



MANTOVA - ITINERARIO 1

ARTE, CULTURA, RISO, LATTE E GRANA PADANO

MANTOVA PATRIMONIO UNESCO CON LE SUE TERRE DI RISO E DI FORMAGGIO GRANA PADANO

(Mattino) Fin dal tempo dei Duchi di Mantova la coltivazione del riso e la produzione di latte da formaggio hanno fatto la fortuna di queste terre che conservano tuttora le antiche tradizioni. Il riso offre una incredibile varietà di piatti da gustare, il più noto è quello detto "alla pilotta", a base di salsiccia e Grana Padano. Quest'ultimo, per la sua eccelsa qualità, ha ormai guadagnato un posto d'onore nella gastronomia internazionale. Al centro della dolce pianura, fertile e ricca di corsi d'acqua, si trova la città di **Mantova**, circondata di laghi, che i nobili Gonzaga, una delle famiglie più importanti della storia italiana, hanno trasformato in uno scrigno di cultura ed arte europea. Incontreremo la nostra guida a Mantova che ci illustrerà le residenze nobiliari dei Gonzaga: il castello di San Giorgio che conserva gli affreschi di Andrea Mantegna, il **Palazzo Ducale**, uno degli spazi museali più estesi d'Europa, le piazze medievali, le chiese rinascimentali di Giulio Romano e Leon Battista Alberti, la rotonda di S. Lorenzo, un gioiello di arte romanica.

(Pranzo) L'escursione prosegue con la visita di una **azienda agricola** ove accanto all'allevamento di bovini per la produzione del latte biologico si coltiva da secoli il riso, un tempo lavorato in una pila storica del '600 qui ancora visibile. Al termine del sopralluogo sarà possibile gustare a pranzo piatti tipici locali a base di **riso e prodotti locali**.

(Pomeriggio) E a completamento dell'escursione proponiamo una visita guidata presso un caseificio della zona specializzato nella produzione del **formaggio Grana Padano** realizzato con caglio biologico, con degustazione finale del tipico prodotto nelle varie fasi di stagionatura, compreso un formaggio molle senza lattosio e una dimostrazione pratica di come si taglia una forma di formaggio a mano.



Vai Calepio
Viaggi dal 1988



MANTOVA - ITINERARIO 2

STORIA, NATURA, ANTICHI BORGHI E PRODOTTI TIPICI

I COLLI STORICI DEL GARDA E LE SUE SPECIALITÀ ENO-GASTRONOMICHE

(Mattino) La parte settentrionale della provincia mantovana è attraversata dalle colline moreniche del lago di Garda, una zona incontaminata, dove l'aria è pulita e salubre. Nel cuore delle colline spunta **Solferino**, il cui nome fa correre il pensiero al Risorgimento italiano. Il paese è, infatti, indissolubilmente legato a una delle battaglie più cruente della storia dell'indipendenza dell'Italia. La vittoria fu infatti talmente sofferta che Napoleone III decise di firmare l'armistizio di Villafranca, concludendo di fatto la **seconda guerra d'Indipendenza**. Dopo questa battaglia nasce nella mente dello svizzero Henry Dunant l'idea di scrivere un libro, *Un Ricordo di Solferino*, che getterà le basi per la nascita della **Croce Rossa Internazionale**.

(Pausa con degustazione) Oggi questa zona, un tempo teatro di questo scontro cruento, offre vini di ottima qualità e prodotti d'eccellenza (il vino Lugana, pane con salumi, formaggi, olio d'oliva e dolci tipici), che potranno essere gustati in una **cantina** poco distante immersa nelle colline e circondata dai vigneti.

(Pomeriggio) A questo si aggiungono altri piccoli tesori dove il tempo sembra essersi fermato nel Medioevo: **Castellaro Lagusello** appare come una borgata da presepe, incastonata tra le dolci alture moreniche, protetta da un muro di cinta, conserva internamente 97 casette che fanno tornare la mente indietro nel tempo. Suggestivo il laghetto a forma di cuore su cui si affaccia il piccolo borgo. Poco distante sorge **Borghetto di Valeggio sul Mincio**, il cui fascino consiste nel fatto di essere attraversato dal fiume Mincio, che lo bagna, lo attraversa, lo mantiene in vita, scorrendo sotto un enorme ponte medievale unico al mondo che dall'alto sovrasta, incombe e protegge.



