

Cicloturismo gourmet nelle valli e nelle Prealpi bergamasche

La provincia di Bergamo è da sempre considerata uno dei fiori all'occhiello della produzione manifatturiera lombarda e nazionale. Ma le Orobie bergamasche offrono anche itinerari turistici e sportivi di altissimo livello, senza dimenticarci delle tipicità enogastronomiche

© DAVIDE GILIOLI

Per raggiungere la città di Bergamo, percorrendo la A4, serve meno di un'ora sia che arrivate da Milano sia da Brescia. E se proprio non avete intenzione di usare l'auto, ma magari di partire portando con voi la vostra bici (che – se seguirete i consigli qui sotto – userete al meglio!), il treno o i bus possono condurvi più o meno nello stesso lasso di tempo con una spesa di una decina di euro (andata e ritorno).

L'ITINERARIO

Fra le diverse vallate che è possibile percorrere in bicicletta, iniziamo da un percorso semplice ma molto suggestivo: la ciclovia della Val Brembana (poco meno di 40 km, da percorrere in bici in circa 2 ore, salvo soste). Questa pista ciclabile, ricavata in gran parte dalla ferrovia dismessa che correva parallela al fiume Brembo, è per lo più asfaltata e con pendenze molto contenute, il che la rende particolarmente adatta anche ai bambini dagli 8-9 anni in su. È inoltre percorribile persino in piena estate, perché l'altitudine (si arriva ad oltre 500 m.s.l.m.) e la costante presenza del fiume garantiscono una sicura fonte di raffreddamento.

Si parte da Bergamo Nord (la partenza è fissata in corrispondenza della pista ciclabile "greenway" lungo il torrente



Lungo il fiume Serio,
la pista ciclabile
della Val Seriana
a Ponte Nossa

Moria) e si sale verso Almè: in corrispondenza con il Brembo si sale fino a Zogno, dove il percorso ciclabile si interrompe temporaneamente (sono in corso lavori con ultimazione prevista per la primavera 2023) e per un paio di chilometri è necessario percorrere la statale fino all'ex stazione. Qui è possibile anche visitare le pittoresche **Grotte delle Meraviglie**, formazioni carsiche scoperte nel lontano 1939. Una volta giunti a Zogno, nella la piazza del mercato (che si tiene ogni sabato mattina con ricca scelta di frutta, ortaggi e gastronomia tipica) si attraversano altre gallerie scavate nella roccia giungendo

alla meravigliosa **San Pellegrino Terme**, ricca di architetture liberty e sede di un importante **centro termale** (altra tappa per venire a rifarsi dopo il vostro percorso sportivo!). E qui un'altra sorpresa sotterranea: le **Grotte del Sogno**, antichissime formazioni di origine tettonica al cui interno stalattiti e stalagmiti formano strane ombre proiettando sulle pareti animali fantastici di fronte alle fioche luci delle lampade.

Proseguendo in direzione Lenna, si superano una serie di ponti sul Brembo, di cui il più suggestivo è senza dubbio il **Ponte delle Capre**, antica costruzione in pietra e sassi di fiume

alla cui base sono presenti piccole spiagge con alcuni punti balneabili. Ancora qualche chilometro e sarete arrivati alla meta: il centro di Piazza Brembana, da dove è possibile proseguire a piedi. Per gli appassionati di **trekking**, da qui partono ben 17 escursioni nel Parco delle Orobie Bergamasche, che complessivamente vanta oltre 1.000 chilometri di sentieri, con difficoltà variabili per principianti ed esperti.

Un secondo itinerario, alternativo a quello citato, è la **Ciclovia della Val Seriana** (oltre 60 chilometri, quasi interamente pianeggiante fino all'ultimo tratto), che parte dalla stazione



I famosi affreschi delle case di Clusone

ferroviaria di Bergamo e costeggia il fiume Serio per arrivare fino a Clusone. Nel tratto tra Bergamo e Albino è inoltre attiva una **tramvia elettrica** ("TEB"), sulla quale è possibile caricare le biciclette e "risparmiarsi" i primi 15 chilometri del tratto cittadino e della prima periferia, per poi immergersi appieno nella natura. Lungo tutto il percorso sono presenti aree verdi attrezzate per pic-nic e ristoro "fai da te", mentre quando giungerete a **Clusone** le cose da fare sono molteplici: passeggiare per le vie del centro per ammirare gli **affreschi** – presenti all'esterno delle case, non a caso è detta la "città dipinta" –, visitare la stupenda **Basilica** (molto cara a Papa Giovanni XXIII) e l'eccentrico **Orologio planetario** (che registra i movimenti astrali di sole, terra e luna) costruito dal matematico Pietro Fanfago nel 1583 e ancora attivo tramite un meccanismo a corda che viene azionato ogni giorno.

Da Clusone, oltre a visitare la fresca pineta (detta anche "selva") è possibile raggiungere in circa 15 minuti di auto il centro di Castione della Presolana, da dove in autonomia o con vari tour organizzati ci si può recare all'omonimo Passo, fonte di numerosi punti panoramici sulle valli circostanti (su tutti, da vedere il celebre **Salto degli Sposi**), oppure verso località **scistiche** come il **Monte Pora** o i rinomati percorsi di **alpinismo** sul **Pizzo della Presolana**.

