

► Speciale in montagna Alto Adige

testo di Lucia Galli



SCIARE CON GUSTO!

Sci ai piedi e acqualina in bocca. In **Alta Badia** per sciare non bastano scarponi e bastoncini, berretto e guanti. In quest'angolo di Dolomiti servono anche la curiosità e la voglia di sperimentare. Sulle piste... ma pure a tavola. «*O con la tavola*», scherza Marco, l'istruttore di sci. Il suo gioco di parole fra la "tavola" dello snowboard e quella imbandita delle baite mette da subito le cose in chiaro. Fra queste crode non è solo questione di sciare e scivolare. Qui si assapora tutto, dall'aria frizzante, al cielo terso, dai panorami premiati dall'Unesco, fino al gusto di una sosta golosa. Vai in montagna e pensi a polenta da accompagnare ai robusti sapori del luogo. Allacci gli scarponi e pensi che sì, al massimo ti fermerai ogni tanto, fra una discesa e l'altra, per un hot dog e una cioccolata. E invece? Invece in Alta Badia hanno deciso che accanto a 130 chilometri di piste per la discesa che sono fra i "monumenti" più belli dei comprensori italiani, da "collezione" doveva essere anche l'offerta gastronomica. Chi viene quassù lo fa per alcune delle discese più spettacolari d'Italia, dalla **Gran Risa** che da 30 anni ospita le gare della *Coppa del Mondo*, all'**Armentarola** che scende

dal passo Falzarego con un crescendo finale in un canyon di rocce e meraviglie, fino al giro - sci ai piedi - intorno al Col di Lana sulle tracce della Grande guerra. E poi c'è lui, il tour del gruppo Sella: in senso orario o antiorario, il **Sella Ronda** è un obiettivo che ogni sciatore vuole mettersi in agenda. Che cosa mancava? Una "ronda" anche fra i sapori. Così, alcuni anni fa, quassù si sono inventati un tour, ribattezzato *Gourmet ski safari*, che unisce e salda i sapori tipici di montagna a esperienze culinarie più esotiche. Dall'Alta Badia al resto dell'Italia e ritorno per un'esperienza che renda "stellato" anche il più rapido break di ogni sciatore.

Una delle cose che stupisce arrivando nella valle è la concentrazione di chef stellati che hanno eletto domicilio fra queste cime. Da **Corvara** con il ristorante gourmet la *Stua del Michil* dello chef Nicola Laera (www.hotel-laperla.it), si passano in rassegna La Val, Badia, Colfosco, La Villa e, pochi chilometri oltre, ci si ritrova a **San Cassiano** dove poter scegliere fra le lusinghe della *Siriola* di Matteo Metulio (www.ciasasalares.it) e il *St. Hubertus* dell'*Hotel*

COME CAROLINA KOSTNER...

Per emulare la nostra campionessa, si può pattinare sul ghiaccio all'Eisstadion di Corvara, aperto anche al mattino in caso di brutto tempo (5 euro; 9 con noleggio pattini), oppure outdoor sul lago di Badia (6 euro con noleggio), dove la sera si gioca a curling.



*Rosa Alpina: tre stellati Michelin a pochi chilometri. Emulazione, competizione? «Come sugli sci, è una gara», scherza Norbert Niederkofler, che di questo new deal a tutto gusto è un po' il patron. Lui è stato il primo: dimessi gli sci da discesa, la sua "libera" è stata in cucina al St. Hubertus (www.rosalpina.it) e oggi molti suoi "allievi" hanno gemmato l'esperienza di una buona tavola d'alta quota. Ogni dicembre in valle arrivano, su invito, alcuni colleghi stellati che "regalano" una ricetta a testa a ognuna delle baite del comprensorio (otto quelle che hanno aderito per quest'anno). Poi, per tutta la stagione dello sci, il piatto stellato si ritrova in carta, accanto a proposte più tradizionali. Uno dei primi "estimatori" di questa formula è da tempo anche Joe Bastianich, il famoso giudice del talent show *MasterChef*, che questo inverno si è fatto testimonial dell'iniziativa. Si può decidere di provare un unico piatto, oppure di fare una sorta di *table hopping* scegliendo le baite in cui presentarsi, dalle 11.00 alle 15.00, per assaggiare, fra una discesa e l'altra, le varie proposte (40 euro per quattro piatti). Il claim del safari 2016 è *Noi del Sud*: «Dal Sud Tirolo al Sud Italia - spiega Niederkofler - abbiamo pensato di unire i sud del mondo perché si è sempre a sud di qualche cosa». Così, oltre a Laera e Metullio, colleghi stellati della valle, dalla vicina Dobbiaco è arrivato Chris Oberhammer (www.tilia.bz) con il suo orzotto con maialino. Poi Licata, Monopoli, Positano, Palermo, Vico Equense, Ischia, Ceglie Messapica, Quarto e Sant'Agata. Ecco i luo-*

