

S kolesi po srednji Italiji

I. del: Umbrija

Milan Selan



Narava, zgodovina, kultura, umetnost in kulinarika

Kolesarski vodnik

Vsebina

UVOD	7
KRATKA ZGODOVINA ITALIJE Z MALO ZEMLJEPISA	10
PRAZGODOVINSKO OBDOBJE (2.000.000–1000 pr. n. št.)	12
ANTIKA V ITALIJI (1000 pr. n. št.–476)	13
SREDNJI VEK (476–1492)	17
NOVI VEK (1492–1918)	25
OD KONCA PRVE SVETOVNE VOJNE NAPREJ (1918–...)	30
UMBRIJA	33
VELIKA UMBRIJSKA PENTLJA	44
Torricella–Tuoro–Panicale–Città della Pieve (78,0 km, 800 v. m.)	49
Città della Pieve–Ficulle–Orvieto–Amelia (88,3 km, 1150 v. m.)	55
Amelia–Narni–Terni–Piediluco (72,3 km, 1370 v. m.)	62
Piediluco–Leonessa–Cascia–Nocera (72,7 km, 1750 v. m.)	67
Nocera–Visso–Colfiorito–Nocera Umbra (80,5 km, 1930 v. m.)	70
Nocera Umbra–Assisi–Perugia–Torricella (89,7 km, 1290 v. m.)	74
Zanimivejši kraji ob poti	80
Alviano	81
Amelia	81
Arrone	83
Assisi	84
Baschi	87
Borghetto	88
Cascia	89
Casteldilago	90
Castiglione del Lago	91
Città della Pieve	92
Ficulle	95
Trazimensko jezero	97
Leonessa	98
Lo Speco di Sant’Urbano, samostan	99
Lugnano in Teverina	100
Magione	100
Monteleone d’Orvieto	101



Monteleone di Spoleto	102
Narni	102
Nocera Umbra	105
Norcia	107
Orvieto	110
Paciano	115
Panicale	115
Passignano sul Trasimeno	117
Perugia	117
Piediluco	123
Terni	124
Tuoro	126
Visso	127
ENODNEVNI KOLESARSKI IZLETI PO UMBRIJI	129
Montefalco–Todi–Montefalco (72,3 km, 1550 v. m.)	134
Crocemaroggia–Carsulae–Crocemaroggia (76,1 km, 1350 v. m.)	138
Spoletto–Ferentillo–Spoletto (86,5 km, 1480 v. m.)	141
Cannara–Monte Subasio–Assisi–Cannara (56,6 km, 1270 v. m.)	146
Montefalco–Trevi–Foligno–Bevagna–Montefalco (66,2 km, 720 v. m.)	151
Gualdo Cattaneo–Deruta–Bettona–Gualdo Cattaneo (84,6 km, 1640 v. m.)	155
Gualdo Tadino–Gubbio–Gualdo Tadino (75,0 km, 1540 v. m.)	160
Zanimivejši kraji ob poti	165
Acquasparta	166
Avigliano Umbro	167
Bettona	167
Bevagna	168
Cannara	169
Casa Castalda	170
Castel Ritaldi	171
Castel San Felice	172
Casteltodino	172
Collazzone	173
Colpalombo	173
Deruta	174
Ferentillo	175
Foligno	175



Giano dell'Umbria (Umbrijski Jan)	177
Grutti	178
Gualdo Cattaneo	179
Gualdo Tadino	180
Gubbio	182
Marmorski slapovi na reki Velino	186
Montefalco	186
Montecastrilli	189
San Terenziano (Sveti Terencijan)	190
Scheggino	191
Spello	191
Spoletto	194
Santa Maria degli Angeli (Sv. Marija Angelska)	199
Todi	200
Trevi	204
Vallo di Nera	206
SKLEP	208
UPORABLJENA LITERATURA	208
DODATKI	210
SEZNAM FOTOGRAFIJ	214



Veseli me, da imate pred seboj tale, v »spiralo« zvezan kolesarski priročnik in da vas je k branju pritegnil tudi manj poznan predel Italije. Ko sem se večkrat odpravil kolesariti v Umbrijo, so me mnogi znanci spraševali, kje je to, in tako mi je bilo popolnoma jasno, da ni nič čudnega, če Umbrijci ne vedo, kje je Slovenija. Malo bolje je s sosednjo Toskano, saj vsi predvsem iz številnih filmov (Angleški pacient, Romeo in Julija, Gladiator) poznamo vitke ciprese, pa Firenze, Sieno, Pisto, da o kakšnem Michelangelu, Rafaelu ali Botticelliju niti ne govorim. Seveda, kdo še ni slišal za kjanti, mnogi tudi za neprimerno kakovostnejši vini brunello in vino nobile, prvi iz Montalcina, drugi iz Montepulciano, pa za florentinski zrezek, testenine in pice. Kaj pa za kakšnega divjega zajca po etruščansko ali divjega prašiča po lovsko? Pa pustimo Toskano.

Ko boste zapuščali Umbrijo, vam bo povsem jasno, kje rastejo trte, kjer iz grozdja pridobivajo najzlahotnejše italijansko rdeče

vino sagrantino, kje si lahko privoščite nadevane prepelice ali golobje nabodalo – v primerjavi s Toskanci Umbrijci imajo radi majhne leteče živalce, seveda pa njihovi recepti pogosto zaradi številnih gozdov segajo tudi po malo večji divjadi – zelo dobro se npr. prileže srnjak v belem vinu z rožmarinom in žajbljem – zaradi številnih jezer in rek, bogatih z ribami in jeguljami, pa se na krožnikih pogosto znajdejo tudi ribje jedi – npr. ribji brodet, pretaknjena kraljica (krap), ostrži po oglarsko (carbonaretti) ali jegulja na žaru. Predvsem na desnem bregu Tibere pa si boste lahko ogledali še tipične toskanske ciprese in tipično toskansko pokrajino v Umbriji.

