

Anno XXIII, nr. 176, Estate 2024

ValleyLife

GUBBIO E ALTO CHIASCIO

RIVISTA PANEUROPEA



Supplemento al periodico mensile di informazione culturale e pubblicitaria ValleyLife, Iscr. Trib di Perugia, del. 17/05/2007 n. 23/2007, Iscrizione R.O.C. 18/75 Dir. Resp. Simone Bandini, Grafica: Luca Di Maggio - Prestampa e Stampa: Logo Spa - Borgoriccio (PD)

COVER STORY
BENVENUTI NEL
MEDIOEVO





balloon adventures italy

HOT AIR BALLOON RIDE AT ASSISI

VOLA OLTRE IL SETTIMO CIELO

IN UNA DELLE ZONE PIÙ BELLE DEL MONDO CON UNO DEI PILOTI PIÙ ESPERTI

Fly in one of the world's most beautiful areas with one of the world's most experienced pilots

Prenota o regala un volo esclusivo con vista unica su Assisi

Book now

www.balloonadventures.it



In copertina: Gubbio, sbandieratori in azione - photo credits : Simone Grilli

ESTATE 2024

EDITORE, DIRETTORE RESPONSABILE
Dr. Simone Bandini (Tel: 339 7370104)

DIRETTORE EDITORIALE:
Paola Butera

PROGETTO GRAFICO e IMPAGINAZIONE:
Luca Di Maggio (Tobu Group s.r.l.)

AUTORI
Simone Bandini: Editore di Valley Life, Dott. in Filosofia.

Paola Butera: Direttore Editoriale di Valley Life Gubbio e Alto Chiascio
Isabella Ceccarelli: Giornalista e Sommelier

Le opinioni degli autori non sono necessariamente le opinioni dell'editore. © Valley Life - tutti i diritti riservati. Ne è vietata la riproduzione anche parziale

Questa rivista è stata chiusa martedì 16 luglio alle ore 18,00 e si va tutti da Mario

ValleyLife

REDAZIONE E PUBBLICITA'
Via Democrito, 2
06024 Gubbio (Pg)
+39 350 0370390
www.valleylife.it

- 6 La Fame Culturale
Cultural Hunger
- 8 Quando una telefonata ti cambia la vita
When a Phone Call Changes Your Life
- 12 Secoli di Luce
Centuries of Light
- 21 Un'avventura da vivere
An Adventure to Live



- 26 Vivi Il Medioevo a Valfabbrica
Experience the Middle Ages in Valfabbrica
- 32 L'arte bianca in una Bottega Azzurra
The Art of Baking in a Blue Shop
- 38 Kinèo, la palestra della salute Rijenera
Kinèo, the Rijenera Health Gym
- 46 Catria Energy, a Gubbio la stazione di servizio dall'energia green
Catria Energy, the Green Energy Service Station in Gubbio



- 50 GB BARBER, l'artista Bohémien oltre la tendenza
GB BARBER, the Bohemian artist beyond the trend
- 56 Passione ceramica. Le mille sfumature della creatività.
Passion for Ceramics. The thousand nuances of creativity.
- 62 ValFabrick, costruire sogni
ValFabrick, Building Dreams
- 66 Un ristorante dalle nobili origini che racconta una storia d'amore
A Restaurant with Noble Origins that Tells a Love Story



- 72 Golosità Umbre, il sapore della genuinità
Golosità Umbre, the Taste of Genuine Food
- 78 Tra Miseria e Nobiltà: i valori della macelleria di quartiere di Luigi
Between Misery and Nobility: The Values of Luigi's Neighbourhood Butcher's Shop
- 84 Cantina Brugnoni, l'esperienza che vale una sosta di degustazione
Brugnoni Winery, the Experience That Is Worth a Tasting Stop
- 88 Nel mondo del vino con la Bottigliera Barbarossa
In the World of Wine with Bottigliera Barbarossa
- 91 Poggio Paradiso, un sogno americano in Toscana
Poggio Paradiso, an American dream in Tuscany

If you have a house in Gubbio or Alto Chiascio area please subscribe for free and ask for your complimentary copy



IT'S TIME TO FLY

airport.umbria.it

UMBRIA

INTERNATIONAL AIRPORT
SAN FRANCESCO D'ASSISI

ROTTERDAM

LONDRA STANSTED

BRUXELLES CHARLEROI

LONDRA HEATHROW

CRACOVIA

NEW! BERGAMO

NEW! MILANO LINATE

PERUGIA

BUCAREST

TIRANA

BARCELLONA

BRINDISI

OLBIA

NEW! LAMEZIAT.

CAGLIARI

CATANIA

PALERMO

MALTA

NEW! LAMPEDUSA

SUMMER 24

100 years

Dal Campo al Birrificio



TUTTO IL BUONO DELLA TERRA

Dal 2012 la birra agricola di Gubbio



+39 379 1064160

ACQUISTA ONLINE

WWW.BIRRACOCCAMIA.COM





www.kineofitness.it/kda

NUOVA STAGIONE 24-25

19

AGOSTO

PRE ISCRIZIONI

CLASSICA

MODERNA

CONTEMPORANEA

HIPHOP

HIPHOP STREET

BALLI DI GRUPPO

DANZA ORIENTALE



KINEO DANCE ACADEMY

SCUOLA DI DANZA



International Dance Council
Conseil International de la Danse
The United Nations of Dance
Les Nations Unies de la Danse

075.922.12.44 375.57.13.520

Kineo Fitness & Wellness C/O Centro Commerciale i Tigli, Via Don Giuseppe Diana 06024 Gubbio

MESE del TAPPETO

PROMO
12.90€
al MQ.

lavanderia
primavera

www.lavanderiaprimavera.it



Gubbio • Via Benedetto Croce, 15
Gubbio • Via Madonna di M. Piano, 10
Padule • Via dei Cinque Colli, 146
Gualdo Tadino • Via Flaminia km.188,7
Umbertide • Via Roma 47/B



LA FAME CULTURALE

Cultural Hunger

DI SIMONE BANDINI



"L'uomo vive in città, mangia senza fame beve senza sete, si stanca senza fare fatica, rincorre il proprio tempo senza raggiungerlo mai.

È un essere imprigionato, una prigione senza confini da cui è quasi impossibile fuggire.

Alcuni esseri umani hanno bisogno di riprendere le proprie vite, di ritrovare una strada maestra.

Non tutti ci provano e pochi ci riescono.

Una delle vie maestre è quella che conduce alla montagna. C'è tanta bellezza, fatica, solitudine e silenzio in questo mondo arrampicato.

Tutti valori poco alla moda ma che aiutano a vivere e a conoscere sé stessi"

(Walter Bonatti, 1930-2011)

Non si tratta ahimè di fame per la cultura, voglia di conoscere e coltivare il proprio animo, ma piuttosto di uno scimmiettamento di un bisogno primario.

Dio, la natura, il fato, ci hanno fornito il senso del gusto affinché potessimo mantenere il nostro corpo e le nostre

"Men live in cities, they eat without hunger and drink without thirst, they tire without making effort, they chase their time without ever reaching it.

They are being imprisoned, a boundless prison from which it is almost impossible to escape.

Some human beings need to resume their lives, to find a new high road.

Not everyone tries, and few succeed.

One of the main roads is the one that leads to the mountain. There is so much beauty, fatigue, solitude and silence in this climbing world.

These are all unfashionable values that help us to live and get to know ourselves."

(Walter Bonatti, 1930-2011)

Alas, it is not a question of hunger for culture, the desire to know and cultivate one's soul, but rather a mimicking of a primary need.

God, nature, fate, have provided us with the sense of taste so that we can maintain our bodies and brain functions.

funzioni cerebrali. Mangiare è certamente un piacere fondamentale ma ricordate, è bene che il cibo sia tutti giorni 'meritato', non fosse altro per un senso di giustizia universale per cui 'dare ci permette di ricevere' – ed ogni impegno reca una ricompensa. Questo principio porta le nostre vite su un piano superiore, dove è la nostra volontà, dove è lo spirito a governare le nostre azioni – e si promuove una cooperazione comunitaria, oggi si potrebbe dire empatica, con la propria famiglia e contesto clanico (che termine retrogrado!). Per spiegarlo ai più materialisti – la fame culturale è una pestilenza del mondo moderno che trascende culture e condizioni sociali – un concetto che si rende immediatamente visibile nel meccanismo dell'utile e del denaro. Averne può farti comprare oggetti, cose, prestazioni e persone. Non è necessario oggi scomodare le quattro cause aristoteliche. Con lo stesso denaro si possono comprare cene rooftop con viste sensazionali, piatti signature a discrezione dei santoni della cucina molecolare, cotture sottovuoto assoluto, creme e ganache metafisiche, carni massaggiate su letti di rucola ultrabiologica, salmoni selvaggi pescati a canna solo nelle notti scozzesi di luna piena, fritti kataifi più leggeri di zeffiri polinesiani.

Questa è la fame culturale che ormai ammorba la gran parte degli esseri senzienti che – dopo una giornata spesa in uffici arredati secondo l'arte geomantica taoista del feng shui, call incravattate interminabili, riunioni vendite, coltivano mestamente il grande samsara del materialismo senza nemmeno rendersene conto, ingranaggi inconsapevoli di una macchina superiore della quale nemmeno si interrogano – né vogliono sapere dove possa condurre.

Una fame che non è reale, o per meglio dire a bassa intensità, poiché procede da giornate insipide e inattive. Da procedure sempre uguali a sé stesse, tristezza, depressione, mediocrità, assenza di prospettive.

L'invito è a procurarsi una fame reale, per tentare di trovare la via maestra. Tornate alla sostanza delle cose, non vi fate fregare. Guardate verso l'alto. Cercate appetiti più intensi ed elevati.

Eating is certainly a fundamental pleasure but remember, it is good that food is 'deserved' every day, if only out of a sense of universal justice that 'giving allows us to receive' – and every effort brings a reward. This principle takes our lives to a higher plane, where it is our will, where it is the spirit that governs our actions – and it promotes a community cooperation, today one could say empathetic, with one's family and clan context (what a retrograde term!).

To explain it to the most materialistic – cultural hunger is a pestilence of the modern world that transcends cultures and social conditions – a concept that is immediately visible in the mechanism of profit and money. Making money can make you buy things, services, and people. It is not necessary today to bother with the four Aristotelian causes.

With the same money you can buy rooftop dinners with sensational views, signature dishes at the discretion of the holy men of molecular cuisine, absolute vacuum cooking, metaphysical creams and ganaches, meats massaged on beds of ultra-biological rocket, wild salmon caught on rod only on Scottish nights under full moon, fried kataifi lighter than Polynesian zephyrs.

This is the cultural hunger that now plagues most sentient beings who – after a day spent in offices furnished according to the Taoist geomantic art of feng shui, endless tie calls, sales meetings, sadly cultivate the great samsara of materialism without even realizing it, unaware cogs of a superior machine of which they do not even question – nor do they want to know where it can lead.

A hunger that is not real, or rather of low intensity, since it proceeds from bland and inactive days. From procedures that are always the same, sadness, depression, mediocrity, lack of prospects. The invitation is to get a real hunger, to try to find the high road. Get back to the nitty-gritty, don't be fooled. Look up. Look for more intense and elevated appetites.



ASCOLTO CONSIGLIATO
Recommended listening

"I looked at you", The Doors



QUANDO UNA TELEFONATA TI CAMBIA LA VITA

When a Phone Call Changes Your Life

DI PAOLA BUTERA

Era febbraio quando su WhatsApp mi arriva un messaggio da un numero sconosciuto. Dalla presentazione pensavo alle solite proposte che scarto quotidianamente, ma qualcosa mi incuriosiva. La mia vita in quel periodo era proiettata su altri fronti e non avevo tanto tempo da perdere. Risposi lo stesso giorno e conobbi così Simone Bandini e la sua rivista ValleyLife.

Sono un po' di anni che non mi occupo più della carta stampata prendendo la direzione in cui va l'informazione oggi e cioè il digitale, ma qualcosa mi spingeva a saperne di più.

Purtroppo, però, non ero disponibile nell'immediato e pur apprezzando il gesto e la filosofia del suo magazine mi dovetti tirare indietro. Lo lasciai con una promessa però, appena fossi stata disponibile ci saremmo risentiti.

Passarono due mesi da quella telefonata, mentre a Roma vivevo la convalescenza da un intervento riuscito perfettamente, mi venne in mente Simone. Lo chiamai sicura che avesse già trovato la persona giusta e con stupore di entrambi, io perché il posto era ancora vacante, lui perché forse non si aspettava la mia telefonata, ci accordammo per un incontro appena fossi rientrata a Gubbio.

È nato tutto così, per una risposta ad un messaggio, per un'intuizione o perché la vita in certi momenti ti deve un regalo. Poi c'è stata, conoscendoci, la scoperta di una serie di affinità elettive e quel suo entusiasmo in cui ho ritrovato un po' della me di qualche anno fa.

Ed eccomi qui tornata alla carta stampata, a segnare sulla mappa tutti i luoghi da visitare come un segugio alle prime uscite di caccia al tartufo. Affamata di storie da conoscere e far conoscere. Con gli occhi pieni della tanta bellezza di questo territorio che, quando ci vivi, un po' te ne dimentichi. Eccomi qui a scrivere e interpretare le vostre vite, tutte con un comune denominatore: la passione. Io a questo territorio che ho scelto per viverci voglio molto bene e quel messaggio provvidenziale ha destato in me il desiderio di raccontarlo, raccontarne la bellezza, la passione e quella strana atmosfera che ti fa sentire fuori dal tempo. Avevo un sogno e non lo sapevo, buona lettura.

It was February when I received a message on WhatsApp from an unknown number. From the presentation I thought of the usual proposals that I discard daily, but something intrigued me. My life at that time was projected on other fronts and I didn't have much time to waste. I answered the same day and thus met Simone Bandini and his magazine ValleyLife.

It's been a few years since I dealt with printed paper, taking the direction in which information is going today, i.e. digital, but something pushed me to know more.

Unfortunately, however, I was not immediately available and while appreciating the gesture and philosophy of his magazine I had to back out. I left him with a promise however, as soon as I was available, we would talk again.

Two months passed from that phone call, while in Rome I was recovering from a perfectly successful operation, Simone came to mind. I called him sure that he had already found the right person and to the amazement of both of us – I because the position was still vacant, he because perhaps he did not expect my phone call – we agreed on a meeting as soon as I returned to Gubbio.

It all started like this, for a response to a message, for an intuition or because life in certain moments owes you a gift. Then there was, getting to know each other, the discovery of a series of elective affinities and that enthusiasm of hers in which I found a bit of the me of a few years ago.

And here I am back in print, to mark on the map all the places to visit like a hound on the first truffle hunting trips. Hungry for stories to know and make known. With your eyes full of the beauty of this territory that, when you live there, you forget about it a bit. Here I am writing and interpreting your lives, all with a common denominator: passion. I love very much this territory that I have chosen to live, and that providential message has aroused in me the desire to tell it, to tell its beauty, passion and that strange atmosphere that makes you feel out of time. I had a dream and I didn't know it, enjoy the reading.



ASCOLTO CONSIGLIATO
Recommended listening

"Heroes" David Bowie

SECOLI DI LUCE

Centuries of Light

A CURA DI SIMONE BANDINI



Una colazione lenta e un incontro stimolante quella con il collega giornalista Federico Fioravanti, direttore e ideatore del Festival del Medioevo di Gubbio – che incontriamo sulla sommità di Perugia allo storico Caffè Turreno. Le parole se ne vanno veloci e sicure, siamo in confidenza dopo poche battute. Gli chiedo subito, d'istinto e pescando dai miei ricordi: ma il Prof. Cardini è dei vostri? Ricordo ancora la sua espressione bonaria durante la sessione d'esame di Storia Medievale quando mi disse: "Lei Bandini la sa la storia, le do 30, accetta?". Fioravanti, divertito, mi conferma che il grande esperto del Medioevo è uno degli habitués delle giornate eugubine dedicate all'approfondimento di questa affascinante e poco conosciuta epoca della nostra storia.

A slow breakfast and a stimulating meeting with fellow journalist Federico Fioravanti, director and creator of the Festival of the Middle Ages in Gubbio – whom we meet on the top of Perugia at the historic Caffè Turreno. The words go away quickly and surely, we are in confidence after a few lines. I ask him immediately, instinctively and drawing from my memories: but is Prof. Cardini one of yours? I still remember his good-natured expression during the Medieval History exam session when he said to me: "You Bandini know history very well, I'll give you 30/30, do you accept?". Fioravanti, amused, confirms to me that the great expert of the Middle Ages is one of the regulars of the Gubbio days dedicated to the deepening of this fascinating and little-known era of our history.