DUE CUORI E UNA SLITTA

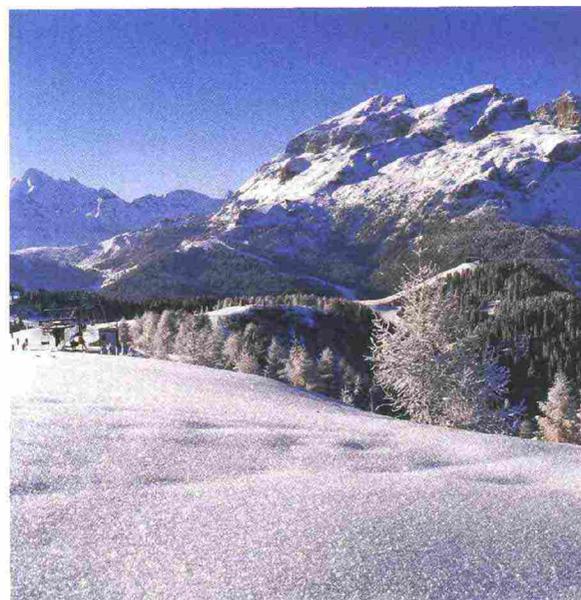
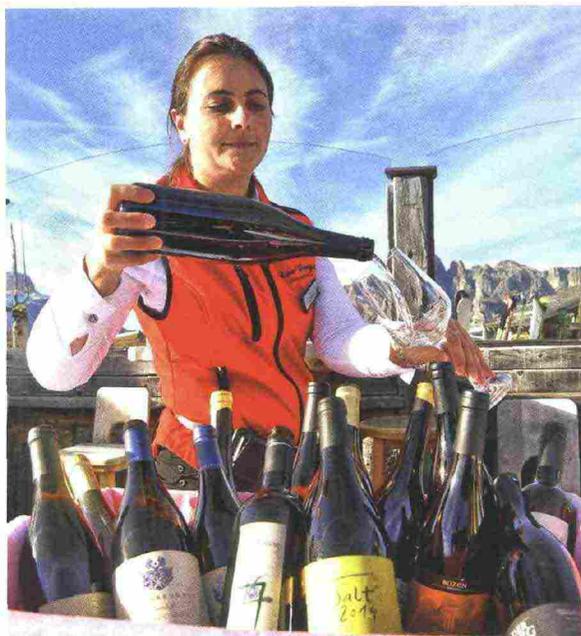
Per una gita d'altri tempi su pendii innevati si può noleggiare una slitta con cavallo. Dove? A La Villa, fra l'incrocio per San Cassiano e la pista baby Col d'Altin (tel. 338 173 4235), oppure a Badia al Maneggio Teresa (tel. 339 391 3677).

Speciale in montagna Alto Adige

In apertura, a destra, lo chef Filippo La Mantia con il piatto pensato per il *Las Vegas lodge*: la pasta con il broccolo in tegame. A destra, lo staff del *Las Vegas lodge* vizia i suoi ospiti con degustazioni di vini; a fianco, lo chef Angelo Sabatelli. Sotto, una "sfilata" di piatti stellati, da sinistra verso destra: uovo, porcini, frisella e taieggio di bufala, a firma Nino di Costanzo; le tagliatelle di puccia alla genovese di manzo con veli di ricotta pugliese stagionata in grotta, pensate da Nicola Laera per il rifugio *Bamby*; gli spaghetti con capesante ed erba di marasciuolo di Sabatelli per il rifugio *I Tablà*; le linguine al limone con cozze, bottarga e pane croccante di Agerola di Alois Vanlangenaeker. Nelle pagine successive: lo chef Matteo Metullio, autore per il rifugio *Piz Arlara* del tortello di caprino su puré di rape rosse, arachidi e ragout di maialino da latte; a fianco, lo chef Chris Oberhammer del ristorante *Tilia*.

