

NEL BASSO LAZIO ALL'INIZIO DELLA PRIMAVERA

Testo e foto di Fausto Saglio

Con l'inizio della primavera insieme ad altri amici camperisti rimettiamo in moto i nostri mezzi e ci dirigiamo con la Via Pontina verso le accoglienti zone del basso Lazio. Superata Latina giungiamo a Norma dove facciamo la prima sosta nei pressi dell'antico lavatoio.



L'antica Norba è un centro agricolo alle falde dei monti Lepini e merita una visita per ammirarne le Mura poligonali, il Bastione detto Loggia e la Porta Maggiore che immette nel piccolo centro storico. L'amenità tra vasti campi di cereali e praterie ci conduce a NINFA, città medievale abbandonata le cui rovine, tra piante rampicanti e fiori, si specchiano in un minuscolo lago. Dopo l'ottima visita guidata proseguiamo il nostro tour alla volta di SERMONETA, borgo di aspetto medievale e dalle possenti mura. Siamo a circa 250 m.slm, su un dosso che domina la Pianura Pontina. Trovato facilmente parcheggio ci dedichiamo alla visita del luogo, partendo dal vasto e ben conservato Castello Caetani del sec. XIII°, con il Maschio, i baluardi, gli alloggiamenti militari e le cisterne. Passeggiamo per l'abitato medievale dove rustiche case e silenziose viuzze ci permettono di rivivere attimi di insolita vita del tempo passato. Consumato un classico pasto da camperisti itineranti continuiamo il nostro tour. Superato BASSIANO, ritenuto scomodo per farci una sosta con i camper, arriviamo a SEZZE. Le origini della cittadina si perdono nella leggenda: si narra che fu Ercole a fondarla dopo la vittoria sui Lestrigoni, vigorosa popolazione del basso Lazio. Sezze nel Medio Evo ebbe vita travagliata per la sua posizione geografica lungo la Pedemontana Volscia, unica via di comunicazione tra il nord ed il sud del Lazio. L'appetito vien mangiando... e invitati ad assaggiare la tipica "Caciata Locale" non ce lo facciamo chiedere due volte. Si tratta di un dolce di pasta frolla con un ripieno di ricotta, uova, rum e cannella. Acquistiamo quindi le caratteristiche Ciammelle al vino e la crostata di visciole, prelibata specialità locale. Da bravi ed interessati turisti percorriamo le viuzze del paese fino alla Cattedrale di S. Maria (III° sec.), singolare edificio composto da parti in stili diversi e con l'orientamento capovolto rispetto alla primitiva costruzione. Ci viene confermato che vanta un primato al mondo: è

l'unico luogo sacro ad avere l'ingresso ricavato dalla sua abside originaria. All'interno un originale baldacchino ligneo simile a quello della Basilica di S. Pietro in Vaticano sovrasta l'altare maggiore. La visita dell'Antiquarium Comunale ci ha permesso di ripercorrere con la mente e con lo sguardo le varie tappe dell'evoluzione degli insediamenti umani nel vasto territorio Setino dalla Preistoria all'Evo Moderno. Infine, l'affaccio sul "Teatro sacro italico", un anfiteatro naturale che ha per scenario lo splendido panorama della Pianura Pontina chiusa verso il mare dal Circeo e dai monti Ausoni. Proseguendo la nostra marcia tra idilliaci panorami collinari giungiamo a PRIVERNO, antica città

volsca dall'impiantato di epoca medievale, con il magnifico Duomo gotico-cistercense, la spumeggiante Fontana dei Delfini e la duecentesca Porta Napoletana con struttura a contraforti.



