



Una visita alle aziende produttrici per una semplice degustazione e per acquistare i prodotti tipici, o un buon pasto nei numerosi e qualificati ristoranti in grado di soddisfare i palati più esigenti, sono i suggerimenti che si possono dare agli ospiti italiani e stranieri in visita in provincia di Latina. Tra un bagno nelle limpide acque del Tirreno centrale, un'escursione, un tour culturale, una rilassante passeggiata nei parchi una sana attività sportiva, spettacoli, eventi e manifestazioni di ogni genere e, perché no, prima di "affrontare" la notte in uno dei numerosi locali che offrono svago e divertimento per tutti.



LA PROVINCIA DI LATINA

ATLANTE DEI SAPORI

DI TERRA E DI MARE

Tappe di questo itinerario, lungo circa 150 Km, sono i centri collinari dell'area settentrionale della provincia di Latina; ciascuno con la sua tipicità ma tutti caratterizzati dall'atmosfera medievale che si respira percorrendo i vicoli, le stradine, le scalinate, tra palazzi ed edifici perfettamente conservati, e dalle tradizioni ancora vive. Qui la natura è sovrana e l'ambiente è ideale per chi desidera trovare un pò di relax, oltre che gustare una cucina genuina basata sull'uso di prodotti tipici e stagionali, conditi con l'ottimo olio e "bagnati" dal buon vino, che questa fertile terra e la qualificata esperienza di diverse aziende permettono di produrre in grandi quantità. La base di partenza è la città di **CORI** (300 m). Centro dalle antichissime origini, conserva pressoché intatto il caratteristico nucleo medievale, formato da chiese, monumenti, portici e gradinate che ne fanno una unità urbanistica di elevato valore. È una località ideale per gli amanti della pastasciutta che, ricordiamo, è "festeggiata" in agosto, in occasione della Sagra delle Fettuccine, ma anche del pane casereccio, della cacciagione e dei dolci. Secondo molti enologi i terreni rossi e sassosi di questa zona, costituiscono l'ambiente adatto per la produzione di vini rossi, strutturati e longevi. Da questo paese prendono nome due famose produzioni di vini D.O.C.: il Cori Rosso e il Cori Bianco, che possono essere degustati presso la **Cooperativa Agricola Cincinnato**, strada Cori Cisterna, km 2 tel. 06.9679380 (anche D.O.C. Castelli Romani bianco e rosso, I.G.T. Bianco e Rosso dei Dioscuri, Vino Frizzante e Spumante Brut Cincinnato) e l'**Azienda Agricola Biologica Marco Carpineti**, via delle Colonne, 25 tel. 06.9679860 (anche i bianchi I.G.T. Collesanti, Moro e Sauvignon, i rossi I.G.T. Novello, Ditrampo e Tufaliccio, e il passito Ludus); presso la **Coop.Colle S.Lorenzo Tenuta Pietra Pinta** (via Gramsci, 52 tel. 06.9678001) troviamo invece il rosso Colle Amato, e I.G.T. Chardonnay Lazio bianco e Costa Vecchia rosso. Ma in quest'area, oltre al vino, vi è anche un'importante produzione di olio e, presso alcune aziende della zona, è ancora possibile osservare le

antiche tecniche di spremitura delle olive, oltre che acquistare il prodotto finito, le olive da tavola e i numerosi prodotti sottolio: **Tenuta Pietra Pinta** (via Gramsci, 52 tel. 06.9678001) e **Frantoio Agnoni** (loc. Copellaro tel. 06.9678668). La tipica cucina dei Lepini può essere gustata nei ristoranti: **Zampi** (via G. Garibaldi, 17 tel. 06.9679688; chiuso il lunedì), **Sette Camini** (via Fontana del Prato, 7 tel. 06.9679536; chiuso il mercoledì) e **Trattoria da Checco** (via della Repubblica, 174 tel. 06.9678336; chiuso il giovedì). Da Cori, proseguendo per 15 km. in direzione nord-est, la strada si inerpica fra pregiati vitigni con splendide vedute sulla pianura pontina da una parte e Velletri (in provincia di Roma) dall'altra, fino a **ROCCAMASSIMA**, il centro più alto della provincia di Latina (746 m.) e, geograficamente, primo comune dei Monti Lepini. Qui si può sostare per degustare l'olio e assaggiare le olive ed i prodotti sottolio dell'azienda agricola **Oscar** (Contrada Basso Le Case, 2 tel. 06.9664883), o per apprezzare la bontà dell'abbacchio, dei formaggi di pecora, dei tartufi e dei funghi. Si torna indietro, direzione sud, costeggiando la collina e, prima di giungere alla successiva tappa dell'itinerario (**NORMA**), si consiglia una sosta a Ninfa, per visitare un giardino senza eguali per la varietà di pian-

