



# MANGIÀ MUNFRÀ

Camminata enogastronomica tra le colline del Monferrato

La Mangià Munfrà, passeggiata enogastronomica a tappe, che si snoda tra la campagna, i boschi e i borghi del territorio comunale di Cerrina, si ripresenta dopo il successo registrato nella scorsa edizione. Si propone nel giorno di Pasquetta, che tradizione vuole si trascorra facendo una scampagnata fuori porta, una gita all'aperto, per conoscere lo splendido territorio monferrino e i suoi sapori. Mangià Munfrà si inserisce nel calendario di 'Camminare il Monferrato', iniziativa di trekking, promossa dal Parco Naturale del Sacro Monte di Crea.

## CAMMINARE IL MONFERRATO

### AGNOLOTTI ALLA MONFERRINA

È IL PRIMO DI ANTICA TRADIZIONE DELLA CUCINA PIEMONTESE, TIPICO PER L'UTILIZZO DI CARNE ARROSTO PER IL RIPIENO.

### "FRICIULIN"

UN'OTTIMA RICETTA DEL MONFERRATO CHE UNISCE UOVA ED ERBETTE FORMANDO UNA GUSTOSA FRITTELLINA.



I piatti saranno accompagnati da Vini del Monferrato.



ORE RITROVO A #ERRINA  
ORE 0ARTENZA

### 1° tratto: Cerrina - Santuario dell'Addolorata

10 minuti - km 1

Dalla piazza del Municipio, cuore storico del paese, ci si indirizza verso il cimitero seguendo in discesa via Are, giunti al parcheggio del camposanto si svolta a sinistra in direzione del Santuario dell'Addolorata che si raggiunge dopo circa 400 metri.

**Aperitivo con friciulin d'erbette e soma d'aj**  
Degustazione a cura della Pro Loco di Cerrina



### 2° tratto: Santuario dell'Addolorata - Case Bolli Rosingo - Cascina Rosignano

45 minuti - km 4,5

Al termine della prima sosta si riprende il cammino e si attraversa la borgata Case Bolli, le cui abitazioni rurali affacciano l'unica via centrale (via Indipendenza), lasciando scorgere alla destra i paesi di Pozzengo, Cantavenna, Gabiano e a sinistra le case di Cerrina. Lasciato il borgo si segue su via Vezza al termine della quale si attraversa la provinciale 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 l'imponente cipresso che affianca la chiesa, si raggiungerà in breve svoltando a destra al termine di un canneto e al bivio successivo a sinistra. La stradina che porta a Rosingo, incassata tra le pareti della collina boscosa, sbuca sull'asfalto in via Regina Margherita dove si continua a sinistra. Si attraversa l'abitato in direzione di Varengo e, poco prima di raggiungerlo, si piega a sinistra in via Raiolo abbandonando così l'asfalto. Il percorso qui si sovrappone al n.710 del CAI, procedendo sulla strada inghiaaiata che viaggia sempre dritta in costa. Bello il panorama che sulla destra si apre sull'arco alpino e sui paesi di Villamiroglie e Moncestino. Tralasciando la strada che porta alla Cascina Carpegna, dopo circa 250 m, al bivio successivo, all'altezza di una cappella campestre si svolta a sinistra in discesa. All'incrocio seguente nei pressi del bivio che scende alla Cascina Rosignano, si trova il punto tappa.

**Primo piatto: Agnolotti monferrini**  
Degustazione a cura dell'ANA - Sezione di Cerrina

**La musica popolare dei Calgiùbella**



**SOMA D'AJ**  
ERA IL CIBO DEI VENDEMMIATORI MONFERRINI QUANDO, DURANTE LA PAUSA PER IL PRANZO, SI ACCOMPAGNAVA UN GRAPPOLO D'UVA CON UNO SPICCHIO D'AGLIO SFREGATO SULLA CROSTA DEL PANE ABBRUSTOLITO. PERFETTA PER CHI AMA I VERI SAPORI DI CAMPAGNA!

ar.tur.o.

...L'unico punto che mi tocca e scuote  
è la magia della natura,  
l'occhiata ficcata nella collina.  
Cesare Pavese



# MANGIA MUNFRÀ

## 3° tratto: Cascina Rosignano - Perosio - Montalero

30 minuti - km 3

Dopo la tappa si prosegue e superato l'incrocio di Ca' di Garelo, seguendo la segnaletica MM, si gira a destra in direzione di Perosio. Tante le colline intorno a destra il Monte Favato e a sinistra il panorama si apre sulla Valle Cerrina. Si giugne nei pascoli a monte di Perosio e poi alla chiesa si prende a destra per Case Barocco. Il tragitto aggira la cascina e raggiunge i prati di fondovalle, attraverso il piccolo ponte, dove, lasciando la strada principale, si procede in salita nel bosco seguendo le indicazioni MM. Giunti al piccolo gruppo di case in ristrutturazione, in località Albarola, si procede fin sull'asfalto e svoltando a sinistra si arriva a Montalero.



**Secondo piatto:  
Brasato con macedonia di verdure**

Degustazione a cura del Comitato Montaleresse Festeggiamenti

**La fisa e il violino dei "Dahu Rabel"**

## 4° tratto: Montalero - Cerrina (piazza del Municipio)

30 minuti - km 3

Si lascia Montalero seguendo la strada che circonda la chiesa, si affianca poi il cimitero percorrendo la stradina che scende a sinistra. Alla biforcazione successiva ancora a sinistra salendo lievemente. Nel paesaggio di fronte si vedono gli abitati di Cornova, Piancerreto, e l'intera Valle. Alla cascina successiva - cartello strada privata - si gira a sinistra, e seguendo il sentiero serpeggiante si raggiunge il pianoro dove si tiene la destra. All'asfalto si gira a sinistra e si sale sino a Perosio per scendere a destra verso Cerrina, attraverso i pascoli su strada erbosa.

Raggiunta una nuova valle al pioppeto si va a destra raggiungendo in breve 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 Garmetano, si svolta a sinistra per salire al capoluogo.

**Frutta e dolce**

Degustazione a cura dell'ANA - Sezione di Cerrina

**Musica e danze  
con Marco Volpatto e i Marasma Folk**

Prenotazione obbligatoria. Le iscrizioni sono a numero chiuso, sino ad un massimo di 500 partecipanti.

Le partenze dei gruppi - composti da un massimo di 100 persone - saranno scaglionate con una cadenza di 15 minuti.

Ad ogni tappa sono previsti momenti di intrattenimento gratuiti.

Costo: Adulti € 18,00  
Ragazzi dai 6 ai 12 anni € 10,00  
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 e informazioni.

**In caso di pioggia l'iniziativa sarà rimandata a domenica 30 marzo 2008**

Info e prenotazioni: Ar.Tur.O. - Tel/fax 0161.212616  
info@arturonline.org - www.arturonline.org

