

Pasquetta

Lunedì 28 marzo 2016

Cerrina (AL)
P. Martiri Internati
(di fronte
al Municipio)

Comune
di Cerrina



MANGIÀ' AN MUNFRÀ

Camminata enogastronomica tra le colline del Monferrato



Cosa si mangia

Formaggio e miele

Il formaggio dell'azienda agricola Modina di Cerrina è lavorato a crudo, come una volta, senza usare macchinari. Sarà degustato in abbinamento con il miele dei produttori locali che recano il marchio De.Co. - Denominazione Comunale.

Agnolotti

Una pasta ripiena che racchiude

un misto di carni tutte arrostate, cui si aggiunge cavolo o verza a completare il ripieno. Vengono conditi con sugo di carne ed ecco servito il piatto delle occasioni di festa che durante la Mangià an Munfrà viene consumato "in abbinamento" con il paesaggio collinare della Val Cerrina!

Piselli...con lo spezzatino

Il Pisello (*Pisum Sativum*) è uno degli ortaggi più antichi coltivati dall'uomo. Si cucinano

in minestre e come contorni in accompagnamento di carni stufate. Ed è proprio così, in umido con lo spezzatino di vitello, che viene proposto alla Mangià an Munfrà.

Mele del Monferrato

La coltivazione del melo ha radici antiche in Monferrato e in questo territorio si conservano ancora pregiate varietà autoctone. Le mele di Piancerreto, frazione di Cerrina - che hanno ottenuto

il marchio di Denominazione Comunale - sono proposte in associazione con gli amaretti: un dolce perfetto per concludere alla grande lo speciale pranzo della Mangià an Munfrà.

I Cerrinesi

Biscotti realizzati con mandorle dolci, zucchero a velo e semolato, pasta di nocciole Piemonte, miele a km 0, cacao, rum e albume d'uovo.

I piatti saranno accompagnati da Vini del Monferrato



Musica e danze

Strumenti e musiche della tradizione popolare accompagneranno e ritmeranno il passo dei camminatori che potranno terminare la giornata a passo di danza con la travolgente capacità di animazione dei **MARASMA FOLK**.



Buono a sapersi

ore 10.30 ritrovo a Cerrina Capoluogo, Piazza Martiri Internati (di fronte al Municipio)

ore 11.00 partenza

Le partenze dei gruppi - composti da un massimo di 150 persone - saranno scaglionate con una cadenza di 15 minuti.

Prenotazione obbligatoria

Le iscrizioni sono a numero chiuso, sino ad esaurimento posti. Potranno partecipare alla manifestazione solo coloro che verseranno la quota di iscrizione.

Costo:	Adulti	€ 22,00
	Ragazzi dai 6 ai 12 anni	€ 11,00
	Bambini al di sotto dei 6 anni	gratuito

Il pagamento della quota di iscrizione avverrà la mattina appena prima della partenza presso il punto di accoglienza.

In caso di maltempo la manifestazione sarà annullata

L'organizzazione, in caso di previsioni di maltempo, comunicherà alle persone prenotate, nella mattinata di **venerdì 25 marzo**, l'annullamento dell'iniziativa.



Info e prenotazioni:

mob. 348 2211219 anche sms e WhatsApp
mangia.munfra@libero.it

SICUREZZA Passeggiare in natura è attività piacevole, ma richiede comunque attenzione e prudenza. Sono consigliate calzature da trekking idonee a percorsi sterrati.

Il percorso è tracciato con segnavia bianco con iniziali MM, si invitano i partecipanti a prestare attenzione alla segnaletica e a non lasciare il percorso segnato. Si ricorda che gli adulti sono responsabili dei minori che accompagnano.

Gli organizzatori declinano ogni responsabilità per danni a persone, animali o cose, che avvengano durante la manifestazione. In caso di necessità durante la passeggiata è possibile chiamare il cell. 339 6252502 del Gruppo A.I.B. Valcerrina.



REGIONE
PIEMONTE

PIEMONTE
NUOVO, DA SEMPRE.

PROVINCIA DI
ALESSANDRIA

unione comuni
Valcerrina

1° TRATTO - 10 minuti - 1,1 km ca.

Cerrina - Santuario dell'Addolorata

Dalla piazza del Municipio, cuore storico del paese, ci si indirizza verso il cimitero seguendo in discesa via Are. Giunti al parcheggio del composanto si svolta a sinistra in direzione del Santuario dell'Addolorata che si raggiunge dopo circa 600 metri.