servati del Lazio, con una struttura urbana tutta raccolta all'interno della cinta muraria e attorno al Castello Caetani, e sede di importanti rassegne nazionali di musica da camera, oltre che di manifestazioni storiche rievocative e sagre (in particolare quella della polenta). I Ristoranti consigliati sono: **Al Castello** (Via della Fortezza, 7 tel. 0773.30404, chiuso il giovedì), **Al Laghetto** (Via dell'Irto, 122, loc. Monticchio tel. 0773.319509, chiuso il lunedì), **Il Pomarancio** (Piazza del Popolo, 14 tel. 0773.30403, chiuso il lunedì), **All'Antica Posta** (Via Romana Vecchia, 13, loc. Monticchio, tel. 0773.318286, chiuso il mercoledì), **Il Mulino** (Piazza Cauto, 9 tel. 0773.318303, chiuso il lunedì). Si consiglia una sosta "sfiziosa" presso l'azienda dei **Flli Zaccheo** (via S. Maria, 9 tel.0773.30247) per gustare il pane e i prelibati dolci tipici. Ridiscendendo e in direzione di Bassiano non passerà certo inosservata l'Abbazia di Valvisciolo, uno dei primi esempi di gotico-cistercense in Italia. L'itinerario riprende in salita, lungo una strada interna, in direzione **BASSIANO** (562 m), piccolo centro racchiuso nella cinta muraria del XII-XIII secolo, situato su una collinetta, e completamente attorniato da querceti e faggeti che ne fanno una tranquilla e rilassante meta estiva. Località ideale per fare escursioni e trekking, fino



I Monti Lepini



provincia di Roma. Luglio è il mese in cui viene dedicata una sagra ad una delle prelibatezze locali: il "prosciutto di Bassiano". Si tratta di una vera e propria specialità che può essere degustata e acquistata presso l'azienda **Prosciutto di Bassiano** (via Casanatola 10 tel. 0773.355024), dove è possibile anche conoscere le antiche tecniche di preparazione e conservazione. Per assaggiare invece una cucina genuina che esalta i prodotti locali, tra cui fettuccine, zuppa di fagioli, funghi, formaggi e dolci, sosta all'**Hostaria La Grôte** (via della Croce tel. 0773.355387; chiuso il lunedì). Da Bassiano si giunge a **SEZZE** (319 m). Di origine volsca, la città conserva reperti archeologici che documentano la presenza dell'uomo nella fase finale del paleolitico, tracce del dominio romano nelle mura poligonali, edifici, strade e templi e, praticamente intatto, lo schema urbano medievale. È uno dei principali centri della provincia per la produzione di broccoletti, ma il suo vanto è il tipico carciofo rotondeggiante e senza spine (carciofo romano), assolutamente da assaggiare, come la "bazzoffia" (zuppa di verdure e legumi), magari in occasione delle rispettive sagre o, insieme ad altre specialità locali come le lacchene o la zuppa di fagioli, il pane, i ranunchi o i dolci. Tre i ristoranti consigliati: **Roa** (via Migliara, 46 tel. 0773.899486; chiuso la domenica e il lunedì), **Santuccio ai Colli** (via SS.



Sebastiano e Rocco, 95 tel. 0773.888573; chiuso il mercoledì) e **Da Barbitto** (via Colli, 47 tel. 0773.888523; chiuso il lunedì). Si suggerisce una sosta all'Azienda **Il Fliccaflò** (Via Villa Petrarra, 191 tel. 347.2508977) che produce ottime confetture e marmellate. Da Sezze, percorrendo la S.S. 156 dei Monti Lepini, si va in direzione di **MAENZA** (358 m.) che ospitò S.Tommasso d'Aquino nei giorni che ne precedettero la morte e, come gli altri centri vicini, conserva in buono stato il nucleo medievale sviluppato attorno al Palazzo Baronale, recentemente restaurato. Qui, oltre alle cerase che sono festeg-

