



Club Alpino Italiano Sezione di Isernia
Sottosezione di Montaquila "Valle del Volturno"

Data	1 maggio 2022
Escursione	Montaquila e la "Sagra della Frittata"; Escursione a Monte Piano sul "Sentiero 1° Maggio"
Referente :	Feliciano Rossi cell. 368 908419 Staffieri Pietro cell. 333 9716182 Zaccarella Valerio cell. 331 8907095
Difficoltà	T
Collaborazioni	ASSOCIAZIONE "MONTIS AQUILIS"
Intersezionale	SEZIONE CAI DI ESPERIA

ESCURSIONE

DATI DEL PERCORSO

Località , quota di partenza e arrivo:	Montaquila, Corso Garibaldi (Bar Centrale) 430 m
Dislivello complessivo:	544 m (Sia in salita che in discesa)
Quota massima raggiunta:	922 m (Mura di San Rocco)
Lunghezza totale del percorso:	10,3 km
Durata escursione:	5h (Soste escluse)

Motivi d'interesse:

A Montaquila, nella splendida Valle del Volturno, dal 1981 ininterrottamente va in scena una manifestazione dedicata alla tradizione, alla riscoperta dei paesaggi naturali, alla cultura locale e al folklore. Stiamo parlando della "Sagra della Frittata" che si svolge ogni 30 aprile e 1° maggio.

Protagonista indiscussa dell'evento è la Maxi Frittata da oltre mille uova, che nell'edizione del 2022 saranno esattamente 1782.

Nel risveglio primaverile le uova sono abbondanti e per questo motivo nasce in molti paesi molisani la tradizione della "frittata di Pasqua".

Nelle case dei montaquilani, la grossa frittata viene tradizionalmente preparata il giorno della vigilia di Pasqua, per scambiarla con i vicini o offrirla a chi non ha avuto l'opportunità di farla.

Così l'uovo, passando attraverso questa elaborazione, mantiene il suo significato simbolico di essenza e augurio di vita.

Con l'intenzione di celebrare questa tradizione, nacque quasi quaranta anni fa, la Sagra della Frittata.

Quella della Frittata Montaquilana è una preparazione che unisce tanti prodotti tipici locali, testimone della cultura del posto e spunto per valorizzare le risorse del territorio. Componenti principali della ricetta sono i prodotti indissolubilmente legati al territorio e che hanno esclusiva provenienza autoctona, quali ovviamente le uova, i salumi, l'olio e le erbe aromatiche del posto. Oltre alla frittata "regina", le famiglie del paese preparano frittate più piccole, dalle 51 alle 101 uova, offerte e utilizzate per la Sagra.

Nel pomeriggio del 1° maggio la maxi frittata viene portata lungo le vie del paese da un corteo di montaquilani in abiti tradizionali, accompagnati da gruppi folkloristici molisani e di fuori regione. Nell'intento di attribuire a questa manifestazione un marchio di qualità, un'impronta che la caratterizzi e che sia in grado di attivare un processo di divulgazione e di confronto con altre realtà nazionali, ma anche e soprattutto una nuova risorsa sostenibile sulla quale investire, nel 2005 la ricetta della frittata di Montaquila è stata depositata presso la Camera di Commercio di Isernia e codificata dall'*Accademia Italiana della Cucina*, ed è registrata con il marchio De.Co dal 25 giugno 2019.

Equipaggiamento:

Abbigliamento e calzature da trekking, zaino, bastoncini (facoltativi ma aiutano sia in salita che in discesa), berretto da sole, borraccia, occhiali da sole, crema solare.

Abbigliamento impermeabile per eventuale pioggia, indumenti di ricambio (calze, maglietta, etc.) _____

Si ricorda:

kit pronto soccorso per uso personale e scheda con farmaci per eventuali allergie (in questo caso avvisare i referenti). Colazione, acqua sufficiente all'escursione.

Cartografia di riferimento: Carta del Sentiero Italia della Provincia di Isernia; Scala 1-50'000 edizioni Il Lupo, su base IGM

Per adesioni ed informazioni contattare i referenti entro	Le ore 20:00 di venerdì 29 aprile 2022
Ritrovo:	Montaquila, Corso Garibaldi (Bar Centrale): ore 07:45
Quota di Partecipazione:	
Spostamenti:	Con mezzi propri
Partenza escursione:	08:30

Al solo fine divulgativo e per un ristrettissimo numero di persone è ammessa la partecipazione a non soci CAI previo presa visione del regolamento, della difficoltà dell'escursione, e sentito il parere del referente. È obbligatoria la prenotazione ed il versamento della quota assicurativa di € 10.00 che, salvo diverse indicazioni, andrà fatta ai referenti entro le ore 20:00 del martedì precedente l'escursione. I referenti e/o accompagnatori, per la loro responsabilità, si riservano di escludere tutti coloro che non abbiano preventivamente contattato i referenti stessi, che non siano adeguatamente attrezzati e allenati e che non siano 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. I partecipanti sollevano i referenti e/o gli accompagnatori dell'escursione 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. Si richiede senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti.

MAPPA E ALTIMETRIA DEL PERCORSO



Profilo altezza



La presente escursione, al fine di limitare la diffusione del contagio virale, è confermata ai disposti, vigenti in materia, nazionali, regionali e del nostro sodalizio; sarà rispettato scrupolosamente quanto indicato dal C.A.I. centrale in:

Circolare n. 0001328 del 30.03.2022

Ogni partecipante alla gita dovrà essere equipaggiato con l'indispensabile attrezzatura personale, sopra indicata.

È facoltà dei referenti escludere dalla gita quelle persone non conosciute e/o non in regola.