Razmeroma dolgočasnemu opisu »zavijemo levo, desno, se spustimo, zapeljemo navkreber ...« in opisu pokrajine »se peljemo skozi oljčni nasad, pa sončnice na levi strani, ječmen ali pšenica na desni, kostanj gozd pred nami ...«, ki beži mimo vas z dobrimi dvajsetimi kilometri na uro, sem



Pokrajina pri Bevagni

raje dodal krajevne zanimivosti, od obujanja srednjeveških običajev, »čudežev«, slavnih osebnosti, rojenih v teh krajih, do prehranjevalnih navad in razvad. Tako sem ob opisu 13 celodnevni etap – vse so seveda prevozne tudi z motornimi kolesi, avtomobili ali avtodomi (ne pa vse s počitniško prikolico!) – v skupni dolžini blizu tisoč kilometrov podrobneje opisal še 60 zanimivejših krajev ob poti (med pomembnejšimi so seveda Perugia, Spoleto, Assisi in Todi), dodal 45 receptov – precej je značilnih in te jedi najdete na jedilnih listih številnih restavracij, nekaj pa je povsem krajevnih receptov, jedi pa tudi težje izsledljive – in 11 pojmov, povezanih s hrano in pijačo, podrobneje predstavil 22 pomembnih osebnosti – nekaj papežev (Gregor VII.) in kardinalov (Albornoz), svetnikov (Francišek Asiški, Rita, Benedikt, Valentin), slikarjev (Gozzoli, Perugino, Lippi) in vojskovodij – dodal še 18 zgodovinskih dogodkov in pojmov, povezanih z zgodovino, nekaj pojmov, povezanih z umetnostjo, 12 legend in 16 krajevnih znamenitosti, od fosilnega gozda pri Dunarobbi do dirke s svetniki v Gubbio. Priročnik je razdeljen v dva dela, na veliko kolesarsko pentljo, kjer se vsak dan prenočuje v drugem kraju in je namenjen predvsem izkušenejšim kolesarjem, in na bolj »družinsko« preživljanje aktivnih počitnic na turistični kmetiji ali v hotelu v istem kraju, kjer nekateri »družinski« člani kolesarijo, drugi pa jezdijo, se kopajo, pogovarjajo s prijaznimi domačini ali zgolj uživajo v lepi naravi ter v dobri hrani in pijači – samo pozor, papež Martin IV. je storil žalostni konec zaradi preobilice bolsenskih jegulj v vinu, nič bolje pa se ni godilo škofu Defuku, »izumitelju« slovitega izreka Est!Est!!Est!!!, ki je v Montefiasconu popival do svoje smrti (na srečo pa je to že daleč stran od vaših poti – v severnem Laciju).



Priročniku sem dodal še kratko zgodovino Apeninskega polotoka, saj je zgodovina Umbrije vseskozi tesno povezana z zgodovino Škornja od naselitve Umbrijcev na območju današnje Umbrije, poznejše rimske prevlade, vključevanja v cerkveno državo in njenega izključevanja, boja med mesti, med različnimi strankami, podporniki cesarja ali papeža do Garibaldija in končne vključitve v sedanjo (združeno) Italijo.

Priročniku je dodana zgoščenka s sledmi in načrtovanimi potmi, ki jih bodo imetniki navigacijskih naprav (uporabil sem topografsko karto Land Navigator® Italy 2008 in City Navigator NT 2000 – se pa med seboj nekoliko razlikujeta, prva karta ima več gorskih cest, druga pa je natančnejša v mestih), predvsem Garmin, znali hitro prilagoditi svojim potrebam, z nekaj zemljevidi, fotografijami iz priročnika in nekaj spletnimi povezavami.

Naj uporabnike navigacijskih naprav opozorim, da se v Italiji številni kraji začno z Monte, San ali Santa, zato previdno pri ciljih, da se ne bo zgodilo tako, kot se je turškemu vozniku tovornjaka, ki je tovor namesto v Gibraltar dostavil v 2800 km oddaljen istoimenski kraj v Angliji.

Italija je gotovo ena od evropskih držav z najimpresivnejšo zgodovino kulture in umetnosti. Leonardo da Vinci, Michelangelo, Rafael, Bernini, Giotto, Botticelli, Dante, Petrarka, Verdi, ... so znameniti umetniki, katerih dela občudujejo po vsem svetu.

Najpomembnejše reke so Pad, Adiža in Tibera, pomembnejša mesta poleg Rima pa še Milano, Neapelj, Torino, Palermo, Genova, Bologna, Firenze in seveda mesto na vodi, Benetke. Na ozemlju Italije ležita tudi dve neodvisni državi, San Marino in Vatikan.

Je demokratična republika od 2. junija 1946, ko ljudstvo na referendumu ukine monarhijo. Voditelj države je predsednik republike, ki ga za sedemletno obdobje izvoli volilno telo, sestavljeno iz senata, poslanske zbornice in predstavnikov regionalnih svetov. Predsednik imenuje predsednika vlade in sodnike vrhovnega sodišča, vendar nima nobenih izvršilnih pooblastil. Nosilec zakonodajne oblasti je dvodomni parlament, ki ga sestavljata senat (Senato della Repubblica) s 315 poslanci in poslanska zbornica (Camera dei deputati) s 630 poslanci. Volitve v oba domova potekajo po mešanem večinskem in proporcionalnem ključu za največ petletno obdobje.

Italija se kljub velikim razlikam med razvitim in industrijsko uspešnim severnim delom ter od kmetijstva odvisnim južnim delom države uvršča med svetovne gospodarske velesile. Zelo pomembne so storitve, predvsem turizem, ki je tretji največji vir vseh prihodkov iz tujine. Gonilna sila italijanskega gospodarstva je tudi predelovalna industrija, zlasti mala in srednja podjetja, specializirana za izdelavo končnih izdelkov, ki zahtevajo visokokakovostno oblikovanje in inženiring.

Italija se razteza na Apeninskem polotoku ali italijanskem škornju, kakor nekateri imenujejo ta polotok. Dva večja otoka ob jugozahodnem delu polotoka, Sicilija in Sardinija, sta prav tako sestavni del Italije. Na severu Italije so Alpe naravna meja s Francijo in Švico, severno in severovzhodno pa meji Italija tudi na Avstrijo in Slovenijo.



Bagnoregio - mesto, ki umira

301.230 km² ozemlja je razdeljenih na 20 pokrajin (regione), 96 provinc (provincia) in na več kot 8000 občin (comuna). Rim, glavno mesto države, je zgodovinsko eno najbogatejših mest na svetu. Ob bregovih reke Tibere je pred skoraj tremi tisočletji začelo rasti mesto, ki je postalo središče prve velike civilizacije v Evropi. Na zgodovinske dogodke, ki so se zgodili v tem mestu, katerega simbol je arena iz časa rimskega cesarstva, spominjajo številni spomeniki in arheološki ostanki. Ob vseh teh znamenitostih, ki so nastajale dolga tisočletja, ni presenetljivo, da se ga je prijel vzdevek »večno mesto«. Poleg vseh svojih znamenitosti pa je Rim posebnost med mesti še po nečem, je namreč edino mesto, ki ima znotraj svojih meja neodvisno državo. V Italiji živi skoraj 60 milijonov ljudi, priseljencev pa je že več kot en milijon. Veliko jih prihaja iz držav Evropske unije, Italija pa je tudi priljubljen cilj priseljencev iz



Antika v Italiji (1000 pr. n. št.–476)

Ko se Rim iz raztresenih vaških naselij začne počasi razvijati v mesto (X.–VII. stol. pr. n. št.), živi na ozemlju današnje Italije veliko ljudstev, ki so etnično in kulturno precej različna. Sredi polotoka, na Apeninih ter nanje se naslanjajočem hribovju in