Particolare delle botteghe d'arte

Secoli di luce è il tema della decima edizione del Festival del Medioevo, in programma a Gubbio dal 25 al 29 settembre 2024. Più di cento i protagonisti: storici, scrittori, scienziati, filosofi, architetti e giornalisti impegnati a fare finalmente luce sui 'secoli bui' evocati per la prima volta da Francesco Petrarca e rilanciati alla fine del Novecento grazie a una fulminea sintesi giornalistica di Indro Montanelli.

Per provare a sfatare il più persistente dei pregiudizi: quello di una Età di Mezzo raccontata ancora come oscura, maligna e barbarica. Un'epoca così calunniata da non meritare nemmeno un nome: il "Medio Evo" che i manuali di storia e il dibattito pubblico confinano ancora fra gli inarrivabili splendori dell'antichità e le "magnifiche sorti e progressive" di un mondo moderno costretto invece, come è sempre avvenuto in ogni vicenda dell'uomo, a fare i conti anche con le guerre, le epidemie, le violenze quotidiane e i pregiudizi di ogni genere.

Le lezioni di storia del Festival del Medioevo seguiranno il filo della celebre metafora attribuita al filosofo Bernardo di Chartres, che agli inizi del XII secolo esortava i suoi allievi allo studio attento del passato: «Noi siamo come nani sulle spalle di giganti, così che possiamo vedere un

"Centuries of light is the theme of the tenth edition of the Festival of the Middle Ages, scheduled in Gubbio from 25 to 29 September 2024. More than a hundred protagonists: historians, writers, scientists, philosophers, architects and journalists committed to finally shedding light on the 'dark ages' evoked for the first time by Francesco Petrarca and relaunched at the end of the twentieth century thanks to a lightning-fast journalistic synthesis by Indro Montanelli. To try to dispel the most persistent of prejudices: that of a Middle Age still told as dark, malicious and barbaric. An era so slandered that it does not even deserve a name: the "Middle Ages" that history textbooks and public debate still confine between the unattainable splendours of antiquity and the "magnificent and progressive fates" of a modern world forced instead, as has always happened in every human affair, to deal with wars, epidemics, daily violence and prejudices of all kinds.

The history lessons of the Festival of the Middle Ages will follow the thread of the famous metaphor attributed to the philosopher Bernard of Chartres, who at the beginning of the twelfth century exhorted his students to a careful study of the past: "We are like dwarfs on the shoulders of giants,



L'esibizione in concerto degli ENSEMBLE MICROLOGUS

maggior numero di cose e più lontano di loro, tuttavia non per l'acutezza della vista o la possanza del corpo, ma perché sediamo più in alto e ci eleviamo proprio grazie alla grandezza dei giganti».

L'immagine dell'edizione 2024 del Festival del Medioevo è stata realizzata da Archi's Comunicazione.

Un Medioevo lontano dalla banalità degli stereotipi, visto attraverso il racconto dei grandi uomini e delle grandi donne che hanno segnato dieci secoli della nostra storia. Un lungo tempo di innovazioni e trasformazioni. E di continui "rinascimenti", in tutti i campi del sapere, dall'arte alla politica, dalle istituzioni pubbliche alla vita quotidiana. Mille e più anni di grandi viaggi, pellegrinaggi e commerci fra mondi lontani e diversi, caratterizzati da una miriade di innovazioni e scoperte. Secoli nei quali sono nate anche le lingue d'Europa, le nazioni, le banche e le università e nei quali straordinari pensatori hanno sviluppato le basi della moderna cultura scientifica.

Mostre, mercati, spettacoli, rievocazioni, focus tematici e attività didattiche arricchiscono cinque giorni del Festival del Medioevo insieme ad alcuni speciali appuntamenti:

- La Fiera del libro medievale, i grandi classici e le novità editoriali, con tutto quello che c'è da leggere sul Medioevo.
- Scriptoria, l'appuntamento dedicato all'arte della miniatura e della calligrafia con i laboratori e le dimostrazioni pratiche dei principali miniaturisti e calligrafi italiani e stranieri.
- Medievalismi: l'esplorazione dell'Età di Mezzo nella cultura contemporanea: cinema e letteratura, fumetti e canzoni, abiti e architetture, illustrazioni grafiche e giochi di ruolo. Un Medioevo immaginario, reinventato, ricostruito e a volte anche sconvolto attraverso i nuovi linguaggi della politica, del costume e delle mode.

so that we can see a greater number of things and farther than they are, yet not because of the sharpness of our sight or the strength of our body, but because we sit higher and rise precisely because of the greatness of the giants."

The image of the 2024 edition of the Festival of the Middle Ages was created by Archi's Comunicazione.

A Middle Ages far from the banality of stereotypes, seen through the story of the great men and women who have marked ten centuries of our history. A long time of innovations and transformations. And of continuous "renaissances", in all fields of knowledge, from art to politics, from public institutions to everyday life. A thousand and more years of great journeys, pilgrimages and trade between distant and different worlds, characterized by a myriad of innovations and discoveries. Centuries in which the languages of Europe, nations, banks and universities were also born and in which extraordinary thinkers developed the foundations of modern scientific culture.

Exhibitions, markets, shows, re-enactments, thematic focuses and educational activities enrich five days of the Festival of the Middle Ages together with some special events:

- The Medieval Book Fair, the great classics and publishing news, with everything there is to read about the Middle Ages.
- Scriptoria, the event dedicated to the art of miniature and calligraphy with workshops and practical demonstrations by the main Italian and foreign miniaturists and calligraphers.
- Medievalism: the exploration of the Middle Age in contemporary culture: cinema and literature, comics and songs, clothes and architecture, graphic illustrations and role-playing games. An imaginary Middle Ages, reinvented, reconstructed and sometimes even upset through the new languages of politics, customs and fashions.



Federico Fioravanti insieme ad Alessandro Barbero e Franco Cardini

– La scuola dei rievocatori, un evento pensato per valorizzare, attraverso l'analisi e la ricostruzione delle fonti storiche, l'appassionato lavoro di centinaia di associazioni e di migliaia di rievocatori impegnati in ogni regione d'Italia nel far rivivere la storia e le tradizioni del loro territorio.

– Il Medioevo dei ragazzi: giochi, letture, animazioni, laboratori d'arte e corsi di disegno riservati agli alunni delle scuole secondarie di primo grado.

Dalla prima edizione, il Festival del Medioevo ha affrontato i seguenti temi: La nascita dell'Europa (2015), Europa e Islam (2016), La città (2017), Barbari. La scoperta degli altri (2018), Donne. L'altro volto della Storia (2019), Mediterraneo. Il mare della Storia (2020), Il tempo di Dante (2021), Dinastie. Famiglie e potere (2022) e Oriente-Occidente. Le frontiere mobili della Storia (2023).

Il Festival del Medioevo è organizzato ogni anno in modo congiunto dalla Associazione di Promozione Sociale Festival del Medioevo e dal Comune di Gubbio.

La manifestazione gode del patrocinio scientifico dell'Istituto storico italiano per il Medioevo (ISIME), della Società italiana degli storici medievalisti (SISMED), della Società degli Archeologi Medievalisti Italiani (SAMI) e della Associazione Italiana di Public History (AIPH).

Assicurano il loro patrocinio istituzionale la Regione Umbria, la Camera di Commercio dell'Umbria e la Fondazione Giancarlo Pallavicini Onlus Umanitaria e Culturale.

Partners per il settore didattico sono la Fondazione Giuseppe Mazzatinti di Gubbio e l'Università Santissima Maria Assunta (Lumsa). Grazie alla loro collaborazione, il Festival del Medioevo rilascia attestati di partecipazione a studenti e docenti.

– The school of re-enactors, an event designed to enhance, through the analysis and reconstruction of historical sources, the passionate work of hundreds of associations and thousands of re-enactors engaged in every region of Italy in reviving the history and traditions of their territory.

– The Middle Ages for children: games, readings, animations, art workshops and drawing courses reserved for secondary school students.

Since the first edition, the Festival of the Middle Ages has addressed the following themes: The birth of Europe (2015), Europe and Islam (2016), The city (2017), Barbarians. The discovery of others (2018), Women. The other face of History (2019), Mediterranean. The Sea of History (2020), Dante's Time (2021), Dynasties. Families and Power (2022) and East-West. The Mobile Frontiers of History (2023) The Festival of the Middle Ages is organized every year jointly by the Association of Social Promotion Festival of the Middle Ages and the Municipality of Gubbio.

The event enjoys the scientific patronage of the Italian Historical Institute for the Middle Ages (ISIME), the Italian Society of Medieval Historians (SISMED), the Society of Italian Medieval Archaeologists (SAMI) and the Italian Association of Public History (AIPH).

The Umbria Region, the Umbria Chamber of Commerce and the Giancarlo Pallavicini Humanitarian and Cultural Onlus Foundation ensure their institutional patronage.

Partners for the educational sector are the Giuseppe Mazzatinti Foundation of Gubbio and the Santissima Maria Assunta University (Lumsa). Thanks to their collaboration, the Festival of the Middle Ages issues certificates of participation to students and teachers.



I laboratori di MINIATURA E CALLIGRAFIA

La RAI, con RAI Cultura e il canale RAI Storia è stato per tutte le edizioni il principale media partner della manifestazione, insieme alle riviste di divulgazione storica MedioEvo e Archeo. Collaborano in modo stabile con il Festival del Medioevo anche Italia Medievale, portale web impegnato da molti anni nella promozione del patrimonio storico e artistico del Medioevo italiano, MediaEvi, pagina Facebook specializzata nell'analisi dei cosiddetti medievalismi, Feudalesimo e Libertà, fenomeno social di goliardia e satira politica e l'Enciclopedia delle donne, un'opera collettiva sul web che raccoglie le biografie di donne di ogni tempo e paese.

Sostengono la manifestazione il Comune di Gubbio, la Regione Umbria, il Gruppo Azione Locale Alta Umbria (GAL), la Fondazione Perugia e la Camera di Commercio dell'Umbria. Gli sponsor principali sono il Gruppo Financo, con Colacem, Colabeton, Park Hotel ai Cappuccini e CVR - dal 1980 l'edilizia in buone mani. Sostengono il Festival anche la Fondazione Giancarlo Pallavicini Onlus umanitaria e culturale, Metalprogetti e Tecla".

RAI Television, with RAI Cultura and the RAI Storia channel, has been the main media partner of the event for all editions, together with the historical magazines MedioEvo and Archeo. Also collaborating permanently with the Festival of the Middle Ages are Italia Medievale, a web portal engaged for many years in the promotion of the historical and artistic heritage of the Italian Middle Ages, MediaEvi, a Facebook page specializing in the analysis of the so-called medievalisms, Feudalism and Freedom, a social phenomenon of goliardy and political satire and the Encyclopedia of women, a collective work on the web that collects the biographies of women of all times and countries.

The event is supported by the Municipality of Gubbio, the Umbria Region, the Alta Umbria Local Action Group (GAL), the Perugia Foundation and the Umbria Chamber of Commerce. The main sponsors are the Financo Group, with Colacem, Colabeton, Park Hotel ai Cappuccini and CVR - since 1980 the construction industry in good hands. The Giancarlo Pallavicini Humanitarian and Cultural Onlus Foundation, Metalprogetti and Tecla also support the Festival.



Info
Festival del Medioevo
www.festivaldelmedioevo.it

Martinelli
 SERVIZITURISTICI

VIAGGIO NELLA STORIA DI

GUBBIO
 ASSISI
 ORVIETO
 AREZZO
 MONTEPULCIANO



GRAN TOUR

AUDIO VIDEO GUIDA
 7 languages commentary - Disposable earphones
 Commentario in 7 lingue - Cuffie auricolari monouso

Piazza Fra' Bevigata, 20 Gubbio (PG)
www.gruppomartinelli.net



Kineo
FITNESS & WELLNESS

www.kineofitness.it

Summer



KINEO DANCE ACADEMY

to be continued

DAL 01 LUGLIO

HIPHOP EXPLOSION

UNA FULL IMMERSION
NEL MONDO DELL'HIPHOP

TECNICA, POTENZIAMENTO,
APPROFONDIMENTO E STUDIO A:
NEW STYLE, HOUSE OLD SCHOOL

LUNEDÌ

10:30-12:00 TEENAGER | 17:00-18:30 KIDS

GIOVEDÌ

17:00-18:30 OPEN TEENAGER & KIDS



International Dance Council
Conseil International de la Danse
The United Nations of Dance
Les Nations Unies de la Danse

Kineo Fitness & Wellness C/O Centro Commerciale i Tigli,
Via Don Giuseppe Diana 06024 Gubbio



075.922.12.44



375.57.13.520

UN'AVVENTURA DA VIVERE

An Adventure to Live

DI PAOLA BUTERA





Trekking a Cima Filetta - © Regione Umbria-Ufficio del Parco del Monte Cucco.

Tra natura e sport nel cuore degli Appennini.

L'estate è appena iniziata e, con un gruppo di amici, decidiamo di passare una domenica tra sport e natura. È la giornata ideale per praticare attività sportiva all'aria aperta, una vera e propria palestra naturale e il Parco del Monte Cucco ci offre opportunità uniche. Scegliamo di partire la mattina presto con le nostre Mountain Bike da Gubbio, nei nostri zaini non possono mancare sia la borraccia con l'acqua che un paio di scarponcini utili più tardi.



In Bike sul monte Cucco - © Leonardo Presta

Between nature and sport in the heart of the Apennines.

Summer has just begun and, with a group of friends, we decide to spend a Sunday between sport and nature. It is the ideal day to practice outdoor sports, a real natural gym and the Monte Cucco Park offers us unique opportunities. We choose to leave early in the morning with our Mountain Bikes from Gubbio, in our backpacks we cannot miss both the water bottle and a pair of boots useful later. We take the state road that reaches Branca and then enter a secondary road that crosses cultivated fields and



Parapendio - Parco del Monte Cucco - © Leonardo Presta

Percorriamo la strada statale che arriva fino a Branca per poi addentrarci in una strada secondaria che attraversa campi coltivati e la piccola frazione di Corraduccio e sbuchiamo sulla via Flaminia proprio in prossimità di Sigillo. Il percorso è facile e dopo circa un'ora e mezza ci troviamo ai piedi della grande montagna. Decidiamo così di lasciare in un posto sicuro le nostre mountain bike e, dopo una abbondante colazione, ci infiliamo gli scarponcini per proseguire a piedi scegliendo il percorso tra gli oltre 120km di sentieri contraddistinti dalla segnaletica che ci permette di conoscere l'ubicazione, il grado di difficoltà, i tempi di percorrenza e le caratteristiche.

Prima mèta: il decollo dei deltaplani. Lasciamo così la Flaminia in direzione di Val di Ranco, salendo verso il monte, fino ad arrivare all'area di decollo. È una giornata limpida e con il vento favorevole.

Gli appassionati di volo libero sfruttano le particolari correnti ascensionali e nel cielo si vedono librare in aria tante vele colorate. Rimaniamo a guardare e fotografare affascinati da questo incanto. Sul campo ci sono istruttori che insegnano a chi si accinge al primo volo. I biposto sono i più gettonati, tutti possono partecipare e ci sono turisti che arrivano da tutto il mondo. Più in là i più esperti si preparano ad affrontare le prossime competizioni sportive. Ce ne sono state molte qui, proprio per questa caratteristica orografica dell'Alta Valle del Chiascio e dei rilievi del Massiccio del Monte Cucco, che oltre alla mancanza di ostacoli per le correnti atlantiche e balcaniche, si presta alla pratica del volo libero.

Continuiamo la nostra escursione attraverso i sentieri, ampi scenari mozzafiato si rivelano a noi. Lungo il margine di un costone lo sguardo spazia verso la verdeggiante valle del fiume Chiascio. Da qui sono visibili le dolci colline ai piedi del massiccio che racchiudono piccoli borghi, mentre nell'orizzonte lontano si intravedono i monti Subasio, Terminillo e l'Amiata. Dopo una breve sosta alla fonte Ghiacciata, sorgente di origine carsica dove ci riforniamo di acqua, seguiamo lungo il sentiero che penetra in una fresca faggeta. Lungo i sentieri incontriamo altri escursionisti, chi a piedi, chi in bike e chi ha preferito una passeggiata a cavallo. Ci si saluta, si scambiano informazioni, non ci si annoia mai. Un bambino chiede al papà quanto manca per arrivare al laghetto per la pesca sportiva. Dopo un po' capiamo che è giunta l'ora di un buon piatto della tradizione umbra, attiviamo la mappa e ci avviamo verso il rifugio più vicino perché la montagna è sempre bella ma dopo tanta attività viene sempre una gran fame e ne approfittiamo per riposarci un po' prima del rientro.