ghi di origine degli chef che hanno firmato i menù. C'è l'uovo con porcini, frisella e taieggio di bufala di Nino Di Costanzo che si è "impiantato" al *Club Moritzino* (www.moritzino.it), il leggendario tempio della movida e dell'après ski di Alta Badia. Qui, grazie all'ovovia di Piz la Ila a picco sulla Gran Risa, si arriva anche a piedi, senza stress. Avete voglia di spaghetti aglio, olio e peperoncino? Angelo Sabatelli (www.angelosabatelliristorante.com) ci mette anche capesante ed erba di marasciuolo, preparata con una sua ricetta d'infanzia trasportata dalla Puglia. Il suo piatto vi attende ai 2mila metri de *I Tablà* (www.ladinia.it/itabla), dove un tempo l'erba asciugava nei fienili e oggi gli sciatori si allungano al sole dell'ampia terrazza. Per Alois Vanlangenaeker l'incontro con il sud e Positano del suo ristorante *Zass* (www.ilsanpietro.it) è una fonte inesauribile di ispirazione: anche se il suo piatto preferito restano gli gnocchi, all'Alta Badia ha regalato delle linguine al limone con cozze, bottarga e pane croccante di Agerola che si gustano all'*Utia de Bioch* (www.bioch.it), al cospetto della Marmolada. Rossa, blu, blu, rossa: qualche pista si affronta con curve più strette e ritmate. Su qualcun'altra, come le blu che da Piz Sorega scendono a San Cassiano, si può quasi danzare disegnando linee più ampie, accompagnati da qualche caloria in più, ma mai di troppo. Poi si arriva da Ulli, il proprietario della baita *Las Vegas lodge* (www.lasvegasonline.com), dove quest'anno si è fermato anche il palermitano Filippo La Mantia che, da Piazza Risorgimento a Milano (www.filippolamantia.com), ha portato in quota una pasta con broccolo in tegame. Il Sassongher di fronte, il Sella accanto. Quando arriva l'ora dell'enrosadira è difficile andarsene. Le "dita di rosa" del tramonto illuminano le cime, come solo sulle Dolomiti sa accadere. In cucina si prepara un nuovo giorno, gli ultimi sciatori si accoccolano sotto le coperte del dehor, dove si trova anche una sauna a botte riservata ai clienti del lodge che resteranno in quota per la notte.

Ma niente nostalgia, domani, da Ulli, il safari gourmet ricomincia già al mattino presto. Quando, prima dell'apertura degli impianti, si può decidere di salire, facendosi dare un passaggio dai battipista che preparano la neve. Dieci minuti di viaggio fra racconti e leggende ed ecco il lodge con una colazione da mille e una... alba (le colazioni tra le vette si effettuano tutti i giorni fino alle 10.30 con unica risalita con battipista alle 7.00; l'escursione è adatta anche



L'ALTA BADIA OSPITA TRE COMPENSORI PER LO SCI DI FONDO CON PISTE ADATTE SIA PER LA DISCIPLINA CLASSICA SIA PER LO SKATING: A CORVARA È DISPONIBILE UN ANELLO DI CINQUE CHILOMETRI CHE SI SNODA VERSO COLFOSCO. FRA ARMENTAROLA E SAN CASSIANO, INVECE, CI SONO 26 CHILOMETRI DI PISTE CHE FANNO PARTE DEL CAROSSELLO DOLOMITI NORDICSKI ([WWW.DOLOMITINORDICSKI.COM](http://www.dolomitinordicski.com)) E ALTRI 12 CHILOMETRI SUI PRATI DELL'ARMENTARA.