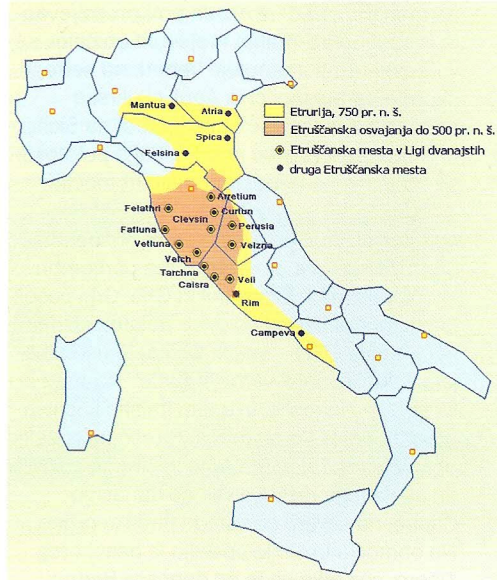


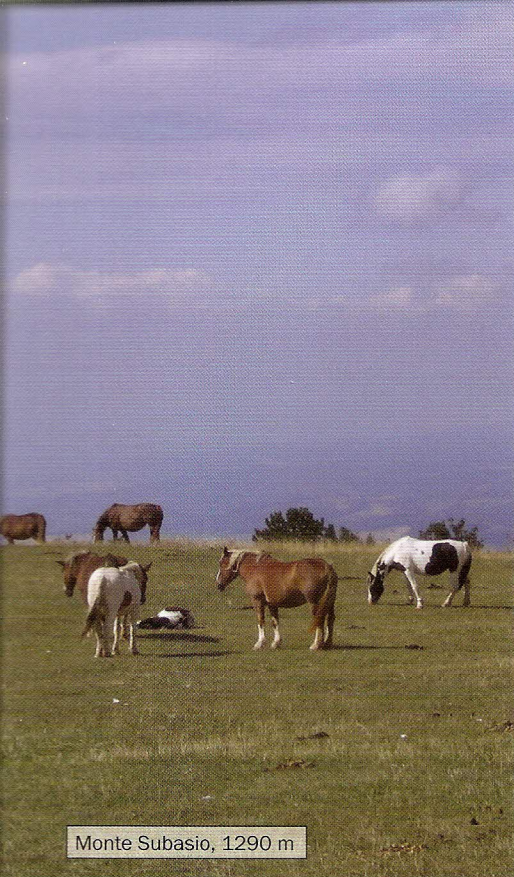
dolinah, prevladujejo italska plemena, ki sem pridejo med prvimi že ob koncu 2. tisočletja pr. n. št. – čeprav so to različna plemena, sestavljajo celoto predvsem zaradi skupnega jezika. Itali se naselijo na območju današnje Kalabrije, na »prstu škornja«, poimenujejo pa se po vitulusu – teletu oziroma teletini, saj je območje bogato z govedom. Ko Grki poselijo obalni pas, ozemlje preimenujejo v Italoi, po grškem prevodu besede vitulus, poimenovanje pa prevzamejo tudi Rimljani, ko zasedejo južni del polotoka. Ko zasedejo tudi severni del polotoka, Rimljani z imenom Italia poimenujejo celoten polotok (v Dioklecijanovem času, leta 292, celotno območje današnje Italije vključno s Korziko in Istro). Severneje, v današnji Umbriji, se naselijo

Mitološki začetki Rima

Zgodba o nastanku Rima združuje krajevno pripoved o Romulu in Remu ter Vergilovo pesnitev Eneido, ki išče korenine v grški tradiciji. Tako naj bi Enej, sin Anhiza in boginje Afroditе, pribežal iz požgane Troje v Lacij, se poročil s hčerjo tamkajšnjega kralja Lavinijo in ustanovil mesto Lavinij. Njun sin Askaniј, Rimljani ga pozneje imenujejo Jula in ga imajo za začetnika rodu Julijev, višje ob Tiberi ustanovi mesto Albalonga. Po nekaj generacijah, ko v Albalongi kraljuje Numitor, ga brat Amulij prežene s prestola, njegovo hčer Reo Silvijo pa, da ne bi rodila, pošlje med vestalke. Toda bog Mars jo nekega dne ob zajemališču vode posili in Rea čez čas rodi dvojčka, Romula in Rema. Kralj Amulij vse tri obsodi na smrt, a dvojčka ji uideata, saj ju usmiljeni služabniki spustijo v košari po narasli Tiberi, ki ju naplavi na breg pod Palatinom, enem od legendarnih sedmih rimskih gričev.

Najprej ju doji volkulja, dokler ju ne najde pastir in ju vzgaja kot lastna sinova. Vse to naj bi uredila boginja otroške vzgoje Rumina. Dvojčka odraste in 21. aprila 753 pr. n. št. ustanovita Rim. Romul na Palatinu zgradi mestno obzidje, ker pa ga Rem iz objestnosti preskoči, ga Romul ubije.





Monte Subasio, 1290 m

Zeleno srce Italije, veliko komaj za dve petini Slovenije (8456 km², 800.000 prebivalcev), nekje na polovici poti med severom in jugom italijanskega škornja, med Tirenskim in Jadranskim morjem, vendar edina italijanska pokrajina na škornju brez morske obale, prodaja svojo zelenost, čist zrak, srednjeveška mesta brez pretirane industrije (precej je le v Terniju), dobro hrano (gomoljike), divjačino (predvsem salame, klobase in pršut divjega prašiča), odlično deviško oljčno olje, vino, srednjeveško (obzidja, utrdbe), romansko, gotsko (Cimabue, Giotto), poznogotsko (Masolino iz Panicale) in renesančno (Beato Angelico, Gozzoli, Signorelli, Perugino, Rafael) umetnost ter svetnike, med katerimi so najpomembnejši sv. Frančišek Asiški, ustanovitelj reda frančiškanov, sv. Benedikt (480–547), oče zahodnega meništvja in ustanovitelj reda benediktincev, sv. Klara, zvesta spremljevalka sv. Frančiška in ustanoviteljica t. i. tretjega reda frančiškanov – sicer pa ima vsaka vas, ki da kaj nase, svojega svetnika, na primer Montefalco s skromnimi 5600 prebivalci kar osem. Umbrija sicer ni tako pomembna zaradi etruščanskih izkopaninah kot Lacij

Gomoljike (tartufi)

Gomoljike, podzemne gobe iz vrste ascomycetes, spadajo med najdražjo hrano na svetu. Poznali so jih že Rimljani, ki so verjeli, da zrastejo tam, kamor je udarila strela. V zelenih, še neonesnaženih gozdovih Umbrije rastejo tri osnovne vrste gomoljik, črne, bele in poletne.