Canyoning nella Forra di Rio Freddo, Regione Umbria-Ufficio del Parco del Monte Cucco

the small hamlet of Corraduccio and comes out on the Via Flaminia right near Sigillo. The route is easy and after about an hour and a half we find ourselves at the foot of the great mountain. So we decide to leave our mountain bikes in a safe place and, after a hearty breakfast, we put on our boots to continue on foot, choosing the route from over 120km of paths marked by signs that allow us to know the location, the degree of difficulty, the travel times and the characteristics.

First destination: the take-off of hang gliders. We thus leave the Flaminia in the direction of Val di Ranco, climbing towards the mountain, until we reach the take-off area. It is a clear day with a favourable wind. Free flight enthusiasts take advantage of the particular updrafts and in the sky you can see many colourful sails hovering in the air.

We remain to watch and photograph fascinated by this enchantment. In the field there are instructors who teach those who are about to fly for the first time. The two-seaters are the most popular, everyone can participate and there are tourists who come from all over the world. Further on, the more experienced are preparing to face the next sports competitions. There have been many here, precisely because of this orographic characteristic of the Upper Chiascio Valley and the reliefs of the Monte Cucco Massif, which in addition to the lack of obstacles for the Atlantic and Balkan currents, lends itself to the practice of free flight.

We continue our hike through the trails, wide breathtaking scenery is revealed to us. Along the edge of a ridge, the gaze sweeps towards the verdant valley of the Chiascio river. From here you can see the rolling hills at the foot of the massif that enclose small villages, while on the distant horizon you can see the Subasio, Terminillo and Amiata mountains. After a short stop at the Frozen spring, a spring of karst origin where we stock up on water, we continue along the path that penetrates a cool beech forest. Along the paths we meet other hikers, some on foot, some by bike and some preferred a horseback ride. You greet each other, you exchange information, you never get bored. A child asks his father how long it is to get to the lake for sport fishing. After a while we understand that the time has come for a good dish of the Umbrian tradition, we activate the map and head towards the nearest refuge because the mountain is always beautiful but after so much activity, we always get hungry and we take the opportunity to rest a little before returning.



Vista dalla Fonte dell'Acqua Passera, Regione Umbria-Ufficio del Parco del Monte Cucco.



La Faggeta aspettando la magia dell'autunno, Regione Umbria-Ufficio del Parco del Monte Cucco

VIVI IL MEDIOEVO A VALFABBRICA

Experience the Middle Ages in Valfabbrica

A CURA DELLA REDAZIONE



Il Palio di Valfabbrica, dal 22 agosto al 1° settembre.

"C'era una volta... un centro di origine medievale lungo l'antica via che collegava Assisi a Gubbio, "In Vallis Fabricae" o meglio conosciuto come Valfabbrica. Qui in passato vi era l'antichissima Festa del Santissimo Crocifisso dedicata ai giochi storici medievali. Dal 1974 viene conosciuta come la Festa d'Autunno o Palio di Valfabbrica - Giostra d'Italia dove la rievocazione storica viene realizzata con cura minuziosa, articolata di fatti, accadimenti e vicende avvenute nel periodo medievale che ha dato proprio i natali al territorio di Valfabbrica".

The Palio di Valfabbrica, from 22 August to 1 September.

"Once upon a time... a center of medieval origin along the ancient road that connected Assisi to Gubbio, "In Vallis Fabricae" or better known as Valfabbrica. Here in the past there was the ancient Feast of the Holy Crucifix dedicated to medieval historical games. Since 1974 it has been known as the Autumn Festival or Palio di Valfabbrica - Giostra d'Italia where the historical re-enactment is carried out with meticulous care, articulated with facts, events and events that took place in the medieval period that gave birth to the territory of Valfabbrica".



Giunto alla XLVIII edizione, giovedì 22 agosto inizia il Palio di Valfabbrica, una manifestazione complessa di cui la giostra è l'evento trainante ma che offre ai propri ospiti una grande varietà di cultura ed emozioni. Gli eventi e gli spettacoli riempiono le serate, la taverna offre un servizio d'eccellenza ed i rionali lavorano mesi alla costruzione delle rievocazioni storiche per regalare al paese ed ai suoi visitatori arte e passione. Tutto si svolge nell'attesa dell'ultimo giorno che, con la giostra cavalleresca, assegna ai colori del più valente dei Rioni l'agognato Palio.

Il Palio di Valfabbrica si distingue tra le manifestazioni medievali italiane per una particolare caratteristica: ciascun rione realizza una rappresentazione storica medioevale che ci riporta indietro nel tempo, non solo tramite una semplice parata di costumanti, ma anche attraverso una narrazione che si sviluppa in un coinvolgente spettacolo di piazza. Ogni rione, oltre ad esibire i consueti vessilli, tamburini, nobili e armati, realizza le proprie scenografie, coreografie, sceneggiature e recitazioni, mettendo in scena una vera e propria rievocazione.

Durante la settimana poi si va 'alla scoperta dei rioni di Valfabbrica' e ogni angolo trasuda di storia che tanti suoi abitanti custodiscono e valorizzano. Tutti partecipano attivamente con escursioni per le vie e le piazze dove i visitatori possono indossare per l'occasione i costumi storici diventando nobili, dame, popolani per un giorno.

Now in its XLVIII edition, the Palio di Valfabbrica begins on Thursday 22 August, a complex event of which the joust is the driving event but which offers its guests a great variety of culture and emotions. Events and shows fill the evenings, the tavern offers an excellent service, and the districts work for months to build historical re-enactments to give the town and its visitors art and passion. Everything takes place while waiting for the last day which, with the knightly joust, assigns the coveted Palio to the colours of the most valiant of the districts.

The Palio di Valfabbrica stands out among the Italian medieval events for a particular characteristic: each district creates a medieval historical representation that takes us back in time, not only through a simple parade of costumes, but also through a narrative that develops in an engaging square show. Each district, in addition to exhibiting the usual banners, drummers, nobles and armed men, creates its own sets, choreography, scripts and acting, staging a real re-enactment.

During the week then we go 'to discover the districts of Valfabbrica' and every corner exudes history that many of its inhabitants preserve and enhance. Everyone actively participates with excursions through the streets and squares where visitors can wear historical costumes for the occasion, becoming nobles, ladies, commoners for a day.



L'ultimo giorno il Campo dei Giochi di Valfabbrica sarà teatro della Giostra d'Italia, la sfida cavalleresca apprezzata per la sua struttura. Una giostra che per la sua difficoltà è la più completa e suggestiva d'Italia. Saranno tre le prove in cui dovranno cimentarsi i cavalieri: la "corsa agli anelli", la "corsa del saracino" e lo "scontro diretto". La giostra, nel suo complesso, premia ciascun cavaliere con punteggi in base ai tempi di tornata, permettendo così di sviluppare interessanti strategie dove alla fine si aggiudica il Palio colui che per primo raggiunge il bersaglio che, una volta centrato, non può essere colpito dall'altro cavaliere. Tante le manifestazioni in calendario durante gli undici giorni di programmazione e – per non perderne neanche una – vi consigliamo di consultare il sito dedicato, per vivere appieno questa magnifica esperienza 'medievale'.

On the last day, the Valfabbrica Games Field will be the scene of the Giostra d'Italia, the knightly challenge appreciated for its structure. A carousel that for its difficulty is the most complete and evocative in Italy. There will be three tests in which the riders will have to compete: the "race to the rings", the "race of the saracen" and the "direct clash". The joust, as a whole, rewards each rider with scores based on the lap times, thus allowing the development of interesting strategies where in the end the Palio is won by the one who first reaches the target which, once hit, cannot be hit by the other rider. Many events are scheduled during the eleven days of programming and – in order not to miss a single one – we recommend that you consult the dedicated website, to fully enjoy this magnificent 'medieval' experience.

Info
Palio di Valfabbrica
www.paliodivalfabbrica.it

Photo Credit - Lubaloma studio





Le ragazze e i ragazzi della Bottega Azzurra con i biscotti personalizzati dal loro disegno

L'ARTE BIANCA IN UNA BOTTEGA AZZURRA

The Art of Baking in a Blue Shop

DI ISABELLA CECCARELLI

Un biscottificio sociale dall'impronta imprenditoriale. L'esigenza sociale di trovare impiego a ragazzi disabili diventa una vera e propria start-up imprenditoriale, con un organico di otto ragazzi che guardano ad un futuro di autonomia

Il lavoro che garantisce il futuro è fatto di piccole imprese locali che, partite da esigenze sociali, hanno dato vita ad un vero e proprio laboratorio artigianale, improntato attraverso visioni e strategie strettamente imprenditoriali, che impiega ragazzi affetti da disabilità psico-cognitive del campo autistico, tutti soci della cooperativa La Bottega Azzurra.

Lo scopo della Bottega Azzurra è quello di mantenere i piedi ben piantati in terra e non perdere di vista gli obiettivi primari, fra tutti quello di creare una capacità lavorativa ai ragazzi, con un vero stipendio mensile garanzia di indipendenza anche per il futuro.

Un laboratorio artigianale di pasticceria dolce e salata, gestito in modo imprenditoriale, che è anche una vera e propria fucina creativa, non solo sociale, capace di coniugare il lavoro con l'integrità di ragazzi, in grado di valorizzare le capacità e i talenti di giovani adulti attraverso il lavoro, a partire dalla fine della scuola superiore.

A social biscuit factory with an entrepreneurial imprint. The social need to find employment for disabled children becomes a real entrepreneurial start-up, with a staff of eight young people who look to a future of autonomy.

The work that guarantees the future is made up of small local businesses that, starting from social needs, have given life to a real artisan workshop, based on strictly entrepreneurial visions and strategies, which employs young people with psycho-cognitive disabilities in the autistic field, all members of the La Bottega Azzurra (Blue Shop) cooperative.

The purpose of the Bottega Azzurra is to keep its feet firmly planted on the ground and not lose sight of the primary objectives, among all that of creating a working capacity for the boys, with a real monthly salary guarantee of independence for the future as well.

An artisanal laboratory of sweet and savoury pastry, managed in an entrepreneurial way, which is also a real creative forge, not only social, capable of combining work with the integrity of young people, able to enhance the skills and talents of young adults through work, starting from the end of high school.

I valori imprenditoriali spingono verso scelte ben precise capaci di portare La Bottega Azzurra a distinguersi nel mercato e mettere in evidenza la qualità dei prodotti sfornati quotidianamente; un vero e proprio Km0, rispettoso della materia prima e del lavoro di tutti, coinvolge aziende del territorio, realtà artigianali e aziende agrarie il cui valore aggiunto è il rispetto dell'ambiente, della biodiversità e della salute che sforna biscotti, crostate, dolci da forno, biscottini e stuzzichini salati di tanti tipi: al formaggio, con le noci, ma anche con le visciole di Cantiano, di grano saraceno; ma anche barattoli di design che contengono il sale aromatizzato.

La scelta verso la qualità e l'eccellenza dei prodotti è stata dettata dalla necessità di essere competitivi sul mercato e coprire tutte le richieste moderne, come la pianificazione futura di prodotti specifici per bambini piccoli, o senza zucchero, o gluten free. Le ricette sono sempre e solo create dai ragazzi e messe a punto dopo prove e assaggi, partendo da quelle più tradizionali, o dai ricordi d'infanzia; ed ogni confezione riporta l'immagine stilizzata del suo ideatore e creatore.

La creatività non è solo nelle preparazioni rivolte a distinguere i prodotti della Bottega Azzurra dalla massa, ma si concentra anche nello studio di etichette e confezioni, che nel più possibile guardano alla sostenibilità in tutta la filiera. Scelte che sono state premiate da aziende affermate e di alto livello che utilizzano quotidianamente i prodotti da forno della Bottega Azzurra e commissionano addirittura un packaging personalizzato: sono bar, privati, ristoranti e alberghi in tutta l'Umbria; non mancano le bomboniere, piccoli regalini per cerimonie ed eventi. La creatività anche nel recupero dei materiali utilizzati, come i contenitori degli alimenti, che vengono trasformati in oggetti di uso quotidiano.

The entrepreneurial values push towards very specific choices capable of leading La Bottega Azzurra to stand out in the market and highlight the quality of the products baked daily; a real Km0, respectful of the raw material and everyone's work, involves local companies, artisanal realities and farms whose added value is respect for the environment, biodiversity and health that churns out biscuits, pies, baked desserts, biscuits and savoury snacks of many kinds: with cheese, with walnuts, but also with Cantiano sour cherries, buckwheat; but also design jars that contain flavoured salt.

The choice towards the quality and excellence of the products was dictated by the need to be competitive on the market and cover all modern requests, such as the future planning of specific products for small children, or sugar-free, or gluten-free. The recipes are always and only created by the children and developed after tests and tastings, starting from the most traditional ones, or from childhood memories; and each package bears the stylized image of its creator.

Creativity is not only in the preparations aimed at distinguishing the products of the Bottega Azzurra from the crowd, but is also concentrated in the study of labels and packaging, which as much as possible look at sustainability throughout the supply chain.

Choices that have been rewarded by established and high-level companies that use Bottega Azzurra's bakery products on a daily basis and even commission customized packaging: they are bars, individuals, restaurants and hotels throughout Umbria; There is no shortage of 'bomboniere', small gifts for ceremonies and events. Creativity also in the recovery of the materials used, such as food containers, which are transformed into everyday objects.



Le ragazze nel laboratorio lavorano all'impastatrice



Le confezioni regalo con i prodotti realizzati da Bottega Azzurra

Le sinergie introdotte riescono a portare i ragazzi ad un ottimale livello di autonomia lavorativa e capacità di scelte; impiega ragazzi tra i 20 e i 35 anni a tempo indeterminato e part time, ognuno dei quali mette in uso le proprie abilità, il proprio talento, acquisendo competenza professionale e creatività. Sono i ragazzi stessi, che impegnandosi in tutta la filiera lavorativa, trovano il loro lavoro preferito, o quello più idoneo, ma nello stesso tempo sono in grado di ricoprire tutti i ruoli, anche quello della vendita al dettaglio, non solo nel negozio del laboratorio, ma anche in fiere e manifestazioni alle quali partecipano.

Come racconta Marisa Radicchi, la fondatrice, "l'inizio non è stato facile, come per qualsiasi impresa, c'è stato bisogno dell'aiuto di molte persone e associazioni locali; ma poi la gestione in senso imprenditoriale, con lo sguardo alle dinamiche attuali, ci porta a restare nel mercato ed essere non solo una scelta sociale, ma una vera e propria scelta di mercato". Per questo sono state particolarmente importanti le donazioni e gli aiuti anche da parte di tante aziende private del territorio, che tuttora sono di sostegno, soprattutto economico.

Per i ragazzi si chiude un cerchio che li porta verso un'autonomia e indipendenza, al massimo delle loro potenzialità.

La gestione e la visione da subito imprenditoriale della cucina sociale, ha permesso alla Bottega Azzurra di diventare un laboratorio di formazione professionale a tutti gli effetti, ed è diventato un punto di riferimento anche per tutti coloro che vogliono avviarsi al lavoro, investendo in questo ambito professionale.

Il presente è tutto nelle mani dei ragazzi soddisfatti del proprio lavoro, la Bottega collabora con diverse associazioni del territorio offrendo stage e formazione. Ma le scommesse per il futuro vedono sempre nuovi progetti e scommesse anche ambiziose, non solo deliziose, che possano portare ad impiegare sempre più ragazzi.

The synergies introduced are able to bring the students to an optimal level of work autonomy and ability to choose; It employs young people between 20 and 35 years old on a permanent and part-time basis, each of whom puts their skills and talents to good use, acquiring professional competence and creativity. It is the young people themselves, who by engaging in the entire work chain, find their favourite job, or the most suitable one, but at the same time they are able to cover all roles, even that of retail, not only in the laboratory store, but also in fairs and events in which they participate.

As Marisa Radicchi, the founder, says, "the beginning was not easy, as with any business, we needed the help of many people and local associations; But then management in an entrepreneurial sense, with an eye to current dynamics, leads us to remain in the market and be not only a social choice, but a real market choice". For this reason, donations and aid from many private companies in the area have been particularly important, which are still supportive, especially economically.

For the children, a circle is closed that leads them towards autonomy and independence, to the maximum of their potential.

The management and the immediately entrepreneurial vision of the social forge has allowed the Bottega Azzurra to become a professional training laboratory in all respects and has also become a point of reference for all those who want to start work, investing in this professional field. The present is all in the hands of young people satisfied with their work, the Bottega collaborates with various associations in the area offering internships and training. But the bets for the future always see new projects and even ambitious bets, not only delicious, which can lead to employing more and more young people.