giate in occasione della tradizionale Sagra delle ciliegie, si possono gustare alcune specialità (fettuccine e polenta, funghi porcini, agnello, olive, dolci) nel ristorante dell'Albergo **Casal dei Lupi** (via Farneta, km. 0,850 tel. 0773.952800). Ridiscesi da Maenza, di fronte alla quale si trova, su uno sperone roccioso del Monte Nero ricoperto da vigneti ed oliveti, **ROCCAGORGA** (da non perdere il capretto, le lumache, e la curiosa festa dei comuti con degustazione della tipica minestra), si percorre ancora la S.S.156 e si giunge dopo pochi chilometri al piccolo centro di **PROSEDI**, antico borgo situato su una collinetta (410 m) al confine con la provincia di Frosinone, ai piedi della quale si estende la valle dell'Amaseno. Da non mancare gli appuntamenti con la Sagra dei Fichi e la rinomata "Serata delle sette minestre", per degustare le tipiche zuppe locali. Sosta consigliata per provare alcune tipiche ricette del territorio, all'**Osteria Persei** (vicolo del Montano tel. 0773.957351; chiuso lunedì, martedì e mercoledì) e **L'Antico Frantoio** (Via Roma, 10 tel. 0773.956028, chiuso il lunedì). Facendo il percorso a ritroso, in



direzione sud, si giunge a **PRIVERNO** (151 m), località che presenta un bel nucleo medioevale disposto a corona attorno alla piazza dove sorgono la Cattedrale di S. Maria ed il Palazzo Comunale, ma il cui centro primitivo si trovava a valle, in località Mezzagosto dove è stata portata alla luce un'importante area archeologica. A pochi chilometri, il Borgo di Fossanova con l'omonima Abbazia, primo esempio di gotico-cistercense in Italia. Anche Priverno ha tipicità che condivide con Sezze, come carciofi, broccoletti e bazzoffia, e proprie come olio e olive, sottolio e sottaceto, ma soprattutto carne e mozzarella di bufala. In febbraio è possibile anche assaggiare in occasione dell'omonima sagra, la "falia", tipica focaccia locale ripiena di broccoletti. Si possono gustare molti di questi prodotti in tre ristoranti: **Gliò Montano** (via Majo, 10 tel. 0773.903838; chiuso il mercoledì) **Antica Osteria Fanti** (c.da Ceriara, S.S.156 km.27,5 tel. 0773.924015; chiuso il giovedì) e **Il Ritrovo** (Via Schito snc, tel.0773.924410, chiuso il lunedì). Di fronte a Priverno, su uno sperone del Monte Curio, si trova **ROCCASECCA DEI VOLSCI**, che conserva nel centro storico il caratteristico aspetto medievale in cui spicca il Palazzo Baronale, e nella carne e formaggi di pecora e di capra, le principali tipicità gastronomiche. L'itinerario si conclude "sconfinando" nell'area dei Monti Ausoni dove sorge **SONNINO** (430 m), un piccolo borgo caratterizzato da stradine tortuose, gradinate, torri, porte e scale addossate ad edifici di pietra con archivolti, portoncini e pilastri. Tipici di quest'area sono il formaggio, la pasta all'uovo ed i piatti a base di capra (festeggiata con una sagra nel mese di agosto), ma soprattutto l'olio che ha ricevuto importanti riconoscimenti per la sua genuinità e qualità assoluta ed è "portato in trionfo" nel corso di una festa popolare durante la quale si possono degustare olive e prodotti di cui l'olio è l'ingrediente principe; gli stessi sono proposti dall'azienda **Maggiara Impero** (via C. Pellegrini, 10 tel. 0773.98019). Tra i ristoranti segnaliamo **Il Carrubo** (strada Provinciale Sonninese, km. 2,2 tel. 0773.939535; chiuso il lunedì).

Cori

Ristorante Zampi

Titolare: Ottavio Zampi

Ristorante dall'atmosfera popolare con una cucina semplice e genuina che rispecchia le tradizioni culinarie romane. Eccellenti le proposte di antipasti e primi, basati sui prodotti della collina, oltre a vini e oli di produzione corese.

Ristorante Sette Camini

Titolare: M. Antonietta Cucchiarelli

Locale ampio e molto spazioso, ideale per banchetti e ricevimenti. Piacevole la terrazza esterna con vista su Cori e sulle colline circostanti: in stagione assicura piacevoli cene. La cucina è ricca e genuina, con evidenti legami con la tradizione romana.

Trattoria Da Checco

Titolare: Luca Zerilli

Storico locale di Cori, luogo d'incontro degli intellettuali di inizio secolo, la Trattoria da Checco si



trova al centro del paese. Propone una solida cucina basata su piatti tipici romaneschi. Una bella veranda accoglie gli ospiti nel periodo estivo.

Cooperativa Agricola Cincinnato

Titolare: Temistocle Lucarelli

La Cooperativa Cincinnato è oggi una delle aziende più rappresentative della zona di Cori. Orientata a valorizzare quasi esclusivamente i vitigni tradizionali dell'area, ha una produzione annua di 350.000 bottiglie. Per motivi organizzativi l'accoglienza dei visitatori è possibile solo previa prenotazione.