Črne (ali zimska) gomoljike (tartufo nero) so najpogostejše, nabirajo pa jih med novembrom in marcem. Rastejo v gozdovih nad dolinami rek Nera, Corno in Sordo, v Marsovem sredogorju (Massa Martana), v hribovju nad Trevijem in na gori Subasio le nekaj centimetrov pod površino. Pred uporabo jih je treba skuhati, največkrat pa se uporabljajo kot dodatek k testeninam in divjačini. Pravo središče je Norcia, kjer vam s črnimi gomoljkami pripravijo jagnje, strangozze s postrvjo, popečene kruhke, zrezek (file) ali omeleto.

Bele gomoljike (acqualagna) so redkejše, rastejo namreč kar pol metra pod zemljo. So seveda precej dražje, morda pa so prav zaradi redkosti med domačini tudi bolj cenjene. Dozorijo med oktobrom in decembrom, v predelih, zaščiteneh pred zmrzaljo, pa jih nabirajo tudi še ves januar. Našli jih boste predvsem v gozdovih zgornjega dela reke Tibere ter okoli Orvieta in Gubbija. Pred uporabo jih ni treba kuhati ali kako drugače vnaprej pripravljati. Narezane na tanke lističe so imeniten dodatek k testeninam, popečenemu in z maslom premazanemu kmečkemu kruhu ali na maslu ocvrtim jajcem.

V Umbriji lahko poskusite še poletno gomoljiko (scorzzone, raste malo pod površino od začetka maja do konca novembra), bianchetto, marzulo in uncinato.



Umbrijsko vino

Podnebje, zaobljeno gričevje in apnenčasta podlaga ustvarjajo dobro razmere za pridelavo odličnega vina. Pridelava vina sicer ni najpomembnejša umbrijska panoga, prav tako pa njegov delež v pridelavi italijanskega vina ne presega poldrugega odstotka – bolj kot količina umbrijsko vino odlikuje kakovost. Polovico vina pridelajo na manjših kmetijah, drugo pa zadruga in združenja (cooperativa, consorzio). Da je Umbrija bolj znana po belem vinu, imajo zaslugu predvsem veliki pridelovalci in dolgoletna tradicija pridelave belega vina v okolici Orvieto, sloves o kakovostnem vinu pa je ostal do danes. Umbrija je razdeljena v številne vinske okoliše, poleg orvietskega še v deset – Assisi, jezero Corbara, Montefalco (rosso in sagrantino), Torgiano, Colli Altopalerini, Colli Perugini, Colli Amerini, Colli Martani in Colli del Trasimeno. V vsakem teh okolišev rastejo številne vrste trt, njihova lega pa daje vinu značilen okus. Marsikje so trte (oziroma vino) poimenovali kar po okolišu, npr. Colli del Trasimeno bianco, Colli Perugini rosato, Torgiano rosso ali znameniti polsladki Orvieto abboccato (abboccato – do vrha poln), ki ga v srednjem veku v nebo povzdigujejo papeži, vladarji in umetniki, ko prenočujejo v istoimenskem mestu vrhu hriba. Med bolj razširjenimi vrstami belega vina so trebbiano, grechetto, canaiolo, malvazija, laški rizling, beli pinot in furlanski tokaj, rdečega vina pa canaiolo, ciliegiolo, sangiovese, sagrantino, dolcetto, kabernet franc, barbera, merlot in modri burgundec.

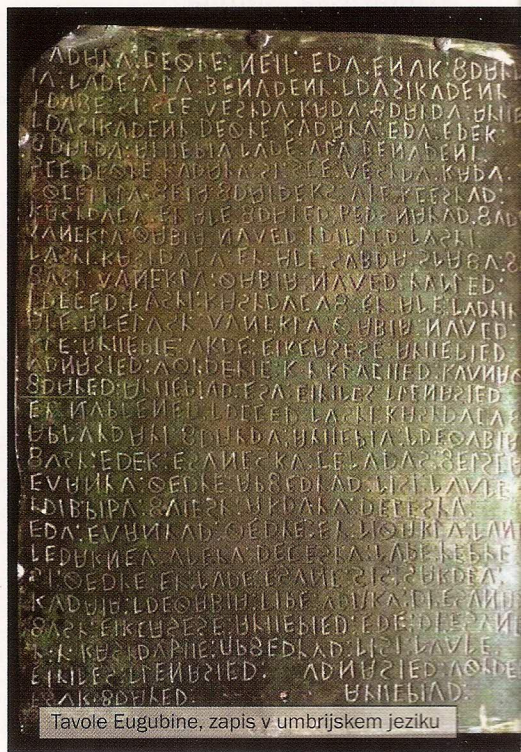
Po kakovosti se še posebej odlikujeta vino sagrantino iz Montefalca (tudi sladki passito (prošek) in vino rdeča zaloga (rosso riserva) iz Torgiana, oba sta si prisluzila oznako kakovosti D.O.C.G (zajamčeno in kontrolirano geografsko poreklo), z oznako kakovosti D.O.C pa se pohvalijo vina montefalco rosso, rosso superiore dei Colli Amerini, Colli Amerini, grechetto dei Colli Martani, montefalco bianco in rosato dei Colli Amerini. Nekaj vrst vina se pohvali še z oznako I.G.T (zaščiten geografski okoliš – Alleron, Bettona, Cannara, Narni, Spello, Umbria).

Vsekakor je vredno pokusiti katero od znamenitih vrst vina (obvezno sagrantino in torgiano rosso), vsem pa, ki niste kakšni poznavalci in ljubitelji vina, priporočam, da se odločite kar za hišno vino, ki je dobre kakovosti, pa še mnogo cenejše (litrček v gostilni je od 3 do 5 €).



Oljke

Po triletni socialni vojni (91–88 pr. n. št.) je Rim prisiljen Umbrijcem podeliti državljanске pravice, sicer brez volilne pravice in pravice do odločanja pri pomembnih javnih spremembah. Takrat se prvič pojavi tudi ime Umbrija, vendar zgolj za območje ob Flaminijeve cesti. Umbrijci



Tavole Eugubine, zapis v umbrijskem jeziku



Dolina reke Nere - Vánerina

Umbrijska kuhinja

Umbrijsko kuhinjo odlikujejo pristne, okusne, naravne, sveže, predvsem pa preproste jedi. Glavni prehrane sestavljajo meso, siri, mlečni izdelki, zelenjava, kot sta pira (farro) in leča (lenticchie), ter številne vrste gomoljik – v Umbriji, v trikotniku mest Terni, Spoleto in Norcia, »pridelajo« kar 80 odstotkov celotne italijanske pridelave gomoljik. Odlične so tudi salame, pršut in klobase, sveže ali sušene v posebnem okolju.

Tradicionalna umbrijska kuhinja temelji na podeželski tradiciji, ki jo odlikujejo predvsem testenine, npr. široki rezanci (tagliatelle) z moko in jajci ali debeli špageti (umbricelli) le z moko. Testenine so po navadi pripravljene s paradižnikovo omako, deviškim oljčnim oljem, peteršiljem in česnom, z omako iz gosjega mesa ali piščančje drobovine.