Le ragazze della Bottega Azzurra con alcuni prodotti creati da loro



Le Crostarelle



**TOZZETTI
SALATI AL
FORMAGGIO
E NOCI**

SENZA CONSERVANTI

Biscotti e tozzetti salati creati da Bottega azzurra



Occhi di

KINÈO, LA PALESTRA DELLA SALUTE RIJENERA

Kinèo, the Rijenera Health Gym

DI SIMONE BANDINI



Kornelia Kostadinova nel suo ufficio

Abbiamo incontrato una Kornelia Kostadinova (per noi semplicemente Ketty) raggiante e in splendida forma con la quale abbiamo chiarito le ragioni per cui prevenzione, sport e benessere debbano coesistere e concorrere al fine di promuovere una perfetta condizione fisica e mentale. Cominciamo a raccontarvi la sua storia dagli esordi, dalla passione per la danza orientale fino ad oggi, quale direttore manageriale del centro 'Kinèo Fitness&Wellness'.

Oggi Ketty segue e sviluppa la start up contenuta nel format della 'Palestra della Salute Rijenera' come formatrice MSP. Mentre ci riceve nel suo ufficio luminoso, ci confessa che non è stato sempre così, e neanche facile: "Madre di tre figli, vengo da una famiglia di artisti e dalla mia passione per la danza". Ballerina, coreografa e direttrice artistica dell'International Dance Day in Umbria, manifestazione patrocinata dall'Unesco: "L'esperienza come speaker e conduttrice di Tele Radio Galileo di Terni mi ha permesso di superare la paura dei miei limiti linguistici, e far sì che una criticità potesse diventare un'opportunità – cosicché ancora oggi qualche doppia fuori posto diventa elemento di congiunzione con i miei interlocutori, e ci scherziamo su!".

We met a radiant and in splendid shape Kornelia Kostadinova (for us simply Ketty) with whom we clarified the reasons why prevention, sport and well-being must coexist and contribute in order to promote a perfect physical and mental condition. Let's start by telling you her story from the beginning, from her passion for oriental dance to today, as managerial director of the 'Kinèo Fitness & Wellness' centre.

Today Ketty follows and develops the start-up contained in the format of the 'Rijenera Health Gym' as an MSP trainer. As she receives us in her bright office, she confesses that it has not always been like this, and not even easy: "Mother of three children, I come from a family of artists and my passion for dance". Dancer, choreographer and artistic director of the International Dance Day in Umbria, an event sponsored by UNESCO: "The experience as a speaker and presenter of Tele Radio Galileo in Terni allowed me to overcome the fear of my linguistic limits, and ensure that a critical issue could become an opportunity – so that even today some misplaced doubles become an element of conjunction with my interlocutors, and we joke about it!".

Ma come si è evoluto il mondo della salute e del benessere? "Le persone si sono accorte che l'attività fisica faceva bene. Ma non era per tutti. Nascevano così i centri Fitness... Ciò che fa bene per te non fa bene per me! E così la figura del Personal Trainer fece il suo esordio. Ma tutto questo non era sufficiente ai 14,1 milioni di adulti con patologie croniche e ai quasi 6 milioni di bambini in Italia che ne sono affetti".

"Per soddisfare questa necessità di ordine sanitario ma anche sociale – specifica – sono nate appunto le Palestre della Salute ed il nostro format 'Rijenera'! Con metodo e protocolli specifici EFA ed AFA, i nostri Dottori in Scienze Motorie con la Magistrale in attività sportiva preventiva ed adattata, affiancano la ripresa e la stabilizzazione di chi convive con problematiche fisiche che generano anche un disagio mentale e relazionale. Monitorati dal CRAM (Centro Ricerca Attività Motorie), le statistiche mostrano miglioramenti visibili e certi, stabilizzando la condizione psicofisica e migliorando la qualità della vita delle persone. Basti pensare alla Signora Cesarina, 76 anni, che è arrivata da noi nel 2023 con una lombalgia cronica e un principio della sindrome di Parkinson: accusando dolori alla schiena doposoli 5/10 minuti di camminata. A 5 settimane dall'inizio del nostro percorso Rijenera, percorreva 1 km senza dolore – dopo 3 mesi di esercizio fisico adattato percorre oggi 5 km al giorno, con i parametri del Parkinson stabilizzati e senza cure farmacologiche! Questa è la nostra mission assieme i miei trenta collaboratori: restituiamo sorriso e felicità alle 913 persone che, in questo ultimo anno, hanno condiviso con noi le loro storie, talvolta difficili, ma anche le loro vittorie, riacquistando una vita migliore!" Tutto questo, nel tempo, è diventato per Ketty uno stile di vita da perseguire con forza e ambizione: "Incoraggiare gli altri a stare meglio, motivarli e infine mostrare loro un percorso di salute o recupero è proprio quello che so fare meglio!".

But how has the world of health and well-being evolved? "People realized that physical activity was good for you. But it wasn't for everyone. Thus were born the Fitness centres... What is good for you is not good for me! And so, the figure of the Personal Trainer made its debut. But all this was not enough for the 14.1 million adults with chronic diseases and the almost 6 million children in Italy who are affected by them".

"To meet this health but also social need – she specifies – the Health Gyms and our 'Rijenera' format were born! With specific EFA and AFA methods and protocols, our Doctors in Sports Science with a Master's degree in preventive and adapted sports activity, support the recovery and stabilization of those who live with physical problems that also generate mental and relational discomfort. Monitored by the CRAM (Motor Activities Research Center), the statistics show visible and certain improvements, stabilizing the psychophysical condition and improving people's quality of life. Just think of Mrs. Cesarina, 76, who came to us in 2023 with chronic low back pain and a beginning of Parkinson's syndrome: experiencing back pain after only 5/10 minutes of walking. 5 weeks after the start of our Rijenera route, she was walking 1 km without pain – after 3 months of adapted physical exercise she now walks 5 km a day, with her Parkinson's parameters stabilized and without pharmacological treatment! This is our mission together with my thirty collaborators: let's give back a smile and happiness to the 913 people who, in this last year, have shared with us their stories, sometimes difficult, but also their victories, regaining a better life!" All this, over time, has become a lifestyle for Ketty to be pursued with strength and ambition: "Encouraging others to get better, motivating them and finally showing them a path to health or recovery is just what I do best!".



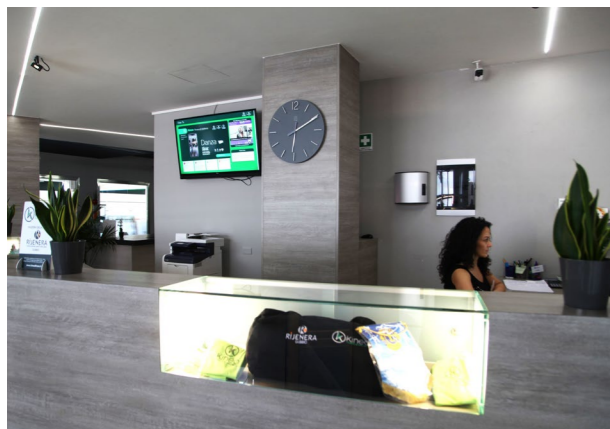
Debora Tedesco nella sala Pilates

L'amore per il benessere femminile si concretizza quando diventa educatrice perinatale diplomata presso il 'Movimento Internazionale Parto Attivo'. E Nel 2017 la passione si espande anche nello sport: prima come tecnico certificato e personal trainer posturale MSP, FBI (Fitness Best Innovations) e poi come responsabile commerciale e vicedirettrice dell'unica struttura in Umbria accreditata come 'Palestra della Salute Rijenera'. "In seguito all'epidemia la struttura chiude, e io decido di investire sulla mia crescita personale. Scelgo di farlo con Roberto Re e la sua Leadership School! Dal 2020 a tutt'oggi, il mio percorso formativo con HRD (Human Resource Development) come esperta in Management e Comunicazione è impegnativo e stupefacente a dir poco. Ed è stata davvero una svolta per la mia vita", ci racconta. Questa la sua storia recente, condensata in poche righe e raccontata dai suoi occhi vivi e sorridenti, che rendono le sue parole dei contenitori pieni di vita ed entusiasmo.

Her love for women's well-being became a perinatal educator with a diploma from the 'International Active Childbirth Movement'. And in 2017 the passion also expanded into sport: first as a certified technician and personal postural trainer MSP, FBI (Fitness Best Innovations) and then as sales manager and deputy director of the only facility in Umbria accredited as 'Rijenera Health Gym'. "Following the epidemic, the structure closed, and I decided to invest in my personal growth. I choose to do it with Roberto Re and his Leadership School! From 2020 to date, my training path with HRD (Human Resource Development) as an expert in Management and Communication is challenging and amazing to say the least. And it was really a turning point for my life," she tells us. This is her recent story, condensed in a few lines and told by his lively and smiling eyes, which make her words containers full of life and enthusiasm.



Lezione di aerobica



La reception del Centro Kinèo



Consulta tecnico per Ketty

Ma come è approdata qui a Gubbio la nostra Ketty? “La mia socia attuale, Debora Tedesco, ci chiese supporto per la sua attività qui in città. Accettai io di assumere il ruolo di amministratore unico e di management – mentre lei assunse la Direzione tecnica. È nato così tra di noi, naturalmente, un connubio che sprigiona forze ed energie tutte al femminile – che vanno oltre la comunicazione verbale. Lavoriamo in simbiosi, condividendo gli stessi valori fondanti e operativi: congruenza e coerenza, etica, entusiasmo e supporto reciproco”, aggiunge. L’unità di intenti e la specializzazione hanno permesso una notevole crescita dell’utenza che da 120 associati, come si diceva, nel giro di poco più di 2 anni è passata a oltre 900, con lo sviluppo di molteplici rami d’azienda che possiamo di seguito così semplificare:

- La Palestra della Salute Rijenera
- Lo Studio Pilates ed il settore olistico
- Fitness e calisthenics
- Indoor con il coordinamento di Marco Marsili
- La neocostituita squadra agonistica di boxe sotto la guida di Gianmarco Grassellini
- Kinèo Dance Academy diretta da Ketty Kostadinova in collaborazione con Lucia Mangoni e personale ausiliario per i servizi specifici: Rosanna Filipponi (danza classica), Emanuele Burrafato (danza contemporanea) e Taje Dhier (hip hop)
- Scienze Nutrizionistiche con la Dr.ssa Melissa Finali per un corretto stile di vita anche a tavola

But how did our Ketty land here in Gubbio? “My current partner, Debora Tedesco, asked us for support for her business here in the city. I agreed to take on the role of sole director and management – while she took over the technical direction. Thus, was born between us, and naturally, a union that releases all feminine forces and energies – which go beyond verbal communication. We work in symbiosis, sharing the same founding and operational values: congruence and consistency, ethics, enthusiasm and mutual support,” she adds. The unity of intent and specialization have allowed a significant growth in the number of users who from 120 members, as mentioned, in just over 2 years has gone to over 900, with the development of multiple business branches that we can simplify as follows:

- The Rijenera Health Gym
- The Pilates Studio and the holistic sector
- Fitness and calisthenics
- Indoor with the coordination of Marco Marsili
- The newly formed competitive boxing team under the guidance of Gianmarco Grassellini
- Kinèo Dance Academy directed by Ketty Kostadinova in collaboration with Lucia Mangoni and auxiliary staff for specific services: Rosanna Filipponi (classical dance), Emanuele Burrafato (contemporary dance) and Taje Dhier (hip hop)
- Nutritional Sciences with Dr. Melissa Finali for a correct lifestyle even at the table



Il movimento, elisir di salute e bellezza

La specializzazione del centro, dall’accoglienza iniziale alle attività singole è davvero importante ed è un altro elemento differenziante: “Dopo la prima valutazione eseguiamo test specifici, seguendo i protocolli ed il metodo di lavoro ‘Rijenera’ che individua l’origine della condizione e sviluppa soluzioni personalizzate, anche al fine di valutare la stabilizzazione delle condizioni fisiche acquisite, specie nel caso di malattie stabilizzate non trasmissibili come ad esempio il diabete, l’obesità, la fibromialgia, l’osteoporosi o le malattie cardiovascolari. Diamo soluzioni ad hoc per necessità e condizioni specifiche, attentamente valutate, e in tutto questo processo non manca mai il divertimento sia per i grandi che per i piccoli, precisa Ketty che prosegue: “Lavoriamo in team, costantemente per essere all’altezza delle nostre sfide poiché ritengo che non si possano gestire gli altri, se non si è in grado, in primo luogo, di gestire sé stessi!”.

Questo è decisamente un punto importante – che condivide pienamente – e che, mi permetto, rispecchia pienamente la carismatica personalità e la capacità di leadership di Ketty Kostadinova. Proprio un bell’incontro per Valley Life.

Progetti per il futuro?

“Vorremmo completare la nostra offerta con delle attività in acqua, finalizzate al progetto della Palestra della Salute Rijenera; per questo valutiamo delle collaborazioni anche a livello istituzionale nel territorio”, conclude.

The specialization of the centre, from the initial reception to individual activities is really important and is another differentiating element: “After the first evaluation we perform specific tests, following the protocols and the ‘Rijenera’ working method that identifies the origin of the condition and develops personalized solutions, also in order to assess the stabilization of the acquired physical conditions, especially in the case of stabilized non-communicable diseases such as diabetes, obesity, fibromyalgia, osteoporosis or cardiovascular disease. We give ad hoc solutions for specific needs and conditions, carefully evaluated, and throughout this process there is never a lack of fun for both adults and children, Ketty points out and she continues: “We work as a team, constantly to be up to our challenges because I believe that you cannot manage others, if you are not able, firstly, to manage yourself!”.

This is definitely an important point – which I fully agree with – and which, I would like to say, fully reflects Ketty Kostadinova’s charismatic personality and leadership skills. A really good meeting for Valley Life.

Plans for the future?

“We would like to complete our offer with water activities, aimed at the Rijenera Health Gym project; This is why we are also evaluating collaborations at an institutional level in the area,” she concludes.



Dalla sala pesi

Info
Kinèo Fitness&Wellness, Palestra della Salute ‘Rijenera’
 Via Don Giuseppe Diana C/O Centro Commerciale ‘I Tigli’, Gubbio (Pg)
 Tel. 075 9221244 / Whatsapp: 375 713530





La nuova stazione di servizio di Catria Energy a Gubbio

CATRIA ENERGY, A GUBBIO LA STAZIONE DI SERVIZIO DALL'ENERGIA GREEN

Catria Energy, the Green Energy Service Station in Gubbio

DI ISABELLA CECCARELLI

La nuova stazione di servizio di Gubbio affianca efficienza e sostenibilità ambientale, per offrire sempre ottime prestazioni.

Il legame e il rispetto del territorio accompagnano l'apertura della stazione di servizio a Gubbio di Catria Energy, con un marchio tutto rinnovato e che è lo specchio del core business e dell'impronta aziendale: le dimensioni importanti mantengono le basi di famiglia, per un lavoro snello ed efficiente, mettendo sempre al centro le persone e i valori, rispondendo sempre personalmente a qualsiasi esigenza.

Il cuore dell'azienda resta sempre Cagli, dove Catria Energy è nata nel 1976, ma con una precisa strategia di investimenti dei soci, la famiglia Giacomucci e Rosati Gregory, che puntano su importanti stazioni di servizio, dislocate lungo grandi arterie di comunicazione.

La visione chiara e precisa del futuro vede Catria Energy puntare sullo sviluppo della rete aziendale a fianco dell'innovazione tecnologica rivolta alla transizione ecologica, senza rinunciare alle alte performance e prestazioni dei motori.

I prezzi competitivi sul territorio affiancano l'offerta dei servizi: la benzina verde, il gasolio, diesel e metano, GPL, l-gnc, gnl, ma anche i più nuovi LNG (metano liquido) e HVO; quest'ultimo un carburante ottenuto al 100% da

The new petrol station in Gubbio combines efficiency and environmental sustainability, to always offer excellent services.

The bond and respect for the territory accompany the opening of the service station in Gubbio of Catria Energy, with a completely renewed brand that is the mirror of the core business and the company footprint: the important dimensions maintain the family bases, for lean and efficient work, always putting people and values at the centre, always responding personally to any need.

The heart of the company remains Cagli, where Catria Energy was founded in 1976, but with a precise investment strategy of the partners, the Giacomucci family and Rosati Gregory, who focus on important service stations, located along major communication roads.

The clear and precise vision of the future sees Catria Energy focus on the development of the company network alongside technological innovation aimed at the ecological transition, without sacrificing the high performance and performance of the engines.

Competitive prices in the area complement the offer of services: unleaded petrol, diesel, diesel and methane, LPG, l-cng, LNG, but also the newer LNG (liquid methane) and HVO; the latter is a fuel obtained from 100% renewable raw materials, which makes it possible to reduce carbon dioxide



Interno del bar dell'area di servizio Catria Energy di Gubbio

materie prime rinnovabili, che permette di ridurre dal 60 fino al 90% le emissioni di Anidride carbonica; un prodotto sempre più richiesto per i trasporti dalla grande distribuzione e che va a pesare sul bilancio di sostenibilità aziendale. "Mettiamo sempre molta cura a qualsiasi dettaglio in tutta la stazione di servizio - spiega Gregory Rosati -, dall'arredamento del bar o del ristorante, dalla cura all'ordine, fino alla pulizia di tutta l'area, delle pompe, come anche in terra, perché la bellezza deve accompagnare i servizi forniti al cliente, come anche a chi di passaggio ci vede dal finestrino", questi i loro punti di forza.

emissions from 60 to 90%; A product that is increasingly in demand for transport by large-scale distribution and which weighs on the company's sustainability report. "We always pay close attention to every detail throughout the service station - explains Gregory Rosati -, from the furnishings of the bar or restaurant, from the care to order, up to the cleaning of the whole area, of the pumps, as well as on the ground, because beauty must accompany the services provided to the customer, as well as to those passing by who see us from the window", These are their strengths.