Val Calepio
Viaggi dal 1988



MANTOVA - ITINERARIO 3

STORIA, NATURA, ANTICHI BORGHI E PRODOTTI TIPICI

I COLLI STORICI DEL GARDA E LE SUE SPECIALITÀ ENO-GASTRONOMICHE

(Mattino) La parte settentrionale della provincia mantovana è attraversata dalle colline moreniche del lago di Garda, una zona incontaminata, dove l'aria è pulita e salubre. Nel cuore delle colline spunta **Solferino**, il cui nome fa correre il pensiero al Risorgimento italiano. Il paese è, infatti, indissolubilmente legato a una delle battaglie più cruente della storia dell'indipendenza dell'Italia. La vittoria fu infatti talmente sofferta che Napoleone III decise di firmare l'armistizio di Villafranca, concludendo di fatto la **seconda guerra d'Indipendenza**. Dopo questa battaglia nasce nella mente dello svizzero Henry Dunant l'idea di scrivere un libro, *Un Ricordo di Solferino*, che getterà le basi per la nascita della **Croce Rossa Internazionale**.

(Pranzo) Al termine della visita sosta in ristorante locale per degustare i piatti tipici.

(Pomeriggio) A questo si aggiungono altri piccoli tesori dove il tempo sembra essersi fermato nel Medioevo: **Castellaro Lagusello** appare come una borgata da presepe, incastonata tra le dolci alture moreniche, protetta da un muro di cinta, conserva internamente 97 casette che fanno tornare la mente indietro nel tempo. Suggestivo il laghetto a forma di cuore su cui si affaccia il piccolo borgo. Al termine visita di una **cantina** del posto dove si potrà degustare il **vino del territorio** e l'olio del Garda.



Val Calepio
Viaggi dal 1988



MANTOVA - ITINERARIO 4

SPIRITUALITÀ, ACQUA, LA CITTÀ IDEALE E IL CIBO - IL SANTUARIO DELLE GRAZIE, LA NAVIGAZIONE SUL MINCIO E SABBIONETA

(Mattino) A pochi chilometri da Mantova si trova il **Santuario di Santa Maria delle Grazie**, considerato essere un *unicum* in ambito lombardo, poiché nei secoli si è riempito di **originalissimi ex-voto**: oggetti, manichini, immagini sacre che raccontano al visitatore storie di guarigioni e di miracoli avvenuti per intercessione della Vergine. Vi si contano 53 statue e inoltre dal soffitto penzola un coccodrillo appeso a una catena. Sul sagrato ogni anno a ferragosto si tiene il raduno internazionale dei **Madonnari**, i pittori dell'asfalto che con i loro gessi la trasformano in una tavolozza policroma. Questo peculiare luogo di fede si affaccia sul **Lago Superiore di Mantova**, formato dal fiume Mincio. Da qui è possibile intraprendere un'**escursione fluviale** alla scoperta della **Riserva Naturale** delle "Valli del Mincio", un ambiente palustre di rara bellezza dove a luglio ed agosto spuntano dalle paludi i fiori di Loto.

(Pranzo) Al termine sarà possibile in una locanda per degustare i piatti tipici della tradizione mantovana.

(Pomeriggio) Il pomeriggio sarà dedicato alla scoperta di un gioiello di urbanistica rinascimentale: posta ai confini fra il mantovano, il cremonese e il parmense spunta infatti uno dei simboli delle città murate della Lombardia: **SABBIONETA**, antica capitale del **Ducato di Vespasiano Gonzaga**, e considerata essere **la città murata ideale del Rinascimento**. Dal 2008 è stata inserita assieme a Mantova sulla lista del patrimonio Unesco in quanto esempio di città perfetta dal punto di vista urbanistico. Il primo atto di Vespasiano fu proprio l'erezione di una cinta fortificata e Sabbioneta resta ancora oggi una delle città murate meglio conservate in Italia



Val Calepio
Viaggi dal 1988



MANTOVA - ITINERARIO 5

"SOTTO QUESTO SOLE BELLO È PEDALARE!": Arte, Natura e Cultura popolare in "Bici"

Percorso di 28 Km totali a/r facile, tutto pianeggiante e asfaltato, tranne un primo breve tratto di sterrato. TEMPI DI PERCORRENZA: MN - RIVALTA - MN a/r 3,00 h. circa. Visite guidate 1,30 h. circa (Santuario Grazie + Museo di Rivalta).