MANGIA E SCIA... IN ALTA BADIA

• **COLAZIONE TRA LE VETTE.** Per l'intera durata della stagione sciistica in Alta Badia, è possibile salire in quota con il gatto delle nevi quando gli impianti sono ancora chiusi per una corroborante colazione ladina a base di dolci, speck e altri prodotti tipici altoatesini. Un'esperienza che si può vivere tutti i giorni al Rifugio Las Vegas di San Cassiano e il martedì anche al Rifugio Col Alt con partenza alle 7.00 a bordo dei battipista.

• **SOMMELIER IN PISTA.** Il 25 febbraio, il 3 e il 10 marzo, si scia gustando il panorama e degustando il vino. Accompagnati da un esperto sommelier, si faranno varie soste nelle baite, in una sorta di ski safari dedicato ai pregiati vini dell'Alto Adige (quota di partecipazione: 15 euro).

• **RODA DLES SAUS.** Dal 13 al 20 marzo andrà in scena una maratona dedicata ai sapori e alle tradizioni della cucina ladina. Nel comprensorio di Santa Croce, sopra a Piz La Ila, otto rifugi proporranno piatti tipici abbinati ai vini della valle.

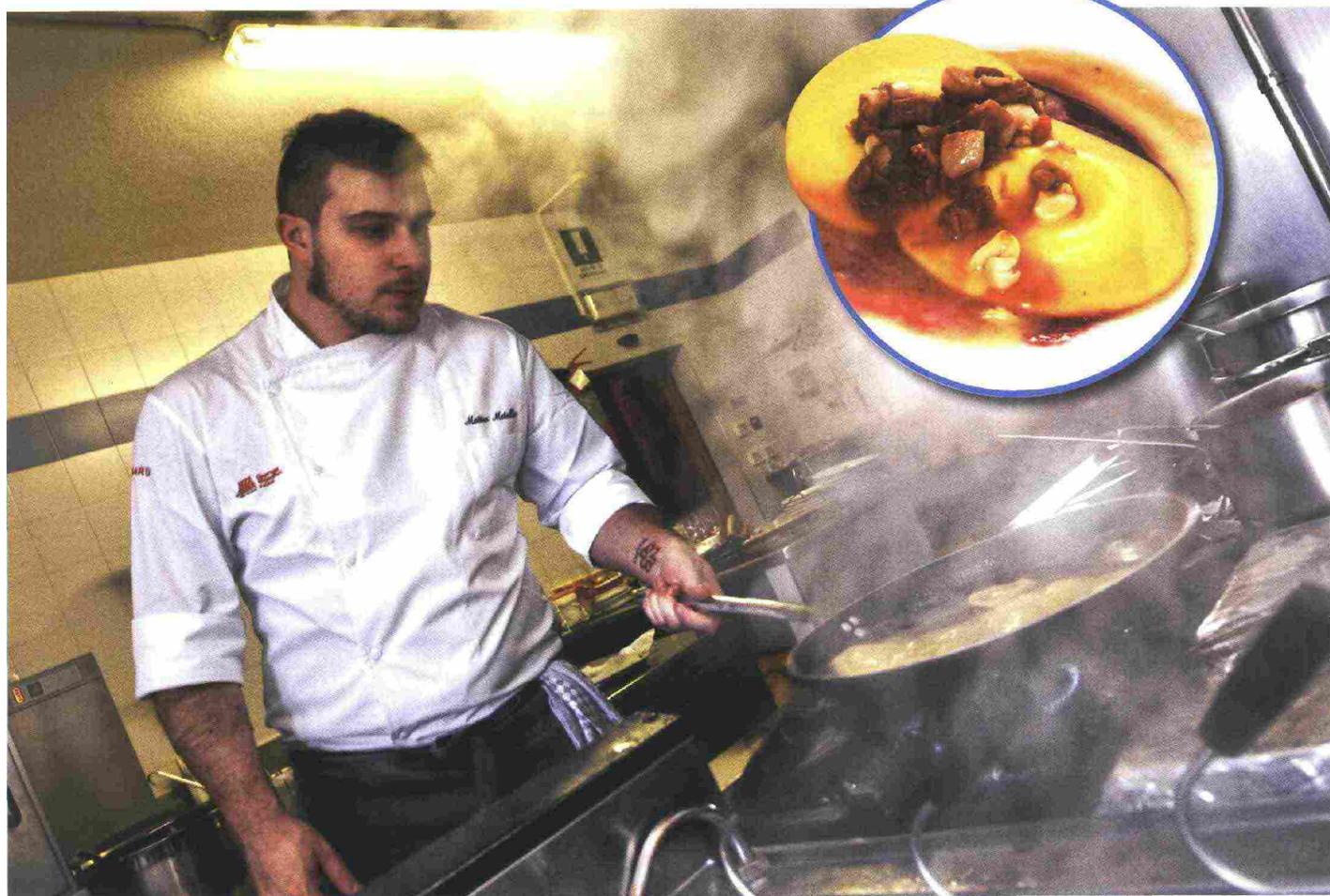
• **DE DL VIN.** Domenica 20 marzo è il giorno del vino. O meglio di un wine ski safari che punta a creare un melange di sapori fra i vini e gli spumanti della valle. Le bottiglie più pregiate vengono portate in quota a 2mila metri per una degustazione fra le baite di Pralongià, Bioch, I Tablà e Piz Arlara (quota di partecipazione: 30 euro).