Particolare del distributore benzina e diesel ecologico

Info
Catria Energy srl
S.S. 219 Km 20+600, Gubbio (Pg)
Tel. 075 610 3528



Colazione • Brunch • Aperitivo

Meeting & Congressi

Compleanni • Feste per bambini


CAFFÈ *del* **TEATRO**

GUBBIO
Via del Teatro Romano
+39 338 4835810



GB BARBER, L'ARTISTA BOHÉMIEN OLTRE LA TENDENZA

GB BARBER, the Bohemian artist beyond the trend

DI PAOLA BUTERA





Entriamo nel salone dallo stile minimale di Giordano Brunelli a Gubbio e scopriamo il successo di un giovane talento nelle sue parole.

Giordano, da dove viene questa tua passione per l'hairstyle, com'è iniziata la tua carriera?

Già da adolescente, quando mi divertivo a tagliare i capelli ai miei amici, sentivo questa mia passione. Poi la scelta, dopo il diploma, di frequentare "lo Hair Academy" a Gubbio, ha consolidato questo mio desiderio. All'Accademia ho avuto la fortuna di incontrare, Paolo Fermi, un insegnante con uno spiccato senso artistico che mi ha aiutato ad esprimere il mio talento creativo e riportarlo sia nell'estetica, creando uno stile proprio, sia nell'empatia, che mi aiuta a comprendere le persone che si affidano a me.

Dopo l'Accademia come ti sei approcciato al mondo del lavoro?

Ho iniziato con uno stage in un noto salone della zona che mi ha formato e dopo un anno ho avuto l'occasione di affiancare un barbiere a fine carriera con cui mi accordai per rilevare l'attività al suo ritiro. Era diverso da quello che avevo fatto fino a quel momento ma volevo mettermi in gioco e darmi più possibilità formandomi anche nel settore maschile. Dopo un anno, avvenne il passaggio di consegne e questa occasione mi ha dato la possibilità di interpretare la mia idea a 360°; cioè quella di rendere dinamico il mio lavoro anche spostandomi un po' in giro per il mondo per conoscere e assimilare i vari stili. L'intento era quello di creare intorno a me una visione completamente diversa da quella precedente.

We enter Giordano Brunelli's minimalist salon in Gubbio and discover the success of a young talent in his words.

Giordano, where does your passion for hairstyle come from, how did your career begin?

Even as a teenager, when I enjoyed cutting my friends' hair, I felt this passion of mine. Then the choice, after graduating, to attend "lo Hair Academy" in Gubbio, consolidated this desire of mine. At the Academy I was lucky enough to meet Paolo Fermi, a teacher with a strong artistic sense who helped me to express my creative talent and bring it back both in aesthetics, creating my own style, and in empathy, which helps me to understand the people who rely on me.

After the Academy, how did you approach the world of work?

I started with an internship in a well-known salon in the area that trained me and after a year I had the opportunity to work alongside a barber at the end of my career with whom I agreed to take over the business at his retirement. It was different from what I had done up to that moment, but I wanted to get involved and give myself more opportunities by training in the men's sector as well. After a year, the handover took place and this opportunity gave me the opportunity to interpret my idea at 360 °; that is, to make my work dynamic also by moving around the world to get to know and assimilate the various styles. The intent was to create a completely different vision around me from the previous one.



Giordano Brunelli e Giada Mazzoni



Com'è nato poi il brand GB BARBER e il nuovo salone?
 Nutrivo dentro di me l'esigenza di comunicare il messaggio: "Lei & Lui oltre la tendenza" che, dopo le esperienze passate, sentivo mi appartenesse. Volevo rompere le barriere dell'hairstyle classico e andare oltre, indipendentemente dal genere. Ho cercato una soluzione più consona per raggruppare sia la competenza tecnica che la creatività innata. Nel 2021, con tutte le difficoltà del momento, ho finalmente aperto il nuovo Salone GB Barber, coinvolgendo a fianco a me Giada Mazzoni, che si occupa prevalentemente della parte femminile.

How did the GB Barber brand and the new salon come about?
 I felt the need to communicate the message: "She & Him beyond the trend" which, after past experiences, I felt belonged to me. I wanted to break the barriers of classic hairstyle and go further, regardless of gender. I looked for a more suitable solution to bring together both technical competence and innate creativity. In 2021, with all the difficulties of the moment, I finally opened the new GB Barber Salon, involving Giada Mazzoni next to me, who mainly deals with the female part.



Ad oggi qual è l'evoluzione artistica che senti di aver raggiunto?

Appena aperto e conoscendo bene il territorio sapevo che sarebbe stato complicato riscuotere subito consenso da un piccolo centro come Gubbio. Poi sono arrivate le prime occasioni di grande richiamo. Nel 2022 sono stato chiamato a Sanremo SOL, una vetrina legata al Festival della Canzone Italiana, come Hair-stylist dei cantanti partecipanti. Nei due anni seguenti, sempre a Sanremo, ero nel team privato dei Cugini di Campagna. In seguito, si sono aperte altre porte: dalla musica, con il Wonderlast Music Festival, alle collaborazioni cinematografiche, come nel film girato in Umbria "L'età giusta", fino all'affiancamento per le sfilate e i set fotografici per la moda. Tutto questo mi ha fatto crescere nella comunicazione e nella creatività per cui oggi mi auguro possa continuare questo binomio tra il salone e gli eventi artistici.

Cosa vedi all'orizzonte per GB BARBER?

Adesso vorrei consolidare questa realtà creativa cercando di trasmetterla con naturalezza, attraverso la musica e l'arte, comunicando questo mio talento. Il successo è poter continuare a portare l'esperienza che assimilo nei miei viaggi e trasmetterla a mio modo qui, creando per i miei clienti uno stile unico partendo dai loro capelli.

To date, what is the artistic evolution that you feel you have achieved?

As soon as it opened and knowing the area well, I knew that it would be complicated to immediately gain consensus from a small town like Gubbio. Then came the first opportunities of great appeal. In 2022 I was called to Sanremo SOL, a showcase linked to the Italian Song Festival, as a hair-stylist for the participating singers. In the following two years, again in Sanremo, I was in the private team of the Cugini di Campagna. Later, other doors opened: from music, with the Wonderlast Music Festival, to film collaborations, as in the film shot in Umbria "L'età giusta", up to support for fashion shows and photo shoots. All this has made me grow in communication and creativity, so today I hope that this combination between the fair and artistic events can continue.

What do you see on the horizon for GB Barber?

Now I would like to consolidate this creative reality by trying to transmit it naturally, through music and art, communicating this talent of mine. Success is being able to continue to bring the experience I assimilate in my travels and transmit it in my own way here, creating a unique style for my clients starting from their hair.

Info
GB BARBER

Via Leonardo Da Vinci 26 C, Gubbio (Pg)
 Tel. 328 3929743
 giordano.brunelli25@gmail.com

PASSIONE CERAMICA

Passion for Ceramics

DI PAOLA BUTERA





Palette colori de La ceramica d'Italia

Le mille sfumature della creatività.

La storia della Ceramica d'Italia nasce dalla passione di due giovani, Elide e Sergio Mataloni, nel 1979 a Gualdo Tadino, nota come "la città della ceramica" che già si affermava con un importante polo industriale e con esperti artigiani. La loro produzione inizia in un piccolo laboratorio di poche centinaia di metri dove si realizza il semilavorato ceramico, per intenderci la base che viene inviata alle aziende che ne completano la rifinitura con smaltature e decorazioni. È stato così fino ai primi anni 2000 quando, con l'aumento delle richieste e dei clienti, l'azienda si espande e dal laboratorio si sposta a quello che oggi è lo stabilimento di 3000 mq nella zona Industriale nord di Gualdo Tadino. Oltre alla produzione dei semilavorati, realizzati maggiormente su disegno del committente, cresce nella mente dei due coniugi, il desiderio di creare delle linee complete anche della rifinitura. L'entrata in azienda dei tre figli, Christian, Leonardo e Manuela, spinge l'azienda verso un percorso nuovo e nascono così le prime collezioni per il mercato internazionale. La primissima è stata una commissione arrivata dagli Stati Uniti, che ha avuto un tale successo da portare tutta la famiglia a prendere la decisione di proseguire le due strade parallele: continuare la produzione dei semilavorati per le aziende acquisite nel tempo e creare le nuove collezioni aprendo al mercato sia italiano che estero. Questa evoluzione, insieme alla loro capacità e creatività, li porta a sperimentare nuovi settori tanto che, negli ultimi dieci anni, i maggiori brand internazionali per gli articoli della casa scelgono di affidarsi a loro. Aumenta anche il consenso in Italia con una rete commerciale, triplicando così l'offerta.

The thousand nuances of creativity.

The history of Ceramica d'Italia was born from the passion of two young people, Elide and Sergio Mataloni, in 1979 in Gualdo Tadino, known as "The city of ceramics" which was already establishing itself with an important industrial centre and expert craftsmen. Their production begins in a small workshop of a few hundred meters where the semi-finished ceramic product is made – to be more precise the base that is sent to the companies that complete the finishing with glazing and decorations. This was the case until the early 2000s when, with the increase in requests and customers, the company expanded and moved from the laboratory to what is now the 3000 square meter plant in the northern industrial area of Gualdo Tadino. In addition to the production of semi-finished products, made mostly according to the customer's design, the desire to create complete finishing lines also grew in the minds of the couple. The entry into the company of the three children, Christian, Leonardo and Manuela, pushes the company towards a new path and thus the first collections for the international market are born. The very first was a commission from the United States, which was so successful that the whole family took the decision to continue the two parallel paths: to continue the production of semi-finished products for the companies acquired over time and to create the new collections by opening up to both the Italian and foreign markets. This evolution, together with their ability and creativity, leads them to experiment with new sectors so much so that, in the last ten years, the major international



Sweet Ceramics - Le grandi ceramiche per la tua tavola



Collezione Tovaglia nella versione bianco-blu e bianco - rosso

La progettualità è alla base del servizio che la famiglia Mataloni offre a ristoranti, alberghi, grandi eventi e attività commerciali, mentre la vera forza dell'azienda si trova soprattutto nella versatilità con cui poter soddisfare la richiesta essendo autosufficiente in tutto il ciclo di produzione.

Le collezioni si dividono in quattro macroaree: casa, ristorazione, grandi eventi e outdoor. Per ognuna ci sono linee che si rifanno a vecchi decori, altre con uno stile essenziale oppure dall'elegante raffinatezza.

La trasformazione della ceramica tradizionale avviene aggiungendo ricercatezza, stile e design, cercando sempre la chiave per stupire con forme esclusive.

Una passione, quella per la ceramica, che dura da quarant'anni e che, nel tempo, ha dato spazio all'innovazione mantenendo intatto il valore della tradizione umbra, trasmettendola al mondo in nome della creatività e della bellezza.

brands for household items have chosen to rely on them. Consensus in Italy with a commercial network is also increasing, thus tripling the offer.

Planning is the basis of the service that the Mataloni family offers to restaurants, hotels, major events and commercial activities, while the real strength of the company lies above all in the versatility with which it can meet the demand by being self-sufficient throughout the production cycle. The collections are divided into four macro-areas: home, catering, major events and outdoor. For each there are lines that refer to old decorations, others with an essential style or elegant refinement.

The transformation of traditional ceramics takes place by adding refinement, style and design, always looking for the key to amaze with exclusive shapes.

A passion, that for ceramics, which has lasted for forty years and which, over time, has given space to innovation while keeping the value of the Umbrian tradition intact, transmitting it to the world in the name of creativity and beauty.



La ceramica d'Italia- I vasi della collezione Garden Pottery



Info

La Ceramica d'Italia SRL

Via Fontevole, 1

06023 Gualdo Tadino (Zona Ind. Nord)

Tel. 075 914016

info@laceramicaditalia.it

VALFABRICK, COSTRUIRE SOGNI

ValFabrick, Building Dreams

DI PAOLA BUTERA



Particolare vista dalla tribuna del Palio di Valfabbrica realizzato con le costruzioni LEGO

La conoscenza del territorio attraverso i mattoncini della LEGO.

Da quando Valfabbrica è diventata facilmente raggiungibile con la nuova superstrada, riesco a scoprire delle realtà tutt'altro che banali. Passeggiando per le vie adiacenti alla piazza principale, ad esempio, una piccola vetrina nasconde, dietro ad una insegna a neon verde, qualcosa che mi riporta indietro negli anni.

ValFabrick è l'idea che nasce da un bambino, Filippo, che amava giocare con i Lego. Si divertiva con le costruzioni e, a 16 anni, appena avuta l'occasione economica con il primo lavoro, va alla ricerca di pezzi pertinenti alle sue esigenze che spaziavano dalle serie tematiche dei Minifigures e i Supereroi della Marvel fino alla saga di Harry Potter.

The knowledge of the territory through LEGO bricks.

Since Valfabbrica has become easily accessible with the new highway, I have been able to discover realities that are anything but trivial. Walking through the streets adjacent to the main square, for example, a small window hides, behind a green neon sign, something that takes me back in time.

ValFabrick is the idea that comes from a child, Filippo, who loved to play with Lego. He enjoyed building and, at 16, as soon as he had the economic opportunity with his first job, he went in search of pieces relevant to his needs ranging from the thematic series of Minifigures and Marvel Superheroes to the Harry Potter saga.

Il LEGO è il fil rouge di questa storia, fatta di passione per il proprio territorio e di talento.

Oggi Filippo è un giovane imprenditore, ha rilevato la tabaccheria della mamma e ne ha fatto il suo business. Mantiene attivo il servizio della tabaccheria, la numero uno della città, ma ha riservato uno spazio a tutti gli appassionati di costruzioni LEGO con una fornitissima area dove intravedo personaggi della Disney e di Star Wars, autocarri e auto sportive e tra di loro anche i faccioni della Funko, i giochi da tavolo e i Pokemon. In zona non ce ne sono di così fornite, e Filippo ha corredoato la vendita sul posto con un e-commerce (www.valfabrick.com) per il pubblico appassionato sempre in cerca delle ultime novità.

"Il mondo dei LEGO non si rivolge solo ai bambini, anzi, trovo sia riduttivo" mi spiega "l'ho sempre ritenuto educativo e accende la creatività anche nei più grandi".

Poi continua: "Io, ad esempio, in un momento di noia, tre anni fa, utilizzando un programma della LEGO, ho iniziato un progetto per la realizzazione di una Moc (My own creation) LEGO, del Palio di Valfabbrica. Volevo onorare l'evento più importante della mia terra. Pensavo ad un risultato basilare e invece giorno dopo giorno continuavo a curare il dettaglio, inserire pezzi. Mi ci sono voluti tre anni per terminarlo."

Leggi negli occhi di Filippo tutta la soddisfazione e l'orgoglio di sentirsi parte di una comunità, contribuendo a suo modo alla conoscenza di questa parte di Umbria a lungo dimenticata. E ora, mentre la quotidianità lo impegna con la tabaccheria, lui sogna il prossimo set da progettare. Pensare ad un'altra costruzione da realizzare lo stimola, lo fa sentire allegro, perché in fondo, davanti ai mattoncini LEGO, torniamo tutti un po' bambini.

LEGO is the common thread of this story, made up of passion for one's territory and talent.

Today Filippo is a young entrepreneur, he took over his mother's tobacconist and made it his business. It keeps the service of the tobacconist active, the number one in the city, but has reserved a space for all LEGO construction enthusiasts with a well-stocked area where I can catch a glimpse of Disney and Star Wars characters, trucks and sports cars and among them also the faces of Funko, board games and Pokemon. There are no such ones in the area, and Filippo has accompanied the sale on the spot with an e-commerce (www.valfabrick.com) for the passionate public always looking for the latest news.

"The world of LEGO is not only aimed at children, on the contrary, I find it reductive" he explains to me "I have always considered it educational and ignites creativity even in the older ones".