Med mineštrami in juhami so značilne testenine s fižolom in debelo svinjsko kožo (pasta e fagioli), juha z lečo iz Norcie, scafata – bob (fave) z omako iz peteršilja, česna, paradižnika in pese. Tipična je tudi torta iz ponve (torta al testo), nekakšen nizek kruh, pripravljen iz moke, soli, popra, olja in vode.

Prav tako značilno umbrijsko je tudi meso (piščanec, golob, zajec, jagnje ali prašič), pečeno na ražnju ali na žaru, s česnovno omako, rožmarinom, žajbljem, lovorjevimi listi, soljo in poprom. Značilne so tudi jedi, pripravljene z divjo perjadjo, npr. pegatka na ražnju (faraona alla ghiotta) ali divji golobi po folinjsko (piccioni selvatici all'uso di Foligno). V jezerih in vodah ulovijo dovolj rib, najslajše pa so iz Trazimenskega jezera, pripravljene na sto načinov – kraljica (krap) na žaru, ponev z jeguljo in svežim paradižnikom, hrustljivo ocvrta ostrži in snetci (latterini), ocvrta postrv, linj v pečici z divjim janežem, juha z rezanci in ščuko ipd.

Sladice so skoraj brez izjeme povezane s praznovanji ob koncu leta ali s svetniki – pinoccate iz Perugia, sladica v obliki majhnih rombov je pripravljena s sladkorjem in pinjolami, torciglioni v obliki zvite kače so pripravljene s sladkorjem, mandlji in pinjolami, torcolo sv. Konstanca, velik obroček (ciambella), je iz vzhajanelega testa z janežem, pinjolami, sladkorjem in rozinami, zanimiva slaščica pa je tudi bob mrtvih (fave dei morti) v obliki velikega boba s sladkimi in grenkimi mandlji. V Umbriji se lahko najeste tudi zavitka različnih oblik in z različnimi nadevi – atorta (spirala), rocciata d'Assisi (podkev) ipd.

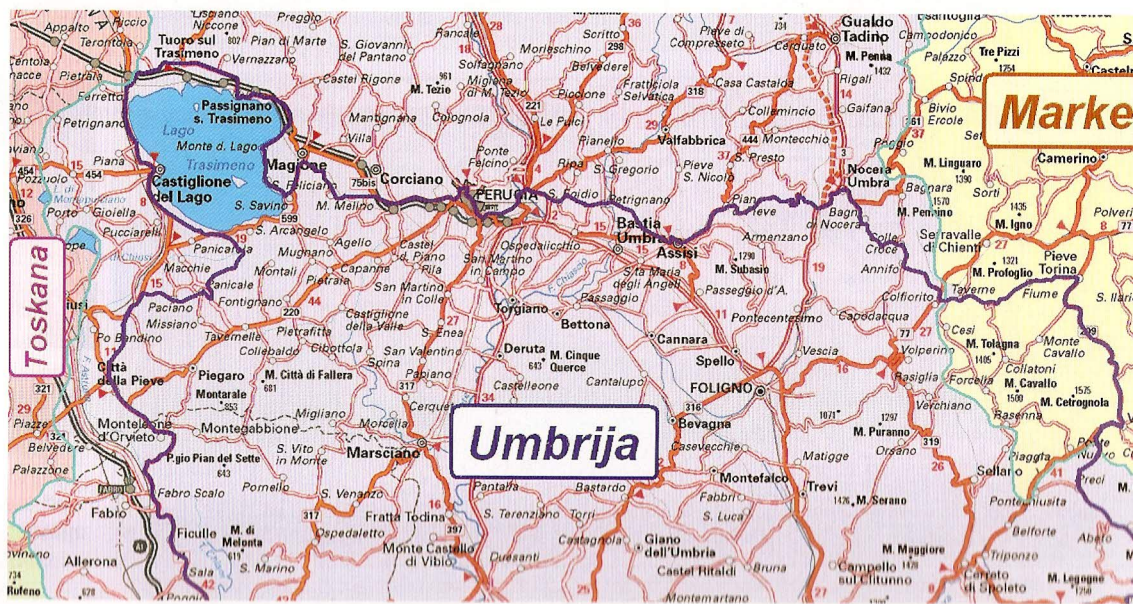




Velika umbrijska pentlja je namenjena dobro telesno pripravljenim kolesarjem, saj je treba dnevno prekolesariti od 70 do 90 kilometrov, ob tem pa prevažati še vso prtljago – vsak dan namreč prespite v drugem kraju, če si ob poti ne organizirate avtomobilskega spremstva. Upoštevati je tudi treba, da so hribovje srednje in južne Umbrije razdelile številne reke, med njimi najpomembnejše Tibera, Nera, Paglia, Puglia in Chiascio s številnimi pritoki in da tako prevladujejo sicer blagi vzponi in spusti – povprečno pa se jih dnevno vseeno nabere za 1300 metrov. V tednu dni seveda ne boste prekolesarili celotne Umbrije – le slabih 500 km s 8.300 višinskimi metri, vseeno pa boste spoznali večino najzanimivejših krajev in tamkajšnjo kulturo.

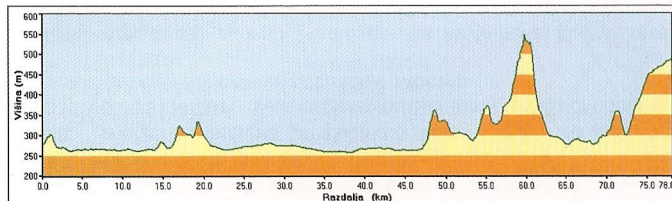
Predlagan začetek in konec poti je v kraju Torricella ob Trazimenskem jezeru, ki leži pod malo večjim krajem Magione (305 m, 12.000 preb.; utrjena romarska palača Badia (XIII. stol.), cerkev sv. Marije Milostne – ogledate si jo lahko ob prihodu) in le slabih 20 km stran od glavnega mesta Umbrije, Perugia (493 m, 150.000 preb.), starorimske Perusije, danes poznane predvsem po Peruginu, znamenitem slikarju, po festivalu džeza (Umbrija Jazz Festival),

čokoladnih poljubčkih (Baci Perugina) in številnih univerzah. Za začetek poti v tem kraju je več razlogov. Prvi je ta, da bi bila trasa za prvi kolesarski dan nekoliko predolga, drugi je dobra železniška povezava za tiste, ki bi do tu prišli z vlakom (z nočnim vlakom ICN Marco Polo ob 21.32 iz Trsta do Terontola-Cortona (prihod ob 5.14), nato s krajevnim vlakom št. 12093 (smer Perugia z odhodom ob 5.55 in s prihodom v Torricello ob 6.10, malo se lahko zapleta le s prevozom koles), tretji pa, da se izognete gneči okrog Perugia, če se sem pripeljete z avtomobilom – v tem primeru je dobro na pot oditi navsezgodaj zjutraj in si ob poti ogledati še bizantinsko Raveno s





Torricella–Tuoro–Panicale–Città della Pieve (78,0 km, 800 v. m.)



