

#SAPORIDEINAVIGLI

I nostri pacchetti cicloturistici saranno integrati dalla possibilità di svolgere percorsi enogastronomici alla scoperta dei sapori e dei prodotti locali.

Dove?

Agriturismo Cascina Galizia: Cuggiono (MI), info@agriturismolagalizia.it,
Tel. +39 0331 874964

L'Azienda Agricola, l'Agrigelateria e il rispetto della natura. I prodotti: artigianali, succhi di miele di acacia, carne bovina (razza limousine), riso Carnaroli, farina di mais



l'Agrispaccio, Ristorante offrono coltivati in loco nel tradizione e della gelati e sorbetti frutta, confetture,

Hotel Morimondo: Corte dei Cistercensi, 6, 20081 Morimondo (MI), Tel. 0039 02 94 60 90 67, info@hotelmorimondo.com

Il ristorante "Il filo di grano" propone una ricchissima offerta gastronomica in cui i cereali sono protagonisti assieme a salumi, carni, pesce e dolci tipici della tradizione locale.



Cosa? I prodotti locali e le ricette

Riso: le risaie costellano il percorso che affianca il letto dei nostri Navigli, tanto nell'area della bassa provincia milanese quanto in quella pavese. Le varietà di riso principalmente prodotte nel nostro territorio sono Carnaroli, Arborio e Vialone Nano.



Numerose sono inoltre le ricette a base di riso tipiche di questi territori. Oltre al tipico **risotto alla milanese**, RICETTA RISOTTO CON IL GORGONZOLA

Mais: assieme alla coltivazione di riso, anche quella di mais è molto diffusa. La **farina**, in particolare, viene utilizzata per la preparazione della famosa **polenta**, piatto povero della tradizione contadina da accompagnare a selvaggina o formaggio. Soprattutto nel periodo di novembre si possono inoltre trovare nelle pasticcerie del pavese

i tipici **pangiallini**, biscotti dal caratteristico colore giallo derivato appunto dalla farina di mais.

Salumi: antipasti tradizionali che non possono mai mancare sulle tavole dei ristoranti e delle famiglie lombarde sono i salumi a base suina, come salame, cacciatorino, coppa e pancetta, da gustare in abbinamento a pane tipico.

Formaggi: l'offerta di formaggi freschi e stagionati soddisfa ogni richiesta. Stracchini, ovvero quartirolo, crescenze, taleggi e gorgonzola, oltre a caprini e grana padana sono alcuni dei prodotti che è possibile gustare in abbinamento ai salumi o alla polenta, oppure a fine pasto accompagnati dal miele.

Carni: gli allevamenti e le fattorie del nostro territorio forniscono in prevalenza carne bovina e suina di razze di qualità, che possono essere gustate in piatti dal gusto corposo come bolliti, arrostiti e stufati.

Pesce: la fauna ittica che caratterizza il bacino del Ticino e dei Navigli si distingue in almeno una trentina di specie, che trovano il proprio habitat nelle acque pulite di questa estesa rete idrica. Di conseguenza, numerose sono anche le ricette a base di pesce d'acqua dolce, come carpe, trote, cavedani, lucci e storioni proposte da ristoranti e trattorie locali. Non è raro trovare anche ristoranti specializzati nella preparazione delle **rane**, animali tipici delle zone acquitrinose servite fritte o in risotto.

Zuppa alla pavese: piatto della tradizione contadina realizzato, secondo la leggenda, in occasione della battaglia di Pavia del 1525 e servita al re di Francia Francesco I, questa zuppa è realizzata con ingredienti poveri: il brodo, le uova, il pane raffermo.



Secondo la ricetta originale, le uova vanno sgusciate direttamente sulle fette di pane e cuocere nel brodo bollente versato nel piatto.

Miele: lungo tutto l'asse, nelle cascine e aziende agricole che si trovano lungo i Navigli, è possibile trovare diverse varietà di miele, di castagno, millefiori e di acacia soprattutto. Allo stesso modo, E' possibile gustare confetture e marmellate di frutta biologica.

Dolci: oltre al tipico Panettone natalizio, disponibile anche nella variazione abbiatense con le albicocche, la *mugnaga*, i dolci tipici che si possono gustare lungo il nostro percorso proseguono tradizioni locali ben radicate e riproposte da raffinate pasticcerie. Nella zona di Pavia, ad esempio, è possibile assaporare la celebre **torta paradiso** o, in occasione delle celebrazioni in onore del patrono San Siro (9 dicembre), il caratteristico Pane di San Siro al cioccolato. Fra i biscotti ricordiamo invece il *pan de mei* o *pan mein* abbiatense.

Il Comune e l'abbazia di Morimondo offrono la possibilità al turista di ritornare alle tradizioni cistercensi attraverso laboratori di erboristeria, di miniatura e di affresco. È possibile la prenotazione e la partecipazione ai corsi sia da parte di adulti che di bambini.

L'Hotel Morimondo, in partenariato con Cascina Caremma, offre inoltre pacchetti benessere per immergersi e rigenerarsi in una Spa del tutto naturale. Allo stesso modo, le spaziose suite di Cascina Galizia, immerse nella natura, sono ideali per un soggiorno relax.