Then he continues: "I, for example, in a moment of boredom, three years ago, using a LEGO program, I started a project for the creation of a LEGO Moc (My own creation), of the Palio di Valfabbrica. I wanted to honour the most important event in my land. I thought of a basic result and instead day after day I continued to take care of the detail, insert pieces. It took me three years to finish it." I read in Filippo's eyes all the satisfaction and pride of feeling part of a community, contributing in his own way to the knowledge of this long-forgotten part of Umbria. And now, while everyday life engages him with the tobacconist, he dreams of the next set to be designed. Thinking of another construction to be built stimulates him, makes him feel cheerful, because after all, in front of LEGO bricks, we all go back to being children.



Particolari in costruzioni Lego del Palio di Valfabbrica

Info

ValFabrick

Via Roma 25, Valfabbrica (Pg)

Tel. 333 8707966

berellinifilippo@gmail.com

www.valfabrick.com



Il giardino del Conte Fabiani



UN RISTORANTE DALLE NOBILI ORIGINI CHE RACCONTA UNA STORIA D'AMORE

A Restaurant with Noble Origins that Tells a Love Story

DI ISABELLA CECCARELLI

Al Conte Fabiani si 'mangiano' la storia e la cultura del territorio e si fanno esperienze professionali di alto livello.

Le origini nobili del Ristorante Conte Fabiani, a Gubbio, si respirano già dall'entrata dell'omonimo palazzo sito nella piazza principale della città, il panorama è di quelli mozzafiato, sia all'interno nelle ampie sale ricavate dalle cantine, che nel giardino, una corte esterna che spalanca il suo portone ai vicoli e ai ponti dell'Abbondanza; vedi sempre passare qualcuno e sei immerso nella vita quotidiana della cittadina medievale. Un edificio che sa raccontare anche tante storie d'amore, prima fra

At Conte Fabiani you 'eat' the history and culture of the area and gain high-level professional experience.

The noble origins of the Conte Fabiani Restaurant, in Gubbio, can already be breathed from the entrance of the building of the same name located in the main square of the city, the view is breathtaking, both inside in the large rooms obtained from the cellars, and in the garden, an external courtyard that opens its door to the alleys and bridges of the Abbondanza; You always see someone passing by and you are immersed in the daily life of the medieval town. A building that also knows how to tell

tutti quella della Contessa Eleonora Fabiani che, sposa dell'imprenditore Fagioli, perde il suo status di nobiltà. È Gaetano Esposito, il Moro di Gubbio, patron del ristorante - giovane e da ben 25 anni nella ristorazione - ad aver ritrovato tante lettere dei due innamorati, ed un vecchio ricettario di cucina scritto a mano, che sono diventati per lui una fonte di ispirazione che lo ha spinto a portare in tavola una scelta di Menù che sappia anche far ricordare la nobildonna e non raccontare solo un territorio. Qui non si racconta solo Gubbio, ma tanti territori, uniti in ogni piatto, dove materia, tecnica e cultura sono gli ingredienti principali e ogni pietanza è accuratamente raccontata da sua sorella Maria Concetta in sala, per mettere in rilievo tutto il valore peculiare, fatto di sostanza. Il cuoco è l'anima del ristorante, ma non il protagonista: la forza è data dalla sinergia e dalla flessibilità di tutto lo staff, tutta la sua famiglia che è fondamentale per accogliere e coccolare gli ospiti e regalare ogni volta un servizio impeccabile, anche verso i clienti abituali, di cui Gaetano conosce i gusti e regala alla scelta sempre qualcosa di nuovo.

Al ristorante Conte Fabiani, Gaetano rispetta la tradizione in tutto il suo significato letterale ed etimologico: tra-dire, quel consegnare oltre, mantenere intatte le radici profonde di senso ed espressione di valore sociale, legame con la terra; ma disattesa e tradita nelle azioni, nelle tecniche che regalano l'innovazione. Gli accostamenti delle materie prime che compongono il piatto, sono sempre studiate da Gaetano e devono rendere un risultato ben preciso in ogni minimo particolare; rinomati sono i suoi ingredienti segreti, uno per ogni preparazione che deve dare quel tocco di particolarità, di esserci senza farsi notare, un significante che va ad esaltare il piatto a volte in contrasto altre in abbinamento.

many love stories, first of all that of Countess Eleonora Fabiani who, wife of the entrepreneur Fagioli, loses her status of nobility. It is Gaetano Esposito, the Moro di Gubbio, owner of the restaurant - young and for 25 years in the restaurant business - who has found many letters from the two lovers, and an old handwritten cooking recipe book, which have become a source of inspiration for him that has prompted him to bring to the table a choice of menu that also knows how to remember the noblewoman and not just tell about a territory. Here we don't just tell Gubbio, but many territories, united in every dish, where matter, technique and culture are the main ingredients and each dish is carefully told by his sister, Maria Concetta in the room, to highlight all the peculiar value, made up of substance. The chef is the soul of the restaurant, but not the protagonist: the strength is given by the synergy and flexibility of all the staff, his whole family who is essential to welcome and pamper guests and give impeccable service every time, even towards regular customers, whose tastes Gaetano knows and always gives the choice something new.

At the Conte Fabiani restaurant, Gaetano respects tradition in all its literal and etymological meaning: tra-dire, that delivering beyond, keeping intact the deep roots of meaning and expression of social value, bond with the land; but disregarded and betrayed in the actions, in the techniques that give innovation. The combinations of the raw materials that make up the dish are always studied by Gaetano and must make a result very precise in every detail; its secret ingredients are renowned, one for each preparation that must give that touch of particularity, to be there without being noticed, a signifier that enhances the dish sometimes in contrast, others in combination.



Un viaggio sensoriale attraverso il mondo, attraverso prodotti accuratamente scelti: sono molti gli ingredienti del territorio che vedono co-protagonisti quelli di altre regioni, o nazioni: non solo proposte di carni locali, di tartufi accuratamente di stagione, ma anche il pesce, i crostacei, accompagnati spesso dal Burro salato di Bretagna.

La cucina si è fatta per lui una vera e propria passione infiltrata nel sangue, che lo porta a diventare un punto di riferimento per società che operano nella ristorazione a livello internazionale, con cui ha collaborato per diversi anni nella formazione di cuochi per la tradizione gastronomica italiana, viaggiando tra le cucine del mondo, in hotel, ristoranti e resort di lusso, che gli danno l'opportunità di farsi un bagaglio culturale e culinario importante.

Rivela una maturità che si percepisce fin da subito, già dai nomi delle proposte. Se la contessa Fabiani è la protagonista dei menù dell'osteria concettuale, i Capricci del Conte raccontano i viaggi dell'eugubino nel mondo proposti attraverso una tagliata di Chianina umbra con aragostella e salsa di burro con tartufo; il moro di Gubbio invece è l'alter ego di Gaetano. La scelta della carta dei vini ricade in etichette che non sono solo strettamente locali, ma sia regionali che nazionali, con bottiglie che sanno viaggiare tra l'Umbria e l'Italia, con il cuore rivolto alla Campania.

A sensory journey through the world, through carefully chosen products: there are many local ingredients that see those of other regions or nations as co-protagonists: not only proposals of local meats, carefully seasonal truffles, but also fish, shellfish, often accompanied by salted butter from Brittany.

Cooking has become a real passion for him infiltrated in his blood, which leads him to become a point of reference for companies operating in the restaurant industry at an international level, with which he has collaborated for several years in the training of chefs for the Italian gastronomic tradition, traveling through the kitchens of the world, in hotels, restaurants and luxury resorts, which give him the opportunity to acquire an important cultural and culinary baggage. It reveals a maturity that is immediately perceived, right from the names of the proposals. If the Countess Fabiani is the protagonist of the menus of the conceptual tavern, the Capricci del Conte tell the story of the Gubbio people's travels around the world proposed through a sliced Umbrian Chianina with lobster and butter sauce with truffles; The Moor of Gubbio, on the other hand, is Gaetano's alter ego. The choice of the wine list falls on labels that are not only strictly local, but both regional and national, with bottles that know how to travel between Umbria and Italy, with their hearts turned to Campania.



Gaetano e Maria Concetta Esposito

Prima di iniziare a cucinare deve conoscere la storia del luogo, le origini dei piatti tradizionali anche regionali, che tradisce attraverso innovazioni continue, incursioni di consuetudini e modi di fare che vengono da lontano. E portano Gaetano lontano: Nel 2022 il Conte Fabiani è stato scelto da Alessandro Borghese per la trasmissione 4 Ristoranti, dove il Moro di Gubbio si fa notare e viene chiamato per altri programmi.

Una mente vivace e frizzante, perfezionista, sempre all'opera tra i fornelli per creare proposte che sono espressione della sua personalità e di tutta la sua esperienza, che sanno sempre farsi ricordare, ma che soprattutto, sono in grado di mediare una cultura dal respiro ampio e aperto, capace di andare oltre una tradizione in senso stretto e solo locale, senza perdere mai di vista il territorio e le stagioni che diventano la base su cui forgiare l'ispirazione di ogni proposta.

Before starting to cook, he must know the history of the place, the origins of traditional dishes, including regional ones, which he betrays through continuous innovations, incursions of customs and ways of doing things that come from afar. And they take Gaetano far: In 2022 Count Fabiani was chosen by Alessandro Borghese for the broadcast 4 Restaurants, where the Moro di Gubbio stands out and is called for other programs.

A lively and bubbly, perfectionist mind, always at work in the kitchen to create proposals that are an expression of his personality and all his experience, which always know how to be remembered, but above all, are able to mediate a culture with a broad and open scope, capable of going beyond a tradition in the strict sense and only local, without ever losing sight of the territory and the seasons that become the basis on which to forge the inspiration of each proposal.



I cappellacci del Conte, la norcina a colori;
pasta ripiena di ricotta e caciotta di Colfiorito, su crema norcina Fabiani

Info
Ristorante Conte Fabiani
 Piazza Quaranta Martiri 24, 26B / Gubbio (Pg)
 Tel. 075 842 5542
 Chiuso il martedì



Baccalà alla maniera del Moro di Gubbio, con broccolo e papacella (peperone in agrodolce)
 piatto scelto da 4 ristoranti di Alessandro Borghese



I capricci di Gaetano il mare che incontra Gubbio - aragostella con tagliata di manzo burro e tartufo

GOLOSITÀ UMBRE, IL SAPORE DELLA GENUINITÀ

Golosità Umbre, the Taste of Genuine Food

DI PAOLA BUTERA



Gnocchi di patate al ragù d'agnello in bianco

Dal banco alla tavola per sentirsi a casa.

Sulla vecchia Via Eugubina che da Branca porta a Fossato di Vico, negli anni 60 nasceva il caseificio sociale CAMAU (Cooperativa Agricola Montana Alta Umbria) che per oltre quarant'anni ha servito la zona con i suoi prodotti caseari locali. Con l'avvento degli anni 2000, Silvia e Marcello, due fratelli nati e cresciuti nel territorio, rilevano l'azienda mantenendo lo spaccio aziendale che, dopo tre anni, aumenta l'offerta con la vendita di frutta e verdura, carni pregiate, una selezione di salse tartufate e le strenne natalizie. Tutti prodotti che provengono da piccoli produttori locali. La passione e l'attaccamento alle origini sono alla base dell'evoluzione di Golosità Umbre, una bottega dal sapore autentico dove fermarsi e rifornirsi delle migliori specialità del posto.



Lombata di Vitellone, frollatura 70 giorni

Tre anni fa Silvia e Marcello, forti della richiesta di piatti pronti, coltivano il desiderio di ampliare gli spazi e di creare una sala adiacente per dare un servizio maggiore ai clienti. L'attività di ristorazione prende il via dopo una accurata ristrutturazione e oggi, durante i giorni feriali, chi è di passaggio o si reca in bottega per fare spesa, può fermarsi a pranzo in questa bella sala luminosa e arredata con gusto.

"E' una ristorazione genuina" ci tiene a precisare Silvia "creata con gli stessi prodotti interni al negozio. La mattina iniziamo componendo il menù davanti a un buon caffè, controlliamo gli arrivi del giorno cercando ogni volta di creare dei piatti che riportano alla tradizione contadina delle nostre famiglie. Come succedeva una volta, che si cucinava con quello che la terra ci offriva".

La lavagna posta all'ingresso anticipa il Menù del giorno, sempre diverso. Ad esempio, tra i primi ci sono sempre due o tre tipi di pasta artigianale, selezionata tra i migliori fornitori del territorio, con i condimenti che si possono scambiare. E poi c'è la carne, da scegliere direttamente al banco: tagliata, fiorentina, lombata, tutte di altissima

From the counter to the table to feel at home.

On the old Via Eugubina that leads from Branca to Fossato di Vico, in the 60s the social dairy CAMAU (Cooperativa Agricola Montana Alta Umbria) was born, which for over forty years served the area with its local dairy products. With the advent of the 2000s, Silvia and Marcello, two brothers born and raised in the area, took over the company maintaining the company shop which, after three years, increased the offer with the sale of fruit and vegetables, fine meats, a selection of truffle sauces and Christmas gifts. All products that come from small local producers. Passion and attachment to the origins are the basis of the evolution of Golosità Umbre, a shop with an authentic flavour where you can stop and stock up on the best local specialties.



Fratelli, Silvia e Marcello

qualità e dai nomi delle razze inconfondibili, Limousine e Charolais. Tutto è espresso e Silvia spiega, con la sua grazia, la differenza tra un taglio e l'altro, consigliando sulla scelta. In cucina, Marcello predispone la griglia, il cuoco Marco dirige e prepara primi e dolci della tradizione, mentre Sara si occupa delle verdure che trova disponibili al banco, rigorosamente di stagione. C'è una bella varietà tra cui scegliere e le cucine in vari modi: gratinate, arrostite, grigliate. Cotture semplici che esaltano il gusto dei prodotti genuini, proprio come a casa. Nella sala, disposti a vista, un'accurata selezione di vini (127 etichette) tra cui scegliere, molti vini locali e qualche produttore fuori zona. Ci sono poi i riti che mantengono viva la tradizione come il 'Giovedì gnocchi' - giorno dedicato per antonomasia, che si celebra tutte le settimane.

counter: tagliata, fiorentina, lombata, all of the highest quality and with the names of the unmistakable breeds, Limousine and Charolais. Everything is cooked espresso and Silvia explains, with her grace, the difference between one cut and another, advising on the choice.

In the kitchen, Marcello prepares the grill, the chef Marco directs and prepares traditional first courses and desserts, while Sara takes care of the vegetables that she finds available at the counter, strictly in season. There is a nice variety to choose from and he cooks them in a variety of ways: au gratin, roasted, grilled. Simple cooking that enhances the taste of genuine products, just like at home. In the room, arranged in view, a careful selection of wines (127 labels) to choose from, many local wines and some producers from outside the area.

Three years ago Silvia and Marcello, strengthened by the demand for ready meals, cultivated the desire to expand the spaces and create an adjacent room to give greater service to customers. The restaurant business kicks off after a careful renovation and today, during the weekdays, those who are passing through or go to the shop to do some shopping, can stop for lunch in this beautiful bright and tastefully furnished room.

"It is a genuine restaurant" Silvia is keen to point out "created with the same products inside the store. In the morning we start by composing the menu in front of a good coffee, we check the arrivals of the day trying each time to create dishes that bring back the peasant tradition of our families. As it used to be, that we cooked with what the land offered us".

The blackboard placed at the entrance anticipates the menu of the day, always different. For example, among the first courses there are always two or three types of artisanal pasta, selected from the best suppliers in the area, with the condiments that can be exchanged. And then there is the meat, to be chosen directly at the



Carne salada maturata sottovuoto con spezie miste e contorno di verdure fresche grigliate

Il non plus ultra sono, infatti, gli gnocchi al ragù d'agnello in bianco oppure, nella stagione estiva al ragù di cinghiale con tartufo scorzone. Golosità Umbre è diventato un luogo d'incontro: mangi il piatto del giorno, scambi due parole con gli amici, fai la spesa e ti arricchisci dei racconti di chi ha vissuto il cambiamento e ne ha fatto una risorsa, raccogliendo la richiesta e facendone un'opportunità.

Then, there are the rituals that keep the tradition alive such as 'Gnocchi Thursday' – a dedicated day par excellence, which is celebrated every week. The nonplus ultra are, in fact, gnocchi with lamb ragout in white or, in the summer season, with wild boar ragout with scorzone truffle. Golosità Umbre has become a meeting place: you eat the dish of the day, exchange a few words with friends, do the shopping and you are enriched by the stories of those who have experienced change and have made it a resource, collecting the request and making it an opportunity.



Il banco gastronomia all'interno del negozio alimentare

Info
Golosità Umbre
Via Eugubina 45, Fossato di Vico (Pg)
Tel 339 2346870
(È consigliata la prenotazione)



Colpo d'occhio sulla saletta ristorante

TRA MISERIA E NOBILTÀ: I VALORI DELLA MACELLERIA DI QUARTIERE DI LUIGI

Between Misery and Nobility: The Values of Luigi's Neighbourhood Butcher's Shop

DI ISABELLA CECCARELLI

MACELLERIA



MISERIA & NOBILTÀ



Luigi e il prosciutto stagionato 36 mesi

La storia tutta di famiglia dove la ricerca della qualità fa rima con la genuinità dei suoi prodotti: una bottega che è anche un punto d'incontro.