Torricella (odhod izpred hotela ob 8.00), Passignano (5,1 km; 30 minut; odmor za kavo; odhod izpred bara na parkirišču na začetku Passignana ob 9.00), Castiglione del Lago (31,0 km; 60 minut; ogled, malica; odhod s parkirišča pred Porta Senese ob 11.00), Panicale (21,5 km; 120 minut; ogled, kosilo; odhod iz parka ob zahodnem delu obzidja ob 15.00), Moiano (9,9 km, zbor vseh kolesarjev pri odcepu za Casaltondo-Piegara, odhod ob 16.15), Città della Pieve (10,5 km; prihod v hotel ob 17.00, ogled, večerja, prenočevanje).

Prva etapa je najkrajša, pot je pretežno ravninska z le dvema vzponoma, prvim kratkim in precej strmim v Panicale, drugim položnejšim, a daljšim v Città della Pieve, in je prav primerna za začetek večdnevnega kolesarjenja. Pot se začne pred hotelom Torricella ob 260 metrov visoko ležečem Trazimenskem jezeru (Strada Statale – SS75bis), okrog jezera pa se nato kolesari v glavnem po ravnini. Verde che te chiero verde bi zavzdihnil Lorca, saj bi v okolici jezera lahko občudoval čez sto različnih odtenkov zelene barve.

V bližnjem Passignanu (289 m n. m., 5000 preb.; etruščanski Passum lani – Oaza boga Janova), kraju, ki je najbližje jezeru, si privoščite jutranjo kavo s še toplim rogljičem in si malce pretegnite ude. Tu mimo so hodile vse pomembnejše vojske –



Pissignano z langobardsko trdnjavo



Galci (390 pr. n. št.) so šli porušit Rim, Hanibal (217 pr. n. št.) s Kartažani po zmagi nad Gajem Flaminijem, pa Goti, Langobardi in Bizantinci. Trdnjava na vrhu, po svojem izvoru langobardska (V.–VI. stol.), je bila prvo jedro gradu, od katerega so ohranjeni tristranski urni stolp (XIV. stol.), okrogli obrambni stolpi in daljši odseki obrambnega zidu. V kraju si je vredno ogledati še cerkve sv. Bernarda (XV. stol.), sv. Krištofa (X. stol.) in sv. Roka (1600).

Pot nadaljujete mimo Tuora (309 m n. m.; prizorišče krvave Hanibalove zmage nad rimsko vojsko leta 217 pr. n. št.) v rahel

klanec in se nato spustite proti Borghettu, pa naprej spet po ravnini po precej prometni cesti (SS71) – izognete se ji tako, da namesto proti Borghettu zavijete proti Terontoli (na zemljevidu označeno s temnomodro barvo) – in v hribček do utrjenega starega mestnega jedra Castigliona del Lago (304 m n. m.; v etruščanskem in rimskem času še otok na jezeru, cerkev sv. Dominika, Corgnjeva palača, Leonov grad). Kraj je primeren za malo daljši postanek, saj je mestno jedro ohranilo srednjeveški videz in je vredno ogleda, z vrha pa je tudi lep razgled na jezero in okolico, zasajeno z oljkami. Ker je Castiglione zadnji malo večji kraj pred opoldanskim odmorom, priporočam, da v eni od proda-

Nekaj priporočil in napotkov

V Italiji ni prav veliko kolesarskih poti, čeprav so Italijani navdušeni kolesarji in vrhunski corridori (tekmovalci) na kolesih. Tako predlagane poti vodijo po bolj ali manj prometnih cestah, vendar so to vseeno običajne ceste in ne kolesarske poti. Italijanski vozniki so do kolesarjev obzirni, malo manj pa so obzirni avtoprevozniki, s katerimi pa boste imeli na srečo malo opravka. Ker nesreča nikoli ne počiva, vam predvsem zaradi boljšega občutka predlagam, da se dodatno zdravstveno zavarujete. Kako ravnati, če potrebujete dodatno zdravniško pomoč, vam povedo ob sklenitvi zavarovanja (Coris, Elvia ali kakšno tretje), predvsem pa imejte pri sebi kartico s telefonsko številko.

Nekaj pomembnejših telefonskih števil:

112 – Carabinieri (karabinjerji; enotna evropska številka za klic v sili),

113 – Polizia di Stato (policija),

118 – Emergenza sanitaria (prva pomoč),

0039.06.0891.4310 – Veleposlaništvo RS v Rimu (pred odhodom preverite naslov in številko na spletnih straneh Ministrstva za zunanje zadeve).

Glavni rezervni deli za kolo. Predlagam, da imate nekaj glavnih rezervnih delov za kolo vedno s seboj, saj kljub vsemu v Italiji koles ne morete dati popraviti za vsakim vogalom. Rezervna guma, plašč, lepilo in krpice za krpanje predrtih gum, tlačilka, plastične sponke in seveda orodje ne zavzamejo veliko prostora, odpravijo pa marsikatero nevspečnost, prav prideta tudi ključavnica in primerno dolga veriga.

Oljke pod Castiglionom





jaln poskusite krajevne
dobrete – merjaščeve
salame, klobase in pršut
ali porchetto – pečeno
in z dišavami obdel-
ano meso domačega
prašiča.

Po spustu z utrjenega
hriba nadaljujete vožnjo
po ravnici okrog jezera
v smeri proti Magionu
(malo pred krajem Puc-
ciarelli se s SS71 zavije
na krajevno cesto proti
Magionu). Ko prikole-
sarite do ceste Ma-
gione–Chiusi (SS599),
zavijte levo. Malo pred
Cascinom lahko po ozki
makadamski cesti skozi
koruzo (ali pa so morda
sončnice) prečkate ravnico
do zaselka Lemura
(obzidje) in se tako izog-
nete manjšemu vzponu
na prelaz Casalini (70
m). Priznati moram, da
sem preveril Murphyjevo
teorijo bližnjice (najdaljša
razdalja med točkama)
in sem se po pol ure
tavanja po poljskih poteh

Bitka pri Tuoru

Hanibal Barka
(Hanba'al, Baalova
milost, 247–182 pr.
n. št.), kartažanski
general, Hamilkarjev
sin, eden največjih
vojskovodij vseh časov,
je znan predvsem
po drugi punski vojni
(218–202 pr. n. št.),
manj pa po svojih
vojaških uspehih v
Španiji. Od tam, iz
španske Kartagine,
leta 218 pr. n. št. začne
svoj legendarni pohod

proti Rimu. S 37 sloni, 9000 konjeniki in 50.000 pešaki nekje med Sv. Bernardinom in goro Genevre (Col du Mont Genèvre) prečka Pireneje. Kljub številnim izgubam ob poti (15.000) mu uspeva sproti dopolnjevati vojsko. Oktobra 218 pr. n. št. prispe do reke Pad v bližini današnjega Torina.