Cooperativa Colle San Lorenzo

Tenuta Pietra Pinta

Titolare: Cesare Ferretti

L'obiettivo dei Fratelli Ferretti è quello di valorizzare soprattutto le uve autoctone. La produzione annuale è di circa 400.000 bottiglie di vino la cui qualità è garantita dalla particolare cura riservata e dalla esperienza. L'azienda è nota anche per le olive da tavola, l'olio e i prodotti sottolio. Le visite sono possibili su richiesta.

Azienda Agricola Biologica

Marco Carpineti

Titolare: Marco Carpineti

L'azienda, in una fase di pieno sviluppo, si avvale dal 1994 dei metodi di agricoltura biologica, e produce dell'ottimo vino nel più rigoroso rispetto delle norme comunitarie. Sono possibili visite guidate, anche alla bella cantina, e la degustazione.

Frantoio Agnoni

Titolare: Romualdo Guidi

Azienda olivicola di lunga tradizione, con certificazione biologica, che vanta una vasta gamma



di prodotti: olive da tavola, olio extravergine, oli aromatizzati, ogni tipo di ortaggio sottolio. A disposizione dei visitatori, spazi per la degustazione dei prodotti e personale qualificato.

Roccamassima

Oscar Azienda Agricola

Titolare: Patrizia Priori e

Mauro Del Ferraro

Le piantagioni di olivi dell'Azienda sono prevalentemente del tipo "itrana" e producono olive dette "di Gaeta", dalla qualità e dal sapore inconfondibili, e particolarmente adatte alla preparazione in salamoia. Di ottima qualità anche l'olio extravergine, dolce e di bassa acidità. Sono possibili visite guidate e degustazioni previo appuntamento.

Norma

Ristorante Il Seminario

dell' Hotel Villa del Cardinale

Titolare: Silvestro Messina

Circondato da un ampio e rigoglioso giardino, il Ristorante della Villa del Cardinale è locale ideale per cerimonie e banchetti. La cucina propone ricette locali di terra e vini laziali.

Sermoneta

Ristorante Al Castello

Gestore: Amedeo Folgori

Ristorante dall'atmosfera popolare con una cucina semplice e genuina che rispecchia le tradizioni culinarie del territorio. Buone proposte di antipasti, primi e secondi basati su prodotti della collina. Vini e oli di produzione locale.



Ristorante Al Laghetto

Titolare: Florida Lelli

Immerso nel verde e nella quiete, accanto ad un piacevole laghetto naturale, questo ristorante si propone con un ampio e accogliente salone, ed una bella veranda estiva. Cucina rigorosamente del territorio, accompagnata dai vini locali.

Ristorante Il Pomarancio

Titolare: Aquilina Battisti

Locale caratteristico e suggestivo nel centro del paese, che propone ogni giorno piatti diversi, basandosi esclusivamente sui prodotti locali freschi reperibili sul mercato. Una sosta per appassionati e curiosi alla ricerca di originalità e simpatica cordialità.



Ristorante All'Antica Posta

Titolare: Francesco Ripanti

Ristorante gestito con passione e competenza dove i protagonisti sono i prodotti locali. In un ambiente accogliente e informale, con servizio cordiale e i tavoli giustamente distanziati, si gusta una cucina di grande semplicità e genuinità. Buona la proposta di vini, anche locali.

Ristorante Il Mulino

Titolare: Fabio D'Uffizi

All'interno del paese, con vista panoramica sull'Agro Pontino, propone i piatti della tradizione in un'atmosfera accogliente e familiare. I prodotti di stagione sono la base di un menù ricco e variegato che comprende anche paste e dolci fatti in casa. Carta dei vini con diverse etichette locali e regionali.



Panificio e Dolci F.lli Zaccheo

Titolare: Marco Zaccheo

Nel piccolo locale situato nel centro storico del paese, è possibile assaggiare ed acquistare diverse specialità come i vari tipi di pane (casereccio, di grano duro e aromatizzato) e i dolci tipici della zona (crostatine con marmellate fatte in casa, amaretti all'arancio e la "serpetta").



caratterizzato dalla presenza di antiche grotte, parzialmente utilizzate come cantine (c'è anche uno spazio all'aperto). La qualità e la freschezza dei prodotti locali trovano massima espressione nelle più classiche ricette della tradizione.

