburgiche, che erano solite organizzare eleganti soste sui prati.

➤ La passeggiata prevede, infatti, un goloso pic-nic con prodotti

a km 0: erbe commestibili di montagna, formaggi di malga, miele dei produttori *Qualità Parco*, pane fresco dei panifici della Val Rendena, confetture ai frutti di bosco e altre prelibatezze preparate sul posto. Oppure si può scegliere la formula *Rifugi Pick & Eat* proposta da diversi rifugi che consegnano le proprie prelibatezze in appositi cestini.

➤ Info: [campigliodolomiti.it](http://campigliodolomiti.it)



## Piemonte

**N**el cuore delle Alpi Piemontesi, la Valle Vigizzo è la meta perfetta per una gita slow e sostenibile: è infatti raggiungibile comodamente anche a bordo dei trenini bianchi e blu della Ferrovia Vigezzina-Centovalli, una delle 10 linee ferroviarie più belle del mondo secondo Lonely Planet. Una volta a destinazione, si possono fare bellissime passeggiate, grazie a decine di sentieri per escursionisti di tutti i livelli, raggiungibili anche attraverso la moderna cabinovia della Piana di Vigizzo.

➤ Proprio ai 1700 metri della Piana vengono organizzate escursioni con guide certificate. E per chi desidera trascorrere una giornata programmando anche una sosta di gusto, c'è la proposta *cabinovia + cestino*, con prodotti tipici locali per un buon pranzo a km 0.

➤ Info: [santamariamaggiore.info](http://santamariamaggiore.info)





## CHE SPETTACOLO DALLE VETTE!

Prendi il cestino preparato ad hoc da ristoranti, baite e hotel e... scappa nel verde!

**VALLE D'AOSTA.** I ristoranti di Pila hanno predisposto un nuovo servizio di take-away per pranzi e cene completi e lunch box speciali per pic-nic che si possono svolgere anche in aree dedicate, appositamente attrezzate e segnalate.

(pila.it)

**NELLE LANGHE.** In cima al paese di Mombarcaro, il punto più elevato delle Langhe, vicino all'aereo G91 c'è un'area pic-nic poco frequentata, ma ben attrezzata con tavoli e giochi per bambini e una vista davvero impagabile.

(langhe.it)

**VAL GARDENA.** Si possono prenotare gite e trekking per piccoli gruppi, con pranzo formato pic-nic, presso le baite o usufruendo di servizi take-away e delivery.

(valgardena.it)

**ALTO ADIGE.** I pic-nic del Vigilius Mountain Resort di Lana regalano un'emozione d'altri tempi: si raggiunge la cima del Monte San Vigilio con l'iconica seggiovia monoposto per una giornata tra i prati o all'ombra dei larici e un pic-nic ecosostenibile con cestino in vimini e porcellane.

(vigilius.it)

## Lombardia

**U**na giornata tra i vigneti e i boschi della Franciacorta godendo degli ampi spazi e degli incantevoli scorci sulle colline da cui proviene uno dei più preziosi vini italiani a Metodo Classico.

➤ **L'Azienda Al Rocol di Ome (Bs)** organizza delle passeggiate

con pic-nic e degustazione di vini per mamma e papà. Il trekking, guidato dal proprietario de Al Rocol Gianluigi Vimercati Castellini, si snoda lungo i percorsi più belli dal punto di vista paesaggistico e naturalistico, nella zona più remota e selvatica della Franciacorta.

➤ **Si fa tappa in 3 vigneti** e il percorso si conclude con la visita guidata in cantina, per scoprire i segreti della lavorazione del Franciacorta. Naturalmente, non mancherà un cestino pic-nic, ricco di prodotti del territorio!

➤ **Info:** [www.alrocol.com](http://www.alrocol.com)



## Emilia Romagna

**S**e la giornata al parco invoglia a stare all'aperto tutto il giorno, ma non ci si è organizzati per pranzare fuori, è possibile ordinare la propria pic-nic bag facendosi consegnare direttamente sul prato.

➤ **Accade a Parma, dove la gastronomia vegetariana-bio Mangia La foglia** organizza consegne, al Parco Ducale o al Parco Cittadella, di golose pic-nic bag con riso rosso con crema di carote e zenzero, burgher di lenticchie rosse, insalatina di cappuccio mele e mandorle tostate, e poi biscotti con farina di riso con uvetta e cioccolato.