Una macelleria di famiglia, Miseria e Nobiltà di Luigi Cesaro, nata proprio per offrire alla città i sapori e la genuinità di carni del territorio, con l'obiettivo ben preciso di proporre solo qualità, capi scelti e selezionati all'origine. Da Caserta a Gubbio per lavoro, le sue mani trattano da sempre la materia più nobile e i coltelli affilati della sua macelleria – che con il nome vuole ripercorrere tutta una vita e il legame con le radici napoletane, primo simbolo su tutti, Totò, ma anche l'arte del buon vivere che il cibo sa dare. In breve tempo è diventato il punto di riferimento del suo quartiere, alla periferia del Centro storico di Gubbio, conosciuto e scelto per la qualità proposta.

Incontro Luigi davanti all'entrata della sua bottega, sempre indaffarato a servire, non mancano mai due chiacchiere, anche confidenziali “dopo tanto lavoro e dedizione, vedi che sono proprio i clienti che garantiscono il futuro, che portano in tavola il cibo buono, quello che ancora è legato alla tradizione e ai ricordi, a quello che è un gusto originario, vero, sano e pulito – racconta Luigi Cesaro – un attaccamento alle cose genuine da trasmettere alle nuove generazioni”.

Oggi la carne non è più un lusso, il vero lusso è diventata la qualità, il rapporto con il prezzo e le scelte di chi compera. Ed è proprio qui che Luigi infilza il suo coltello: la qualità senza compromessi e la sua mania di trovare sempre il meglio; è questo il punto di forza, il valore personale da trasmettere ai clienti, senza sconti. Il rispetto per chi si serve da lui che diventa rispetto per tutta la filiera

The family story where the search for quality rhymes with the genuineness of its products: a shop that is also a meeting point.

A family butcher's shop, Miseria e Nobiltà di Luigi Cesaro, created precisely to offer the city the flavours and genuineness of local meats, with the very specific aim of offering only quality, garments chosen and selected at origin. From Caserta to Gubbio for work, his hands have always dealt with the noblest material and the sharp knives of his butcher's shop – which with the name wants to retrace a whole life and the link with the Neapolitan roots, the first symbol above all, the actor Totò, but also the art of good living that food can give. In a short time he became the reference point of his neighbourhood, on the outskirts of the historic centre of Gubbio, known and chosen for the quality offered.

I meet Luigi in front of the entrance of his shop, always busy serving, there is never a lack of chat, even confidential “after so much work and dedication, you see that it is precisely the customers who guarantee the future, who bring good food to the table, what is still linked to tradition and memories, to what is an original taste, true, healthy and clean – says Luigi Cesaro – an attachment to genuine things to be passed on to the new generations”.

Today meat is no longer a luxury, the real luxury has become quality, the relationship with price and the choices of those who buy. And it is precisely here that Luigi pierces his knife: uncompromising quality and his mania for always finding the best; This is the strength, the personal value to be transmitted to customers, without discounts. Respect for those who serve him becomes

della produzione. Passione ed esperienza ventennale si riversano sulle scelte; ecco quindi che, quando non è in bottega, lo trovi in giro per gli allevamenti che scruta con occhio esperto le caratteristiche e le pezzature dei bovini, e il benessere degli animali. Non gli sfugge niente, neanche l'attenzione maniacale alla presentazione del banco di vendita. Il suo è un vero culto di riportare alla memoria la verità di un prodotto fatto bene, che segue criteri giusti e corretti, quello che ha un sapore unico.

Una vera e propria bottega di quartiere, non solo macelleria, quelle di una volta, con tutti i prodotti di prima necessità, perché come afferma lui, piccolo non significa per forza caro: nel piccolo ci sono grandi scelte e in modo particolare, l'onestà e il rispetto. Da qui la predilezione delle carni del territorio perché riesce di persona a conoscere gli allevatori, senza puntare a razze particolari, soprattutto per restare concorrenziali.

Una missione vera e propria questa di Luigi, che ha contagiato sua moglie Anna, e il figlio maggiore Umberto che ha voluto seguire le orme del padre; gli altri quattro figli sono ancora troppo piccoli; ma trovi suo padre seduto ad osservare che tutto proceda bene.

La sua passione ha origini lontane, nei sapori autentici con i quali è cresciuto; i ricordi di bambino, con il viso appiccicato alla vetrina del salumiere e gli occhi che scrutavano già i ferri del mestiere tanto sconosciuto quanto affascinante e misterioso.

Nel suo negozio la qualità fa sicuramente rima con bontà e nobiltà del prodotto, il buono che è la base fondamentale di un'alimentazione quotidiana che diventa anche salutare.

respect for the entire production chain. Passion and twenty years of experience pour into the choices; So, when he is not in the shop, you can find him around the farms scrutinizing with an expert eye the characteristics and sizes of the cattle, and the welfare of the animals. Nothing escapes him, not even the obsessive attention to the presentation of the sales counter. His is a true cult of bringing back to memory the truth of a product done well, which follows fair and correct criteria, the one that has a unique flavour.

A real neighborhood shop, not just a butcher's shop, those of the past, with all the basic necessities, because as he says, small does not necessarily mean expensive: in the small there are great choices and in particular, honesty and respect. Hence the predilection for local meats because he is able to get to know the breeders in person, without aiming for particular breeds, above all to remain competitive.

Luigi's mission was a real one, which 'infected' his wife Anna, and his eldest son Umberto who wanted to follow in his father's footsteps; the other four children are still too young; but you find your father sitting and watching that everything is going well. His passion has distant origins, in the authentic flavours with which he grew up; the memories of a child, with his face stuck to the butcher's window and his eyes already scrutinizing the tools of the trade as unknown as it was fascinating and mysterious.

In his shop, quality certainly rhymes with the goodness and nobility of the product, the good that is the fundamental basis of a daily diet that also becomes healthy. Here, then,



Il pregiato taglio alla Fiorentina di un vitello di alta qualità



Tagliere con selezione norcina e caciotta, fresca e stagionata

Ecco, quindi, tutte le attenzioni possibili che partono dalla scelta degli allevamenti migliori, che poi nel banco rendono il colore delle carni unico, una frollatura lunga che diventa essenziale per esaltare il sapore, ottenuto con un'alimentazione sana e corretta. La selezione accurata dei salumi, con il prosciutto che deve esser stagionato almeno 36 mesi; ogni prodotto prima di essere venduto è sempre assaggiato e valutato attraverso i suoi parametri fondamentali, fatti di esperienza norcina, scegliendo solo piccole aziende quanto più possibile locali; i formaggi sono sia freschi che stagionati, e da buon napoletano, non può certo mancare la mozzarella di bufala, il fior di latte, ma anche la burrata; tanti altri prodotti in vaso ci ricordano i gusti delle conserve, dei sottoli e sottaceti dell'estate e del sud. Attento alle esigenze locali, ha messo a punto una ricetta tutta sua per la porchetta, che troviamo qui sempre calda e profumata: tra la concia e la cottura si muove come uno speziale, dosa perfettamente la grammatura del sale, del pepe e delle spezie, e un segreto che non svelerà mai; accenna solo all'utilizzo del finocchio selvatico. Ma poi, è tutta un'alchimia, un insieme ben preciso e sempre corretto di fare le cose.

Tanti i progetti per il futuro, soprattutto quello di portare sapori e ricette della sua terra, e magari farli affinare in una cella di stagionatura che vada ad ampliare il laboratorio di lavorazione.

Un segreto lo svela, ma proprio alla fine: ogni giorno che passa, per lui è sempre il primo giorno.

are all the possible attentions that start from the choice of the best farms, which then make the colour of the meat unique on the counter, a long maturation that becomes essential to enhance the flavour, obtained with a healthy and correct diet. The careful selection of cured meats, with the ham that must be aged for at least 36 months; before being sold, each product is always tasted and evaluated through its fundamental parameters, made up of butchery experience, choosing only small companies that are as local as possible; The cheeses are both fresh and aged, and as a good Neapolitan, you certainly cannot miss buffalo mozzarella, fior di latte, but also burrata; Many other products in jars remind us of the tastes of preserves, pickles of the summer and Southern Italy. Attentive to local needs, he has developed his own recipe for porchetta, which we find here always hot and fragrant: between curing and cooking he moves like an apothecary, perfectly dosing the weight of salt, pepper and spices, it is a secret that he will never reveal; he only mentions the use of wild fennel. But then, it's all an alchemy, a very precise and always correct set of doing things.

There are many plans for the future, especially that of bringing flavours and recipes from his land, and perhaps having them aged in a maturing cell that will expand the processing laboratory.

He reveals a secret, but right at the end: every day that passes, for him it is always the first day.



I panini farciti con prosciutto e formaggio pecorino, i salumi selezionati da Luigi

Info

Macelleria Miseria & Nobiltà

Pronto e cuoci, gastronomia, salumeria

Cell. 331 3194876

Tel. 075 5458722

WhatsApp 379 2134320



CANTINA BRUGNONI, L'ESPERIENZA CHE VALE UNA SOSTA DI DEGUSTAZIONE

Brugnoni Winery, the Experience That Is Worth a Tasting Stop

DI ISABELLA CECCARELLI



L'espressione unica dei vini della Cantina Brugnoni è uno specchio di autenticità, identità di famiglia e territorio.

The unique expression of the wines of the Brugnoni Winery is a mirror of authenticity, family identity and territory.



Degustazione in terrazza - ©Cantina Brugnoni

La terrazza, con vista sulle vigne e, a perdita d'occhio sulla campagna umbra; una sala degustazione nella vecchia stalla del casolare antico, che ospita anche la cantina storica, è parte integrante della sosta gustativa da fare qui nella cantina Brugnoni. Una visita in cantina e nel vigneto vecchio, accompagnano calici ricchi di storia di vini unici da degustare, accompagnati con i prodotti dell'azienda agricola, per riportare a casa non solo qualche bottiglia, ma un'esperienza unica.

The terrace, overlooking the vineyards and, as far as the eye can see, the Umbrian countryside; a tasting room in the old stable of the old farmhouse, which also houses the historic cellar, is an integral part of the taste stop to be made here in the Brugnoni winery. A visit to the cellar and the old vineyard, accompanied by glasses rich in history of unique wines to be tasted, accompanied with the products of the farm, to bring home not only a few bottles, but a unique experience.



Tramonto in vigna - ©Cantina Brugnoni

Le scelte enologiche di Enrico sono precise; un po' enologo e agronomo, con le sorelle, il fratello e i cugini sono la giovane quarta generazione che continua una tradizione mai interrotta: vogliono portare nei vini tutta l'autenticità di espressione del vitigno, del territorio e delle stagioni, raccontando la storia di famiglia lunga più di un secolo. Uve caratteristiche di Grechetto, Trebbiano, Malvasia, Sangiovese, nella vigna vecchia di oltre 50 anni, si accostano ai nuovi impianti di Chardonnay, Merlot e Cabernet Sauvignon per dare vita a sette diversi vini tra blend e in purezza, giovani e di lungo affinamento. Le stagioni diventano la guida che esalta la natura; i lieviti esclusivamente indigeni, fermentazioni accuratamente controllate; maturazioni e affinamento solo in acciaio e vasche di cemento. Tanta sperimentazione per raggiungere risultati ottimali, seguendo sempre la stessa filosofia, di piegarsi alle esigenze della natura, conciliando tradizione e innovazione nel rispetto del vino. L'autenticità dei vini è il biglietto da visita della Cantina Brugnoni, ogni etichetta ha un carattere e una personalità, forte e decisa, che li contraddistingue. Le mani di Enrico sono quelle di un artigiano, abituato a lavorare la materia, con professionalità, tecnica e tecnologia.

Enrico's oenological choices are precise; A bit of an oenologist and agronomist, with his sisters, brother and cousins, they are the young fourth generation that continues a tradition that has never been interrupted: they want to bring all the authenticity of expression of the grape variety, the territory and the seasons into the wines, telling the family history of more than a century. Characteristic grapes of Grechetto, Trebbiano, Malvasia, Sangiovese, in the vineyard over 50 years old, are combined with the new plantings of Chardonnay, Merlot and Cabernet Sauvignon to give life to seven different wines between blends and pure, young and long aging. The seasons become the guide that enhances nature; exclusively indigenous yeasts, carefully controlled fermentations; maturation and aging only in steel and concrete tanks. A lot of experimentation to achieve optimal results, always following the same philosophy, of bending to the needs of nature, reconciling tradition and innovation while respecting wine. The authenticity of these wines is the calling card of the Brugnoni Winery, each label has a strong and decisive character and personality that distinguishes them. Enrico's hands are those of a craftsman, accustomed to working with the material, with professionalism, technique and technology.



Degustazione in cantina - ©Cantina Brugnoni



I tre vini che rappresentano la cantina Brugnoni, il bianco, il rosso e il rosato ©Cantina Brugnoni

Info Brugnoni

società agricola semplice
Str. Colomba Pecorari 1, Perugia
Tel. 075 6910500 / 075 6919658
brugnoni@brugnoniagricola.it
www.brugnoniagricola.it



NEL MONDO DEL VINO CON LA BOTTIGLIERIA BARBAROSSA

In the World of Wine with Bottiglieria Barbarossa

DI ISABELLA CECCARELLI

Siamo a Valfabbrica, Massimiliano ci fa vivere una dimensione quasi dimenticata nella pace della natura incontaminata.

Un poco enoteca, un poco vineria, Massimiliano è il cuore e l'anima del locale, La Bottiglieria Barbarossa, nel centro del borgo medievale di Valfabbrica, vicino alla storica piazza e alla torre; insomma, un cognome che è anche un legame storico importante. Noti subito questo posticino, con le sue caratteristiche particolari, un arredamento tutto in legno, che lascia spazio all'essenziale: le bottiglie di vino e gli amici, che con la bella stagione possono accomodarsi anche fuori all'ombra e vivere l'esperienza di uno scorcio nella storia. I tavoli sono grandi, da condividere, e non

We are in Valfabbrica, Massimiliano makes us experience an almost forgotten dimension in the peace of unspoiled nature.

A little wine shop, a little winery, Massimiliano is the heart and soul of the restaurant, La Bottiglieria Barbarossa, in the centre of the medieval village of Valfabbrica, near the historic square and the tower; In short, a surname that is also an important historical link. You immediately notice this little place, with its characteristics, an all-wooden furniture, which leaves room for the essentials: bottles of wine and friends, who in the summer can also sit outside in the shade and experience a glimpse into history. The tables are large, to be shared, and there is also a table for

manca un tavolino per qualche solitario che lavora al pc, o legge un libro accompagnato da un buon calice. Che sia bianco o rosso, bollicina o fermo, tenendo uno spazio anche ai rosati, Massimiliano ti accompagna con un buon tagliere di prodotti delle nostre terre, selezionato con cura e competenza. Sì, perché 31 anni di lavoro nel settore, anche in strutture di altissimo livello, sia in Umbria che in Trentino, di cui è innamorato, corsi di specializzazione e attestato da sommelier, lo hanno portato a dar vita alla sua passione e ad esprimere la sua visione della vita attraverso la bottigliera.

Una qualità che si riscontra nella scelta delle etichette di piccoli produttori, che lavorano con coscienza e hanno un forte legame con il territorio, ma anche grandi aziende che fanno scelte di rispetto; prima di tutto le storie dei vignaioli da raccontare attraverso il loro vino: sperimentazioni, incursioni, testardaggini, sono tra i sentimenti che maggiormente affiorano e danno carattere.

Per lui il vino è un'emanazione, un prolungamento del vignaiolo perché proprio come lui, fa quello che gli piace. Appassionato arciere, con il suo arco storico, possiamo dire che ha centrato in pieno il suo stile di vita, apprezzato da tutti i suoi visitatori: "nessuno è mai uscito scontento da qua, e ne sono felice".

Una chiacchierata con lui ti fa dimenticare il tempo che scorre. Innamorato del Trentino e delle sue montagne, i panorami di Valfabbrica proprio là lo riportano e gli fanno sentire un po' meno la nostalgia. C'è un problema, tra un vino e una fetta di prosciutto, dovrò imparare a tirare con l'arco!

some solitary people who work on the PC, or read a book accompanied by a good glass.

Whether it is white or red, sparkling or still, keeping a space also for rosés, Massimiliano accompanies you with a good platter of products from our lands, selected with care and competence. Yes, because 31 years of work in the sector, even in top-level facilities, both in Umbria and Trentino, with which he is in love, specialization courses and sommelier certificates, have led him to give life to his passion and to express his vision of life through bottle making.