Moscato di Scanzo, Valcalepio e Terre del Colleoni, denominazioni che certificano la vocazione alla viticoltura della provincia di Bergamo

VITICOLTURA E LEGISLAZIONE
La provincia di Bergamo trova al suo interno diverse aree particolarmente vocate per la viticoltura. La denominazione più storica è certamente la **DOC Valcalepio**, che comprende un'area di circa 1500 ettari a sud del Lago di Iseo, largo circa 70 chilometri e racchiuso tra i fiumi Chero e Oglio.

È un territorio ideale per i vitigni a bacca rossa, dove dominano il **merlot** e il **cabernet sauvignon**, selezionati come i più adatti fin dalla costituzione della DOC medesima (avvenuta nel 1974) e assemblati nello storico blend che compone il **Valcalepio Rosso**. Dal punto di vista organolettico, questo vino si contraddistingue per un colore rubino che con l'evoluzione tende a virare verso il granato, mentre al naso apprezza sentori di rosa e amarena mature, con leggeri echi vegetali e balsamici in chiusura; la bocca è ricca e corposa con un finale di frutti rossi. Nel corso degli anni Novanta è stata introdotta anche la versione **Rosso Riserva**, che prevede almeno 3 anni di affinamento.

Per quanto riguarda il **Valcalepio Bianco** – invece – il disciplinare prevede un uvaaggio di **chardonnay** e **pinot bianco** in prevalenza, con un saldo minimo del 20% di **pinot grigio**.

Data la particolarità di un vitigno autoctono locale come il **moscato di Scanzo**, è stata successivamente prevista anche la



Due piatti tipici della tradizione culinaria bergamasca: polenta e osei e i casoncelli

Da citare anche il **Formai de Mut DOP** e il **Branzi** dell'Alta Val Brembana, oltre ad altre DOP lombarde più diffuse a livello regionale come Gorgonzola, Quartirolo, Provolone e Salva Cremasco.

E con cosa è possibile accompagnare queste prelibatezze se non con la **polenta bergamasca**? Sia nella versione **gialla**, da farina di mais, che nella versione **taragna**, dove la base è di grano saraceno – più bruno – e i formaggi fusi vengono aggiunti durante la preparazione e mescolati con il classico palo di legno (**tarelli**) all'interno di un paiolo di rame. Qui l'abbiamento richiede un vino corposo e di buona struttura, che regga l'intensità e la persistenza del piatto pur mantenendo tannini morbidi: un **Valcalepio Rosso** con qualche anno in bottiglia, meglio se a leggera prevalenza di merlot, può regalarvi ottime soddisfazioni. Ma se la stagionatura dei formaggi utilizzati raggiunge picchi più elevati, non è un azzardo accostarvi anche una versione **Riserva**.

Passando ai **primi piatti**, immancabili all'assaggio sono i **casoncelli**, ravioli di pasta fresca ripieni di manzo tritato, amaretti, uva passa e uova, conditi con burro, salvia, pancetta e grana. Un abbinamento originale si rivela essere il **franconia**, vino rosso molto fresco e floreale, con tannini delicati e un finale di frutti rossi che sposa perfettamente il ripieno di carne e uvetta. Un'altra versione di ravioli, più rustica, sono gli **scarpinocc** di Parre, in Val Seriana: ripieni di formaggi misti, uova, burro, pangrattato e spezie, a cui abbinare un buon **incrocio Manzoni**, fresco ma di buon corpo. Nello stesso paesino trovano dimora anche gli **gnöch in colà**, gnocchi di pane raffermo bagnati in latte e farina, che prediligono un più semplice **pinot grigio**.

Un'altra DOC, istituita nel 2011, è la **DOC Terre del Colleoni**, che risulta essere molto più estesa della Valcalepio – con la quale a tratti si sovrappone – ed è tesa a dare maggior spazio alla riscoperta e alla valorizzazione degli altri vitigni tradizionalmente coltivati nella provincia di Bergamo, tra cui l'**incrocio Manzoni**, il **moscato giallo**, la **schiava**, il **franconia** (localmente detto anche "imberghem").

UN ALTRI PIATTI hanno come ingrediente base la carne. Si parte con gli **oseli scapace** (lett. *uccellini scappati*), gustosissimi involtini di carne farciti con lardo e salvia, su cui va fatto colare il sugo (ristretto) di cottura, passando al **coniglio arrosto** e a piatti del recupero contadino come la **trippa**, zuppa di verdure e frattaglie di bovino soffritta con cipolla, patate e fagioli. Qui l'ampia gamma dei **rossi da taglio bordolese** può trovare diverse opportunità di utilizzo.

In fine, fra i dolci tradizionali è da citare la tipica **polenta e osei**, pan di spagna farcito di crema al burro, cioccolato e nocciola, poi ricoperto di marzapane giallo e sormontato da piccoli uccellini al cioccolato. Da non perdere la **torta Donizetti**, una ciambella morbida a base di farina, fecola, uova e burro e farcita con ananas e albicocche candite. Per entrambi, un **moscato giallo passito** può essere il giusto accompagnamento.

Dalla stessa valle di provenienza ecco giungere anche il più famoso **Taleggio DOP**, sempre da latte crudo ma a pasta molle, più ricco di grassezza e che quindi richiede un abbinamento più sostanzioso, ad esempio con uno spumante **metodo classico** a base **chardonnay**.