Prvič premaga Rimljane ob reki Ticino – po bitki se mu pridruži kakšnih 14.000 Galcev, drugič pa pri reki Trebia za-
hodno od današnje Piacenze. Marca 217 pr. n. št. Hanibal zapusti Bologno, prečka Apenine in vdre v Etrurijo, današnje
Toskano. Rimski konzul Gaj Flaminij se mu s 25.000 vojaki upre pri Trazimenskem jezeru, kjer pa mu Hanibal postavi
zasedo. Daleč za svojo vojsko da Hanibal zakuriti kresove, tako da Flaminij meni, da je sovražnik precej bolj oddaljen,
kot je v resnici. Hanibal razpostavi vojsko po trazimenskem gričevju, najbližje Rimljanom postavi kartažansko kon-
jenico, vmes pehoto Galcev, Afričanov in Iberijcev, na koncu pa ozek prehod med gričevjem in jezerom zapre z močno
kartažansko pehoto. Zjutraj 24. junija 217 pr. n. št. po starem koledarju začne v globoki megli ob jezeru prodirati
Flaminij, vendar kmalu pade v past – Hanibalova vojska ga napade z boka, tako da se presenečenim Rimljanom ne
uspe organizirati in se kar tako podajo v boj. V boju je uničena skoraj celotna rimska vojska, 15.000 Rimljanov je
ubitih, ubit je tudi Flaminij, mnogo jih utone v jezeru. Zato potok, ki se izliva v jezero, preimenujejo v Sanguineto –
Krvavi potok.

Po bitki pri Tuoru se Hanibal še poldrugo desetletje bojuje po Apeninskem polotoku, izbojuje nekaj pomembnih bitk (npr.
pri Kanah leta 216 pr. n. št.), se zasedra v Capui, za odločilno bitko, vdor v sam Rim in bitko z Rimljani, pa se ne odloči.
Leta 203 pr. n. št. ga pokličejo nazaj v Kartagino.



1 - tabor rimske vojske

2 - smer pohoda

3 - skrajna točka preboja Rimljanov

4 - tabor Kartažanov

5 - pehota Iberijcev in Afričanov

6 - pehota Kartažanov

7 - pehota Galcev

8 - konjenica Kartažanov

Alviano

(251 m n. m., 1500 preb.) je v srednjeveških dokumentih Albianum, saj ime dobi po plemenu (gens) Albia, ki imajo v lasti tukajšnjo posest (praedium) oziroma kmečko vilo (La Villa), hišo za gospodarje z gospodarskimi poslopji, hišami za delavce in obsežnimi kmetijskimi posestvi. Tu se ob koncu X. stol. najprej naseljujejo Langobardi, za njimi pa nemški comites, ki prihajajo za svetim rimskim cesarjem Otonom III. in se podredijo krajevnim plemičem (družine Alviani, Orsini, Colonnei, Caetani). Alvianiji dobijo naslov orvietskih plemičev in so zavezniki mesta Orvieto v bojih proti Todiju, Amelii in drugim trdnjavam ob reki Tiberi. Ob širjenju spoletskega vojvodstva se Alvianiji raje priključijo Orvietu in Todiju kot Spoletu.

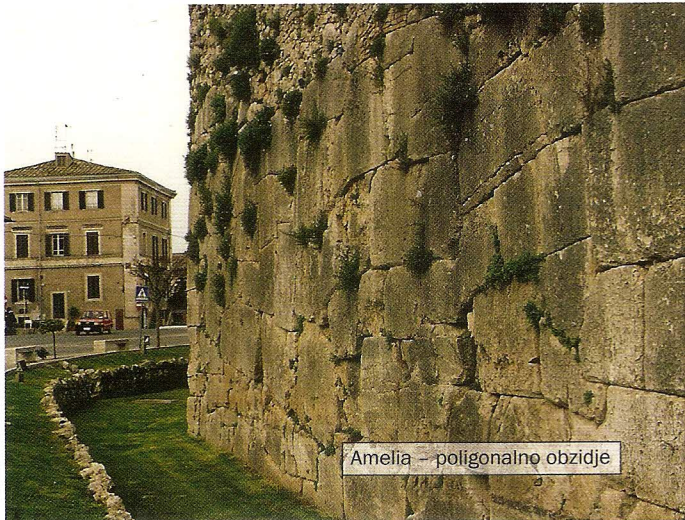
Plemiči se udeležijo tudi polaganja temeljnega kamna orvietske katedrale (1290). Leta 1301 postane Ugolinuccio

iz Alviana celo župan v Orvietu. Eleganten grad kvadratne oblike z obrambnimi stolpi na vogalih, postavljen v XVI. stol. nad ostanki starejše utrdbe, se dviga nad dolino reke Tibere. V gradu je tudi zgodovinski muzej. Na borgu (trgu) je vredna ogleda tudi župnijska cerkev sv. Marije vnebovzete (XV. stol.), v dokumentih omenjena že leta 1275, z zanimivo Alunново sliko Marije vnebovzete, obkrožene z angeli.



Amelia

(406 m n. m., 10.800 preb.) leži na vrhu apnenčastega griča nad sotočjem Tibere in Nere. Ime je dobila po legendarnem kralju Amirju, po Katonu Cenzorju pa naj bi Ameria stala že leta 1134 pr. n. št. V strahu pred vsiljivimi sosedi, predvsem Etruščani, v V.–IV. stol. pr. n. št. postavijo obzidje z značilnimi večstranskimi kamni (mura poligonale), podobnimi najstarejšemu delu spoletskega obzidja – nekateri trdijo, da obzidje izvira šele



Amelia – poligonalno obzidje

Antična obzidja

Opus poligonale je način gradnje mestnih obzidij (mura poligonale) in utrd, pa tudi pri gradnji temeljev svetišč na pobočjih ali vrhu gričev, razširjen v Italiji med VI. in I. stol. pr. n. št., uporabljen pa tudi v poznejših obdobjih, z zlaganjem velikih neobdelanih ali le malo obdelanih kamnov brez uporabe malte ali drugega veziva. Značilnost te tehnike je, da je osnova široka, proti vrhu pa se širina zidu zožuje, apnenčasti kamni, s katerimi gradijo obzidje, pa so po navadi iz bližnje okolice.