➤ **Se si ordinano 2 cestini la consegna è gratis.** Per un solo cestino il costo è di 2 euro. Un'idea che rende ancora più golosa una giornata open air con i bambini.

➤ **Info:** [mangialafogliabiio.com](http://mangialafogliabiio.com)





## Umbria

**V**oglia di natura e delle atmosfere semplici della campagna guidano i passi fino all'Azienda agricola Arnaldo Caprai (Pg), che già da anni propone ai suoi ospiti la possibilità di abbinare alla semplice visita in cantina e alla tenuta anche un pic-nic tra i filari di Sagrantino, Sangiovese o di Grechetto, o sulla splendida terrazza Belvedere.

➤ Il Pic-nic in vigna si prenota al massimo entro il giorno prima, perché tutto viene preparato espresso la mattina stessa della visita: frittate, salumi e formaggi selezionati, pasta fatta a mano, zuppe, insalate, dolci,

pane appena sfornato. Ognuno riceverà coperte, cuscini, cestino, e poi potrà andare alla ricerca del proprio angolo preferito, in tutto relax, tra prati, laghetti, vigne e, sullo sfondo, il bellissimo paesaggio di Montefalco.

➤ Info: [arnaldocaprai.it](http://arnaldocaprai.it)



## Basilicata

**R**itmi slow alla ricerca di sentieri e percorsi che portano negli angoli più veri, ricchi di storia e tradizioni. A un'ora di auto da Matera e a soli 10 minuti dal mare di Metaponto c'è Bernalda, dove si può soggiornare a Borgo San Gaetano, un borgo diffuso ricavato dai locali di un antico frantoio, con abitazioni indipendenti. Da qui, si può partire per escursioni al Bosco di Bufalara, ad esempio, oppure al Lago Salinella per un pic-nic nella pineta che costeggia le rive del lago, con la torre d'avvistamento di Bradano sullo sfondo.

➤ Borgo San Gaetano mette, infatti, a disposizione dei suoi ospiti un cestino casereccio con focacce, frittate, torte salate, taralli e frutta, per regalarsi un pranzo all'aperto.

➤ Info: [borgosangaetano.com](http://borgosangaetano.com)



## Sicilia

**P**izza frita, arancini, caponate, ma anche insalate di pesce

con agrumi e verdure di stagione: sono alcune delle leccornie proposte nel cestino pic-nic realizzato da I Monasteri Golf Resort (Sr). Un'occasione per un tuffo nei sapori e nei profumi siciliani, da gustare in una location altrettanto unica: la riserva di Vendicari.

➤ **Tra Noto e Pachino, l'Oasi di Vendicari** è un unicum grazie alla flora, la fauna, le tracce delle colonizzazioni passate, i suoi 8 km di costa incontaminata, tra saline e dune costiere. Vendicari,



considerata una delle Oasi più belle della Sicilia, merita di essere esplorata a piedi godendo del paesaggio a ritmi slow o anche in bicicletta, andando alla scoperta dell'antica tonnara, delle necropoli nascoste dalla vegetazione, della Torre Sveva, o raggiungendo i capanni da cui fare birdwatching.

➤ **Info:** [jsh-hotels.com](http://jsh-hotels.com)

## Sardegna

**S**i scopre un angolo ancora **Sintatto** del cuore della Sardegna con un'escursione di mezza giornata che si addentra nel paesaggio di sughereti e macchia mediterranea nei pressi di San Pantaleo, il piccolo borgo arroccato tra le montagne granitiche della Gallura.

➤ **Un trekking facile di due ore di cammino**, che si dirama tra sentieri battuti, rocce di granito, profumi della macchia mediterranea fino ad arrivare a uno stazzo, il tipico casolare di campagna gallurese dove si può decidere di fermarsi per godere del cestino pic-nic ricco di prodotti del territorio, come pecorino stagionato, salumi, pane carasau e guttiau. Questa è una delle proposte dell'Hotel le Palme di Baja Hotels, affacciato sulla suggestiva baia di Cala Pittrizza in Costa Smeralda.

➤ **Info:** [bajahotels.it](http://bajahotels.it)