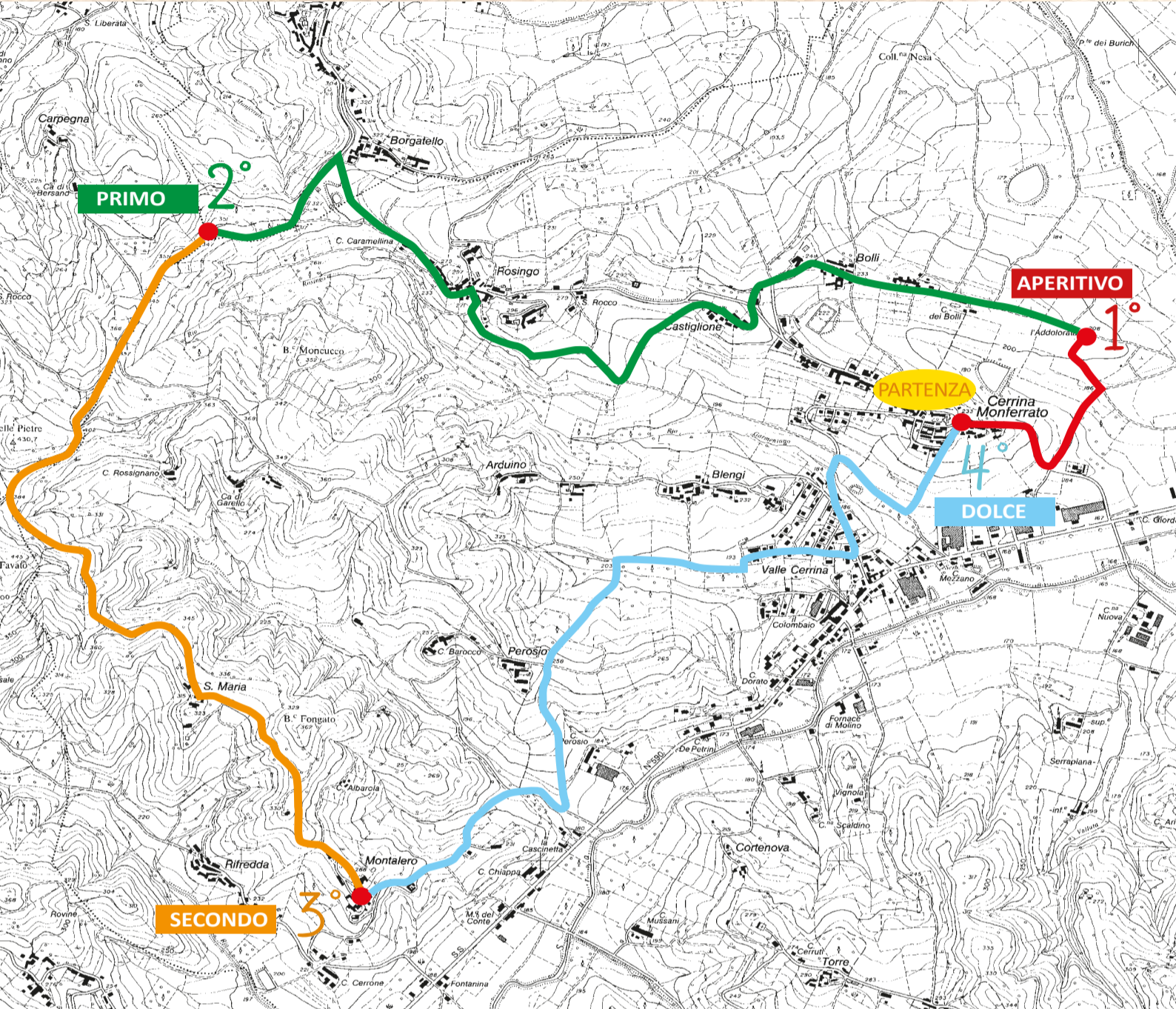
• **Aperitivo: formaggio e miele, salame crudo e soma d'aj**
A cura della Pro Loco di Cerrina

2° TRATTO - 50 minuti - 4 km ca.