Poznani so štiri načini, po katerih lahko enostavno določimo približno časovno obdobje gradnje. Pri prvem načinu graditelji uporabijo kamnite bloke, kot jih najdejo v okolici, neobdelane ali le surovo obdelane, precej velike presledke med bloki pa zapolnijo z manjšimi odkruški. Pri drugem načinu so kamniti bloki izbrani skrbneje, tudi obdelajo jih, predvsem na vidnem delu in na delih, na katerih se zlagajo, reže, že precej manjše, pa zapolnijo z odkruški. V tretjem obdobju so kamniti bloki že zelo dobro obdelani, na vidni strani so že popolnoma ravni, večstranska oblika pa je obdelana tako, da se kamni zložijo brez vmesnih rež, pa tudi vidna stran naj ne bi bila pretirano nagnjena. V četrtem obdobju težijo za tem, da so kamniti bloki zloženi vodoravno in obdelani tako, da imajo obliko paralelepipeda.

iz »rimskega obdobja«, se pravi po letu 338 pr. n. št., ko Amelia preide pod rimsko upravo in postane samostojna občina. V stoletjih rimskega razcveta tudi Amelia uživa daljše obdobje razvoja, o čemer pričajo tudi rimske toplice in ostanki konzularne ceste. Pomembno rimsko vojaško postojanko leta

Dirka golobov

V Amelii je glavni dogodek dvotedenski festival ob koncu julija in v začetku avgusta, imenovan Dirka golobov (Palio dei Colombi), ko domačini igrajo v srednjeveških zgodbah po amelijskem statutu iz leta 1346. Glavni dogodek je viteški turnir jezdecev in lokostrelcev v srednjeveški viteški igri quintana (moreška), konjski dirki (palio) petih mestnih četrti (contrade), Collis, Crux Burgi, Posterola, Platea in Vallis. Vsaka četrt ima svoje »bojno« polje in se bori za svoje barve z enim konjem, jezdecem in lokostrelcem. Jezdci tekmujejo na 90-metrski razdalji in morajo s sulico zadeti kovinsko ploščo, lokostrellec zmagovalne mestne četrti pa po vsaki dirki iz samostrela izstreliti še puščico v 36 metrov oddaljeno tarčo. Če dobro cilja, osvobodi v kletki zaprte golobe. Vsaka dirka se točkuye, zmaga pa mestna četrt z največ točkami po desetih tekmovanjih. Ni treba posebej poudariti, da so tekmovalci in drugi domačini oblečeni v srednjeveška oblačila, samo prireditelji pa spremljajo še številni drugi dogodki, od (prodajne) razstave domače obrti do krajevnih dobrot, primerno prilagojena pa je tudi ponudba hrane v tavernah.



548 porušijo Goti s Totilo na čelu. Svobodna občina postane v prvih stoletjih drugega tisočletja, leta 1307 pa preide pod upravo cerkvene države.

Ogled začnete pri poznomanieristično oblikovanih rimskih vratih (XVII. stol.), glavnem vhodu v utrjeno mesto, nato pa nadaljujete pot v rahel klanec do vrha. Na ulici Repubblica si oglejte ostanke starorimske Flaminijeve ceste, cerkev sv. Filipa in sv. Jakoba iz leta 1287 (leta 1767 predelana v poznobaročnem slogu, poimenovana tudi po sv. Frančišku, ki tu pridiga leta 1212), romansko-gotsko cerkev sv. Avgušтина (XIV. stol.), Marconijev trg z zanimivima Petrig-



(472 m n. m., 5600 preb.), Sokolova gora, imenovana po sokolih Friderika II. Švabskega (1215–1250). Zanimivo, med dobro ohranjenimi srednjeveškimi zidovi utesnjeno mesto se visoko dviguje nad dolinama rek Topino in Clitunno. Zaradi lege je z Montefalca lep razgled na vse strani, tudi na goro Subasio, zato ga upravičeno imenujejo tudi balkon (ringhiera) Umbrije.

Čeprav ne leži ob pomembni prometni Flaminijevi cesti, za časa mestnih držav in stalnimi boji s sosednjimi Bevagno, Folignom in Trevijem vseeno odigra pomembno vlogo. Posebnost mesta je frančiškanski red manjših bratov, predvsem z naročilom Benozzu Gozzoliju za poslikavo cerkve sv. Frančiška, in številni tu rojeni svetniki (med njimi Klara od Križa, Razsvetljeni Fortunat, Razsvetljena Klara (Illuminata in Chiarelle).

V mesto se boste pripeljali skozi vrata sv. Avguščina (XIII. stol.), nekaj deset metrov pred hotelom Umbra Ringier. Ogled nadaljujete po Mamellijevem korzu mimo cerkve sv. Avguščina (1279–1285;

Rižota po montefalško (Risotto alla Montefalchese)

SESTAVINE:

50 dag riža, ena svinjska ledvica, ena čebula, zelena, eno korenje, trije paradižniki, tri nageljnovi žbice, gobice, pol muškatega oreščka, limonina lupina, dve jajci, nariban parmezán, oljčno olje.

PRIPRAVA:

ledvico prerežite na pol, jo pet minut kuhajte v vreli vodi, odcedite, narežite na dvo-centimetreške rezine in jih stresite v ponev, v katero ste že narezali zeleno, gobice, pol muškatega oreščka, limonina lupina, dve jajci, nariban parmezán, oljčno olje. Vse skupaj prepražite in dodajte riž. Med kuhanjem prilijete malo mleka, ob koncu pa dodajte še narezane gobice. Ko je riž kuhan al dente (v trdo), ga odstavite z ognja in vanj na hitro vmešajte dve jajci. Na riž naribajte muškaten orešek in limonino lupino ter izdatno potresite s parmezánom.



Montefalco – cerkev sv. Avguščina

nekaj zanimivih fresk (XIV.–XVI. stol.) do značilnega srednjeveškega trga (platea rotunda) z mestno hišo (1270), oratorijem sv. Marije na trgu (XIII. stol., z Melanzievo fresko) in dvema vinotekama (vzemite si čas za pokušino sagrantina).

Levo, po ulici Umbra Ringhieri, pridete do najpomembnejšega kulturnega spomenika – nekdanje stolnice sv. Frančiška, danes mestni muzej (1136–1140; v apsidi so Gozzolijeve freske iz življenja sv. Frančiška (1452), njegove freske so še v kapelah sv. Hieronima in sv. Bernardina; ogleda so vredni tudi Peruginovo Rojstvo, grobnica in galerija slik (Melanzio)). Po ogledu si privoščite krajši sprehod ob obzidju po Matteottijevi ulici do vrat Camiano, kjer ponovno vstopite v obzidano mesto. Po



mpc z ddv 13,99 EUR
in zgoščenko 15,99 EUR

Milan Selan
S kolesi po srednji Italiji – 1. del: Umbrija

220 strani

215 barvnih fotografij

45 zemljevidov

13 profilov tras

27 življenjepisov papežev, svetnikov, slikarjev, kiparjev, vojskovodij ter pojmov
o umetnosti, in kulturi

60 podrobnih opisov mest

17 zgodovinskih pojmov

32 legend, zgodb, krajevnih zanimivosti in turističnih prireditev

52 receptov in pojmov povezanih s hrano in pijačo

ISBN 978-961-92609-0-6



9 789619 260906

Dodana zgoščena (CD):

z načrtovanimi potmi za Garmin in s profili tras,
z barvnimi fotografijami ter
s kartami mest (42) in zemljevidi (45)