A quality that can be found in the choice of labels from small producers, who work with conscience and have a strong bond with the territory, but also large companies that make respectful choices; First of all, the stories of the winemakers to be told through their wine: experimentation, incursions, stubbornness, are among the feelings that most surface and give character. For him, wine is an emanation, an extension of the winemaker because just like him, he does what he likes. A passionate archer, with his historical bow, we can say that he has fully centred his lifestyle, appreciated by all his visitors: "no one has ever left here unhappy, and I am happy about it".

A chat with him makes you forget the passing of time. In love with Trentino and its mountains, the views of Valfabbrica right there bring him back and make him feel a little less nostalgic. There is a problem, between a wine and a slice of ham, I will have to learn to shoot with the bow!



Massimiliano Barbarossa



Info
Bottigliera Barbarossa
 di Barbarossa Massimiliano
 Via degli Olivi 1/B, Valfabbrica (Pg)
 Tel. 348 7923657
 Chiuso il martedì



L'antico casale di Poggio Paradiso

POGGIO PARADISO, UN SOGNO AMERICANO IN TOSCANA

Poggio Paradiso, an American dream in Tuscany

DI SIMONE BANDINI

Mentre una mattina di inizio giugno passo in rassegna, distrattamente, la messe di mail nel mio portatile, mi imbatto nel messaggio formale ed entusiasta di Chris Romani – che mi invita a visitare 'Poggio Paradiso', struttura ricettiva recentemente ristrutturata sui contrafforti collinari che sovrastano Torrita di Siena, lungo la direttrice che conduce a Pienza e in Valdorcia: "Vieni da noi, vorrei che vedessi e toccassi con mano la cura e l'amore che abbiamo messo nel nostro progetto, al quale ci siamo completamente dedicati".

Non posso che accettare l'invito. È venerdì sera, al culmine di una lunga e faticosa settimana di lavoro. Decido comunque di partire, in buona compagnia, alla volta della Valdichiana.

Superato il borgo medievale di Torrita si è già fatto buio. I bagliori della pianura si disperdono nelle sagome scure dei boschi, una volta lasciati i campi a foraggio e le sinuose geometrie dei vigneti. Questo mio viaggio all'inizio della notte mi affascina e restituisce le energie perdute.

Ci accoglie con innato savoir faire l'hotel manager Luigi Vecchione. Una dote che si ha, oppure no.

While one morning at the beginning of June I am absent-mindedly going through the mass of emails on my laptop, I come across the formal and enthusiastic message from Chris Romani – who invites me to visit 'Poggio Paradiso', a recently renovated accommodation facility on the hilly spurs overlooking Torrita di Siena, along the road that leads to Pienza and Valdorcia: "Come to us, I would like you to see and touch the care and love that we have put into our project, to which we have completely dedicated ourselves."

I can only accept the invitation. It's Friday night, the end of a long and tiring week of work. However, I decide to leave, in good company, for the Valdichiana.

After passing the medieval village of Torrita it is already dark. The glow of the plain is dispersed in the fading silhouettes of the woods, once you leave the forage fields and the sinuous geometries of the vineyards. This journey of mine at the beginning of the night fascinates me and restores my lost energies.

We are welcomed with innate savoir faire by the hotel manager Luigi Vecchione.



Vista sensazionale sui colli toscani

Ci accompagna alla nostra suite, 'Sangiovese', una stanza da letto monumentale, arredata in stile internazionale e ad alto contenuto tecnologico, con spazi e complementi funzionali che si integrano perfettamente con le finiture tradizionali in cotto, legno e pietra.

Una doccia rigenerante nella grande stanza da bagno, con un meraviglioso set da bagno che distilla i profumi di Toscana – ed è già tempo di coricarsi. La notte e il sonno scendono leggeri su di noi, addormentati come due sovrani rinascimentali su un infinito queen size.

Mi sveglio presto, come sempre. Ho lasciato la tenda appena scostata e la finestra leggermente aperta per destarmi con la luce, nel modo più naturale possibile. I canti degli usignoli, melodiosi e malinconici nella notte profonda, hanno lasciato il posto alle effusioni d'amore di una coppia di tortore, poi ai richiami di una ballerina bianca e ai voli radenti di merli e passeri domestici – che schioccano e cinguettano come un tempo, sulle acacie che ombreggiano il casolare annunciano il giorno.

Sappiamo che in una delle otto suite della tenuta, ci ha tenuto compagnia Tim Romani, proprietario di Poggio Paradiso e fratello maggiore di Chris. È giunto apposta da Chicago – con un viaggio lampo di giusto un paio di giorni – e non vediamo l'ora di conoscerlo. La famiglia Romani ha origini italiane, proviene dall'Appennino bolognese ed è migrata negli States ad inizio Novecento, come tante altre in cerca di un avvenire migliore ha inseguito il sogno americano.

Tim è un uomo di affari, preciso e concreto, non ama le perdite di tempo, così la sua formazione anglosassone impone. Come scendiamo nel giardino panoramico per la prima colazione, intuivamo sia lui in disparte un po' assorto, mentre sorseggia un caffè. Penso a come debba sentirsi pieno ed orgoglioso della sua magione in Toscana, di questo ritorno in grande stile, di fronte a questo sensazionale panorama.

Ci accomodiamo sul lato orientale del giardino: la luce del mattino irradia gloriosa e lo sguardo spazia verso i piani della Valdichiana e fino alle vette dell'Appennino – nelle tipiche forme e codici del paesaggio toscano: colline

A gift that you have, or you don't. He accompanies us to our suite, 'Sangiovese', a monumental bedroom, furnished in an international style and with a high technological content, with spaces and functional accessories that integrate perfectly with the traditional finishes in terracotta, wood and stone.

A rejuvenating shower in the large bathroom, with a wonderful bathroom set that distills the scents of Tuscany – and it's already time to go to bed. Night and sleep descend lightly upon us, asleep like two Renaissance rulers on an infinite queen size.

I wake up early, as always. I left the curtain just pulled aside and the window slightly open to wake up with the light, in the most natural way possible. The songs of the nightingales, melodious and melancholy in the deep night, have given way to the outpourings of love of a pair of turtledoves, then to the calls of a white dancer and the grazing flights of blackbirds and house sparrows – which snap and chirp as in the past, on the acacias that shade the cottage announce the day.

We know that in one of the eight suites of the estate, Tim Romani, owner of Poggio Paradiso and Chris' older brother, kept us company. He came all the way from Chicago – with a quick trip of just a couple of days – and we can't wait to meet him. The Romani family has Italian origins, comes from the Bolognese Apennines and migrated to the States at the beginning of the twentieth century, like many others in search of a better future they pursued the American dream.

Tim is a businessman, precise and concrete, he does not like wasting time, so his Anglo-Saxon training dictates. As we descend into the panoramic garden for breakfast, we guess he is on the sidelines, a little absorbed, sipping a coffee. I think about how full and proud he must feel of his mansion in Tuscany, of this return in great style, in front of this sensational panorama.

We sit on the eastern side of the garden: the morning light radiates gloriously and the gaze sweeps towards the plains of the Valdichiana and up to the peaks of the Apennines – in the typical shapes and codes of the Tuscan landscape:



Gravlax marinato con crema di barbabietole e cavolfiore sotto aceto

'rotolanti', filari di cipressi, casolari di pietra, campanili che svettano, campi incolti e distese di grano che imbiandisce, boschetti magici sulla sommità dei colli.

La colazione è gestita impeccabilmente con un servizio al tavolo à la carte di alto livello. Prendiamo delle uova strapazzate al tartufo con bacon e crocchette di patate, dopo esserci dati la carica con un robusto espresso e una selezione di gustosi dolcetti.

Intanto è arrivato anche Chris e, dopo un caloroso saluto e una necessaria, salda, stretta di mano, ci accomodiamo allo stesso tavolo. Tim è molto lucido e sul pezzo, nonostante il lungo viaggio: "I nostri ospiti vengono qua per rilassarsi, quasi per estraniarsi dal mondo, in questo angolo di paradiso che abbiamo voluto fortemente per la nostra famiglia".

L'acquisto nel gennaio del 2023 e, a stretto giro, la ristrutturazione delle otto suite (ognuna delle quali reca il nome di un vitigno toscano), della sala ristorante e del bar esclusivo: "Il prossimo anno tutte le pertinenze della struttura saranno riviste, così come il giardino nel quale saranno poste delle vasche idromassaggio. Sarà inoltre allestita una palestra sotterranea", ci racconta Chris.

E c'è di più. La struttura attualmente dispone di una Spa esclusiva con sauna, bagno turco e idromassaggio con la possibilità di prenotare massaggi dedicati antistress, distensivi e hot-stone: "Sarà tutto traslato nella struttura adiacente alla principale con l'aggiunta di dolci emozionali ed altre sale dedicate al relax e ai trattamenti", precisa Tim.

Anche l'area vicino alla piscina, a nord del casolare, che ospita eventi e matrimoni scenografici, sarà dotata di una nuova struttura fissa studiata appositamente, con forme e materiali di prim'ordine. Basta una sola esplorazione di Poggio Paradiso per essere rapiti da un fascino senza tempo, da una unione perfetta di storia e natura: "La giornata tipica dei nostri ospiti prevede un lungo breakfast per godersi la prima mattina nella nostra sensazionale terrazza, poi in genere brevi escursioni nei borghi toscani accompagnate da degustazioni e tipicità locali – mentre gli sportivi, che sono in aumento – scelgono escursioni a piedi o in bicicletta. Naturalmente noi possiamo organizzare tutto



Spaghetti al nero di seppia con gamberi e pachino

'rolling' hills, rows of cypresses, stone cottages, towering bell towers, uncultivated fields and expanses of golden wheat, magical groves on the top of the hills.

Breakfast is impeccably handled with top-notch a la carte table service. We take some scrambled eggs with truffle, bacon and potato croquettes, after charging ourselves with a robust espresso and a selection of tasty mignon cakes.

In the meantime, Chris has also arrived and, after a warm greeting and a necessary, firm, handshake, we sit at the same table. Tim is very lucid and on point, despite the long journey: "Our guests come here to relax, almost to get away from the world, in this corner of paradise that we strongly wanted for our family".

The purchase in January 2023 and, in a short time, the renovation of the eight suites (each of which bears the name of a Tuscan grape variety), the restaurant room and the exclusive bar: "Next year all the areas of the structure will be reviewed, as well as the garden in which whirlpools will be placed. An underground gym will also be set up," Chris tells us.

And there's more. The resort currently has an exclusive Spa with sauna, Turkish bath and whirlpool with the possibility of booking dedicated anti-stress, relaxing and hot-stone massages: "Everything will be moved to the nearby building with the addition of emotional showers and other rooms dedicated to relaxation and treatments," Tim points out.

The area near the swimming pool, to the north of the

farmhouse, which hosts spectacular events and weddings, will also be equipped with a new fixed structure designed specifically for this purpose, with first-rate shapes and materials. A single exploration of Poggio Paradiso is enough to be enraptured by a timeless charm, by a perfect union of history and nature: "The typical day of our guests includes a long breakfast to enjoy the first morning on our sensational terrace, then generally short excursions to Tuscan villages accompanied by tastings and local specialties – while sportsmen, which are on the rise – they choose hiking or cycling. Of course, we can arrange all of this if desired. In the early afternoon, the day usually declines by the pool or in the Spa and then culminates at dinner with the contemporary proposal of our



Fratelli. Tim (sx) e Chris Romani

questo, se desiderato. Nel primo pomeriggio la giornata declina di solito a bordo piscina o nella Spa per poi culminare a cena con la proposta contemporanea del nostro ristorante L'Olivo".

Lo chef bresciano Nicola Borghetti – più di dieci anni all'estero da Londra all'Australia e alla Nuova Zelanda, per poi tornare in Europa, in Francia, e approdare infine in Toscana – vanta una cucina raffinata con le materie prime del territorio ed il suo menù val la pena di essere raccontato e presentato, poiché il suo locale è aperto anche a coloro che non soggiornano



Un letto imponente nella tecnologia funzionale delle suite

nella struttura e vale davvero una visita.

"Oltre ai grandi classici – ci racconta – mi piace dare delle alternative complementari. Per questo mi dedico al pesce, ci sono delle influenze della cucina francese in alcuni piatti". Interessante e da scoprire, pensiamo noi.

"La nostra filosofia è votata all'autarchia territoriale: facciamo il nostro pane, utilizziamo le verdure dell'orto, tutto è preparato al momento, i tagli di carne sono di allevamenti locali e privilegiamo sempre i piccoli produttori di qualità. In Toscana abbiamo molti prodotti nobili che vogliamo valorizzare. Facciamo esattamente questo!", aggiunge.

Tra gli antipasti annoveriamo un fantasioso 'Gravlax' ('Salmone ricoperto', piatto nazionale svedese, n.d.e.) marinato con crema di barbabietole e svedese sotto aceto' e un'allettante 'Terrina di coniglio, olive Leccino, finocchio selvatico e pistacchio' – il coniglio cotto a bassa temperatura e disossato, poi pressato con il suo sugo di cottura.

Tra i primi piatti, che ben rappresentano la pienezza della cucina casalinga, vieppiù con l'uso di farine da grani antichi come il Senatore Cappelli, gli 'Spaghetti del Mulino Val D'Orcia cacio, pepe e tartufo' sono un inno alla convivialità toscana. Tra le proposte di pesce, gli 'Spaghetti al nero di seppia con gamberi e pachino' sono invece un tributo dello chef agli equilibri delicati e alle armonie del mare.

Piatti molto originali, tra i main vi consigliamo le 'Ballottine di pollo', aperte e ripieno di funghi porcini e tartufo, cotto sempre a bassa temperatura, servito con crema di sedano rapa e baby-carote glassate al miele e col fondo di cottura – oppure le 'Millefoglie di Spigola' con chips di patate, pomodorini, olive e basilico, omaggio dichiarato al Mare Nostrum.

La nostra esperienza a Poggio Paradiso è stata unica ed entusiasmante. Non possiamo che invitarvi a visitare questo luogo fuori dal tempo nel cuore della Toscana classica.

restaurant L'Olivo".

The chef Nicola Borghetti is from Brescia, – more than ten years abroad from London to Australia and New Zealand, and then back to Europe, France, and finally to Tuscany – boasts a refined cuisine with local raw materials and his menu is worth being told and presented, since his restaurant is also open to those who do not sleep in the structure and it is definitely worth a visit.

"In addition to the great classics," he tells us, "I like to offer complementary alternatives. That's why I dedicate myself to fish, there are influences of French

cuisine in some dishes". Interesting and worth discovering, we think.

"Our philosophy is devoted to territorial autarky: we make our own bread, we use vegetables from the garden, everything is freshly prepared, the cuts of meat are from local farms and we always favour small quality producers. In Tuscany we have many noble products that we want to enhance. We do exactly that!" he adds.

Appetizers include a fanciful 'Gravlax' ('Covered Salmon', Sweden's national dish) marinated in beetroot cream and pickled cauliflower' and a tempting 'Rabbit terrine, Leccino olives, wild fennel and pistachio' – the rabbit is cooked at a low temperature and boneless, then pressed with its own juice.

Among the first courses, which well represent the fullness of home cooking, especially with the use of flours from ancient grains such as Senatore Cappelli, the 'Spaghetti del Mulino Val D'Orcia cacio, pepe e tartufo' are a hymn to Tuscan conviviality. Among the fish dishes, the 'Spaghetti with cuttlefish ink with prawns and cherry tomatoes' is a tribute by the chef to the delicate balances and harmonies of the sea.

Very original dishes, among the main ones we recommend the 'Chicken Ballots', open and stuffed with porcini mushrooms and truffles, always cooked at low temperature, served with celeriac cream and baby-carrots glazed with honey and with cooking juices – or the 'Sea Bass Millefeuille' with potato chips, cherry tomatoes, olives and basil, a declared homage to the Mediterranean Sea.

Our experience at Poggio Paradiso was unique and exciting. We can only invite you to visit this timeless place in the heart of classic Tuscany.

Info

Poggio Paradiso Resort

Loc. Torrita di Siena (Si)

Tel. and Whatsapp 338 5211390

www.poggioparadisoresort.com

info@poggioparadisoresort.com



PIZZERIA IL POSTINO



LA VERA PIZZA NAPOLETANA

e altre specialità napoletane

TAVOLI ALL'APERTO
PRENOTA AL NUMERO 075 9475491

SIAMO CHIUSI IL LUNEDÌ

Gubbio • via Giacomo Devoto, 16

**POSSIBILITÀ DI
FINANZIAMENTO
A TASSO 0!**



SANTINI
ARREDAMENTI E FALEGNAMERIA

ARREDAMENTO COMPLETO

CUCINA + CAMERA + SOGGIORNO + DIVANO

A SOLI 8.200,00€
IVA INCLUSA - MONTAGGIO ESCLUSO

VIA FLAMINIA KM 186 • GUALDO TADINO • 075 91 41 520