Ci immettiamo poi sulla S.P. 62 e dopo pochissimi km raggiungiamo la nota ABBAZIA di FOS-SANOVA, insigne

monumento gotico-cistercense fondato dai Benedettini nel IX° sec. Insieme a quella di Casamari è considerata la più bella abbazia laziale. L'intero complesso di costruzioni è racchiuso all'interno di un cortile, al centro del quale svetta la grandiosa facciata della Chiesa. Di indescrivibile bellezza il Chiostro e la Sala capitolare; particolare l'atmosfera religiosa che si respira nella casa dei Pellegrini dove si conserva la stanza che ospitò S. Tommaso d'Aquino morente. Invitiamo gli amici e i lettori a venire di persona ad ammirare queste bellezze così vicine alla capitale. Dopo aver percorso circa 140 km concludiamo la giornata con il previsto arrivo a TERRACINA. Siamo ancora fuori stagione e si può sostare liberamente nel parcheggio della zona portuale, dove si trovano già altre decine di colleghi camperisti che hanno avuto la nostra stessa idea. Nei dintorni hanno aperto un paio di locali gestiti dalla cooperativa dei pescatori locali dove si può mangiare pesce fresco, molluschi e frutti di mare crudi a self-service... Ci gustiamo una





sospirata cena in riva al mare a prezzi imbattibili. Il giorno successivo visiteremo questa cittadina balneare che fa parte della Comunità Montana Zona XXII, ed è suddivisa in una parte alta sviluppatasi in epoca medievale ed una parte bassa frutto dell'espansione romana, a cui ha fatto seguito la bonifica delle paludi pontine. La nostra passeggiata per il centro ci consente di ammirare la Piazza del

Municipio con i suoi lastroni calcarei e il trecentesco Palazzo Venditti con la Torre Frumentaria nella quale è allestito il Museo Archeologico dove sono conservate opere e frammenti romani. All'interno del Duomo, fiancheggiato da un duecentesco campanile in cotto, numerose le opere d'arte di varie epoche. Non meno attraente è il lungomare, il porto-canale con l'animatissimo mercato del pesce e l'attiguo Pisco Montano, la caratteristica rupe calcarea alta oltre 100 metri fatta tagliare dall'imperatore Traiano per consentire il passaggio della



via Appia lungo il mare. Non si può lasciare Terracina senza visitare il Tempio di Giove Anxur, che domina dall'alto la cittadina. Lo raggiungiamo utilizzando un unico camper, il più piccolo e agile della comitiva, coprendo velocemente i 3 km e attraversando anche le poderose Mura Sillane erette a difesa dell'acropoli. Del Santuario risalente al primo sec. A.C. resta il Podio, le 12 Arcate su cui poggiava l'edificio ed un Criptoportico. All'esterno è ben visibili: il basamento dell'edificio da dove i sacerdoti davano i responsi ed un Tempietto. Incomparabile il panorama sulla città e la costa fino al roccioso Circeo. Si conclude così un altro attraente weekend nella nostra regione: pochi km, molto da vedere, poca spesa e sempre in lieta compagnia. Il paese più bello del mondo è l'Italia e con la promessa di replicare di nuovo torniamo a Roma soddisfatti del bel tour nel basso Lazio.



La sagra dei Fagioli e "la Bazzoffia"



In agosto si terrà la 10° SAGRA DELLA ZUPPA DI FAGIOLI a SEZZE, organizzata dall'associazione "NOI DI SUSO" Per riscoprire e gradire gustosi sapori di un tempo.

A SEZZE ci hanno consigliato di preparare il loro piatto tipico "LA BAZZOFFIA".

Ingredienti: 300gr di fave fresche, 300 gr di piselli, 6 carciofi, 1 cipolla, 2 coste di bieda, foglie di lattuga q.b., 4 uova olio, sale, pecorino.

In una pentola mettere un misurino d'olio, la cipolla trita, i carciofi a fettine, e tutte le verdure cuocere per 10 minuti aggiungendo 6 mestoli di acqua e far insaporire per mezza ora, aggiungere le uova sgusciate e lasciare cuocere per altri 10 minuti. Preparare a parte fette di pane casareccio tostato e versarci sopra la fumante composizione, cospargere sopra tanto pecorino.

SOSTA CAMPER



P.S. a **SERMONETA**

c/o Parking all'ingresso del paese vicino alle antiche mura.

P.S. a **NORMA**

in Via delle Svolte in un viale alberato nei pressi del lavatoio.

P.S. **ABBAZIA DI FOSSANOVA**

nei pressi del complesso religioso con acqua.

Parcheggio a **TERRACINA**

zona portuale, libero fuori stagione altrimenti 8 euro al giorno.