Partenza dal Campo Canoa. Si costeggiano i laghi che abbracciano la città dei Gonzaga: Inferiore, di Mezzo e Superiore. Si raggiunge la località Belfiore e si prosegue sulla ciclabile che si snoda fra la statale e l'incantevole pianura con campi coltivati a frumento e a granoturco. Si arriva alla località Grazie di Curtatone. Prima sosta, pausa caffè! Visita al Santuario Mariano, fra Arte, Devozione e leggenda (durata della visita trenta minuti circa). A seguire discesa all'imbarcadero del lago Superiore con vista dei canneti che si dipanano in suggestivi canali in uno spettacolo naturalistico ove, da giugno ad agosto, è possibile perdersi nelle distese cromatiche dal rosa intenso del fior di loto all'azzurro celeste e il rilassante verde delle canne palustri. Si prosegue sulla ciclabile fino ad arrivare al Centro Parco di Rivalta, "piccola Camargue". Il paese si distende lungo la riva destra del Mincio che poi si immette nel lago Superiore, angolo di Padania impensabile e immutato nel tempo. Sull'acqua quieta galleggiano le ninfee, le canne palustri ed il carice. L'itinerario è uno dei più suggestivi tanto da essere tutelato dalla Regione Lombardia. Non è solo un panorama ma rappresenta anche una risorsa economica importante per l'impiego delle canne, costituenti arelle e delcarice per ricoprire seggiole. La presenza del passato è resa tangibile anche dall'antico lavatoio, lambito dalle acque tranquille del Mincio. Loghino Ariello. Museo etnografico dei mestieri del fiume. È un piccolo gioiello per non dimenticare la cultura contadina e quella dei pescatori, tramandate nel tempo. Si inizia la visita con la geomorfologia del territorio per ricostruire la storia dell'insediamento dell'uomo con presenze palafitticole, ritrovamenti etruschi e le regolazioni idrauliche medioevali e rinascimentali. Interessante è la ricostruzione della vita domestica e quotidiana legata alla visione del fiume con l'allestimento di una piccola cucina. Si passa poi ai tipici appostamenti per la caccia e la pesca - giochi- con antichi strumenti e imbarcazioni per la raccolta delle canne e della carice. Infine vi è uno spazio espositivo dedicato alla flora e alla fauna della Riserva che offre tuttora l'elevato valore di biodiversità di questo ecosistema.



*Pausa pranzo con pic-nic a base di prodotti locali nelle oasi verdi
Possibilità di pranzare in un ristorante, in loco, per gustare la tradizione di acqua e di terra).
Al termine partenza in bicicletta per rientro previsto per le ore 16.00 circa al campo canoa di
Mantova.*



Val Calepio
Viaggi dal 1988



MANTOVA - ITINERARIO 6

SAN BENEDETTO PO - IL MONASTERO BENEDETTINO DEI CANOSSA - Arte, Natura e Cultura enogastronomica

Itinerario di una giornata iniziando con la scoperta della secolare storia di uno dei più importanti monasteri benedettini dell'Italia settentrionale che conserva ancora oggi il fascino dei suoi secoli d'oro: dal tempo dei fondatori, i Canossa, sino all'epoca dei Signori di Mantova, i Gonzaga che nel 1400 ne divennero i proprietari. San Benedetto Po è uno dei Borghi più belli d'Italia del Touring Club della provincia mantovana. Se volete sentirvi come i pellegrini dell'anno Mille basta passare sotto il Voltone una volta entrati in paese: il colpo d'occhio sulla basilica di Giulio Romano è sorprendente. Il monastero ebbe un ruolo fondamentale per l'impegno religioso, politico e culturale fino a che nel 1797 fu soppresso da Napoleone Bonaparte. I visitatori possono iniziare la visita con la Basilica, vero e autentico gioiello ed ammirare successivamente la bellezza dei tre chiostri: dei Secolari, di San Simeone e di San Benedetto, il suggestivo ed imponente Refettorio del 500 dove hanno lavorato il veronese Girolamo Bonsignori e il giovane Correggio e raggiungere anche le cantine del tempo. Attraverso uno scalone seicentesco in stucco sarà invece possibile visitare il Museo Civico Polironiano, uno dei maggiori musei etnografici d'Italia con sezioni dedicate al lavoro agricolo, all'arte popolare e all'artigianato. Ma da queste parti non bisogna dimenticare i cibi nobili e il vino pop: dalla pasta fatta in casa alla buona bottiglia di Lambrusco mantovano. Dopo la visita culturale della mattina, ci si sposterà sulle rive del grande fiume Po per assaggiare la tipica cucina mantovana con la pasta fatta in casa. Terminato il pranzo, breve passeggiata fino all'attracco delle barche per ammirare la maestosità del Po. Successivo trasferimento nella vigna di un'azienda giovane a conduzione familiare dove si produce lambrusco biologico e artigianale. Artigianale significa non corretto. Il 90% del lavoro viene fatto in campagna per ottenere uve di alta qualità. Le caratteristiche dell'uva vengono assecondate solo nella trasformazione, senza aggiungere nulla che non venga dalle loro uve. Di conseguenza ottengono un lambrusco secco (dall'etimologia della parola BRUSCO il vero lambrusco È SECCO) e naturale. Al termine della passeggiata in vigna, degustazione nella cantina e sulla strada del ritorno, una fermata in caseificio per una scorpacciata di formaggi e mostarde.



Vai Calepio
Viaggi dal 1988