S. dell'Addolorata - Case Bolli - Rosingo - strada per Rairolo

Al termine della prima sosta si riprende il cammino e si attraversa la borgata Case Bolli, le cui abitazioni rurali affiancano l'unica via centrale (via Indipendenza), lasciando scorgere alla destra i paesi di Pozzengo, Cantavenna, Gabiano e a sinistra le case di Cerrina. Al termine del borgo si segue su via Vezza che porta sulla strada provinciale, la si attraversa per raggiungere la borgata Castiglione. Alle ultime case dell'abitato si svolta a sinistra in discesa lasciando l'asfalto per intraprendere la strada erbosa che si inoltra nella campagna. Rosingo, frazione di Cerrina, che è riconoscibile per la presenza del cipresso che affianca il profilo della chiesa, si raggiungerà in breve svoltando a destra al termine di un canneto, poi al bivio successivo si segue la sterrata di sinistra: questa stradina porta a Rosingo, sbuca infatti sull'asfalto in via Regina Margherita dove il percorso continua girando a sinistra. Si attraversa dunque l'abitato di Rosingo in direzione del borgo di Varengo e, poco prima di raggiungerlo, si piega a sinistra in direzione di Rairolo, abbandonando così l'asfalto. Il percorso procede su strada inghiaia che viaggia sempre dritta in costa. Bello il panorama che sulla destra si apre sull'arco alpino e sui paesi di Villamiroglie e Moncestino. Sulla via si troverà la postazione dove i "mitici" alpini, del gruppo di Cerrina, serviranno gli agnolotti.

• **Primo piatto: agnolotti monferrini**
A cura del Gruppo Alpini di Cerrina



3° TRATTO - 40 minuti - 3 km ca.

Strada per Rairolo - S.Maria - Montalero

Lasciato il punto di ristoro dove è stato servito il primo piatto si prosegue sulla sterrata. Si incontrerà dapprima, tralasciandola, la strada che sulla destra porta alla Cascina Carpegna, per procedere dritto e dopo circa 250 m, al bivio successivo, all'altezza di una cappella campestre si prosegue in salita, pochi passi e ancora un bivio: qui si trascura la via che scende a destra per salire ancora. Al successivo bivio si tiene la destra e proseguendo nel bosco sull'unica via si raggiungerà poi la sella che divide il Bricco delle Pietre dal Monte Favato, un punto particolarmente panoramico. Qui si procede dritto in discesa (la via sulla destra porta ad Odalengo Grande) sempre tra prati e bosco. Dopo poco al bivio si prosegue dritto (la via di destra porta sale al Monte Favato) per raggiungere Santa Maria, frazione di Montalero. Raggiunta la frazione si incontra la stradella asfaltata e qui si scende a sinistra, all'incrocio successivo si prosegue dritto in salita su asfalto, strada che porta a Montalero, alla tappa dove si degusterà il secondo con contorno.

• **Secondo piatto: spezzatino di carne con piselli**
A cura Comitato Montalerese Festeggiamenti

4° TRATTO - 50 minuti - 4 km ca.

Montalero - Cerrina (piazza del Municipio)

Si lascia Montalero seguendo la strada che circonda la chiesa, si scende poi piegando a sinistra sulla strada sterrata che affianca il cimitero. Alla biforcazione successiva ancora a sinistra salendo lievemente. Nel paesaggio di fronte si vedono gli abitati di Cornova, Piancerreto, e l'intera Valle Cerrina. Alla cascina successiva - cartello strada privata - si gira a sinistra, e seguendo il sentiero serpeggiante che attraversa un boschetto si raggiunge il pianoro erboso dove si tiene la destra. Si raggiunge così l'asfalto dove si gira a sinistra e si sale sino a Perosio. Alle prime case del borgo si lascia l'asfalto per scendere a destra verso Cerrina, attraverso i pascoli. Raggiunta la valle il tracciato segue su un tratto erboso che indirizza verso destra. Le case di strada San Paolo sono di fronte, la strada da seguire poi gira a sinistra e poi a destra tra le case di strada San Paolo.

Si attraversa per intero questo borgo per arrivare alla provinciale dove si prende a sinistra. Pochi passi, superato il piccolo rio Garmontano, si svolta a destra su sterrato per salire al capoluogo e raggiungere il punto di partenza

• **Dessert e dolce: composta di mele con amaretto e crostata con confettura di frutta, degustazione dei "Cerrinesi" biscotti tipici di produzione locale.**

A cura del Gruppo Alpini di Cerrina

*Prenota subito
la tua Pasquetta
in Monferrato!*



Artigrafiche Jolly - Crescentino (VC)

Mangia an Munfrà è una passeggiata enogastronomica a tappe che si svolge nel territorio comunale di Cerrina, protagonisti boschi e bonghi della bella Val Cerrina. I partecipanti, seguendo l'itinerario tracciato (segnavia bianco con iscrizioni MM), si immergeranno nel paesaggio monferrino, tra colline boschive e ampi panorami. Nelle diverse tappe, la degustazione dei piatti tipici piemontesi sarà accompagnata da tanta buona musica da ascoltare o per danzare in allegria.

La Mangia an Munfrà è occasione per trascorrere in modo speciale la tradizionale scampagnata di Pasquetta. L'evento, organizzato dal Comune di Cerrina, si inserisce nel calendario di 'Camminare il Monferrato', iniziativa di trekking, promossa dall'Ente di gestione dei Sacri Monti.