Azienda Prosciutto di Bassiano

Titolare: Ruggero Reggiani

Prosciuttificio molto rinomato a livello locale e nazionale. Il prosciutto crudo di Bassiano, prodotto da questa azienda, è stagionato naturalmente, asciutto, con un piacevole aroma, un gustoso sapore e una qualità garantita. Disponibile un'apposita area per la vendita al dettaglio e la degustazione. Le visite di gruppo si possono effettuare solo su prenotazione.

Le Strade del Gusto

Gli Itinerari dei
RISTORANTI TIPICI e delle AZIENDE TIPICHE
in Provincia di Latina



nale, classica e tradizionale. Il locale è incastonato in una tenuta agricola che garantisce l'originalità e la qualità dei prodotti, soprattutto della bufala, degli ortaggi e dei vini della splendida cantina.



Ristorante Da Barbitto

Titolare: Gualtiero De Angelis

Il ristorante, situato nella campagna attorno a Sezze, dispone di diverse sale, adatte anche per banchetti. Propone una cucina tipica, che punta molto sui prodotti di stagione, elaborati secondo la tradizione gastronomica locale, anche con proposte giornalieri.

Ristorante Santuccio ai Colli

Titolare: Giannino Perciballe

Situato nella campagna latina, questo ristorante offre un ambiente dall'atmosfera familiare. In cucina predomina la natura, quella più genuina: in tavola arrivano dunque piatti dai prodotti e dagli ingredienti essenzialmente locali, strettamente legati alle stagioni.



Azienda Il Fliccaflò

Titolare: Sonia Cervoni

Piccola Azienda, giovane e dinamica che, con rigore, produce confetture e marmellate di eccellente qualità, realizzate con i migliori prodotti frutticoli della zona, che possono essere acquistate in loco.

Maenza

Ristorante Albergo

Casal dei Lupi

Titolare: Antonio Di Micco

Immerso nella natura, il ristorante risulta estremamente piacevole e rilassante. Possibilità di gustare piatti originali e preparazioni curate direttamente dal proprietario nel fedele utilizzo di prodotti dell'agro pontino e dei Monti Lepini.



Prossedi

Osteria Persei

Titolare: Angela e Daniela Vani

Nel cuore dell'antico borgo di Prossedi questa graziosa osteria offre interessanti proposte gastronomiche che privilegiano i prodotti del territorio e di piccole aziende locali. Piacevole la veranda e il piccolo dehor con vista sulle colline circostanti. Vini adeguati, sia locali che nazionali, servizio cordiale e puntuale per una cucina molto accattivante.

L'Antico Frantoio

Titolare: Emanuele Di Girolamo

Nel centro del paese, all'interno di un vecchio frantoio accuratamente ristrutturato, il ristorante si caratterizza per la tipicità della cucina e l'atmosfera accogliente. I piatti proposti utilizzano prodotti ed ingredienti locali, sapori di terra e di mare abbinati ai migliori vini regionali e nazionali.

Priverno

Ristorante Gliò Montano

Titolare: Elvira Frasca

Situato nel centro storico di Priverno, nel cuore dei Monti Lepini, questo locale ricavato in una struttura storica ed in un vecchio frantoio, si caratterizza per la piacevole atmosfera, ed un menù semplice e onesto che esalta la tradizione ed i sapori dei prodotti locali.

Antica Osteria Fanti

Titolare: Tommaso Fanti

All'Osteria Fanti ogni piatto è legato alla tradizione culinaria di questa terra. Prodotti di altissima qualità, elaborati con leggerezza e sapienza. Ottima carta dei vini, scelta di distillati e sigari. Un'esperienza per chi ama la tipicità, le carni di bufala, verdure e ortaggi pontini.



Ristorante Il Ritrovo

Titolare: Mario Ciampini

Ristorante adatto ad ospitare banchetti e cerimonie, riesce a coniugare la qualità dei piatti proposti con l'ampia disponibilità di spazi e strutture. In menù, i piatti principali della tradizione pontina accompagnati dai migliori vini locali e nazionali.

Sonnino

Ristorante Il Carrubo

Titolare: Giuseppe Celani

Appena fuori da Sonnino, Il Carrubo è un locale a gestione familiare, dagli arredi semplici, ma decorosi. Propone una cucina tipicamente pontina con un'ampia presenza di piatti della tradizione, per i quali vengono utilizzati quasi esclusivamente prodotti locali.



Azienda Maggiarra Impero

Titolare: Impero Maggiarra

Azienda tra le più rinomate e di lunga tradizione, vanta una vastissima gamma di prodotti di ottima qualità come le olive locali, gli oli aromatizzati e i sottolio, ma ha nell'olio extravergine il suo fiore all'occhiello. Dispone di adeguati spazi per la degustazione e la vendita dei prodotti.

ITINERARI

Monti Lepini