• **THE SKI CAROUSEL.** Il 2 e 3 aprile si svolgerà il vintage party più atteso dell'anno, che chiude la stagione sciistica ricordando i tempi andati. Piatti in voga negli anni Settanta e Ottanta saranno serviti nei rifugi, mentre sulle piste sarà d'obbligo sciare con equipaggiamento retrò: sono banditi gli sci carving e gli attrezzi troppo moderni! Poi, la sera, nei locali si terranno feste a tema e rigorosamente in "maschera", con premi per il costume più bello.



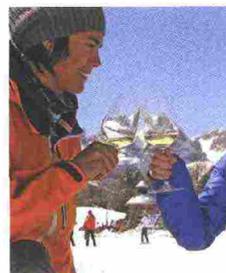
CHI NON SI ACCONTENTA DI SCIVOLARE CON GLI SCI, PUÒ PROVARE L'EMOZIONE DELLO SLITTINO SU PERCORSI DEDICATI E DI OGNI PENDENZA: IL PIÙ LUNGO SCENDE PER 3,5 CHILOMETRI DALL'ALTIPIANO DI PIZ SOREGA A QUOTA 2MILA METRI (COMODAMENTE RAGGIUNGIBILE CON L'OMONIMA OVOVIA) FINO AI 1.357 METRI DI SAN CASSIANO. A LA VALLE CI SONO NUMEROSI TRACCIATI ADATTI ANCHE AI PIÙ PICCOLI, DALLA FORCELLA DI CIANS O DA CRUSC DA RIT.

Speciale in montagna Alto Adige



ai non sciatori che discendono poi con l'ovovia fino a valle - quota 15 euro - tel. 0471 840 138 - www.ulli.it - Il martedì si effettuano anche al rifugio Col Alt - tel. 0471 836 324). Poi via lungo piste ancora immacolate. E allora «Muviment!», come dice la gente di qui che non ha mai amato "adagiarsi" sulle proprie fortune ma reinvestire sempre. Anche nelle idee. «Abbiamo piste bellissime - spiegano in valle - la gente sarebbe venuta comunque a sciare». E invece sono arrivati i gourmet ski safari e tante altre iniziative. Per esempio Care's - the ethical chef days (www.n-n.it/it/cares-ethical-days.htm), un altro progetto firmato Alta Badia e da Niederkofler. Lanciato a metà gennaio con la sua edizione pilota, punta a far incontrare alcuni tra i più importanti chef internazionali per promuovere un approccio etico e sostenibile alla cucina: inoltre, con i proventi di quest'evento, si finanzieranno

borse di studio per una serie di giovani chef, sommelier e pasticceri, «con l'obiettivo che possano restare in Italia a lavorare», spiegano dal St.Hubertus. Da questa cura per la persona e per il territorio è nato anche un altro progetto primaverile pensato per gli sciatori: «Dopo avergli dato da mangiare - spiegano gli organizzatori - non potevamo lasciarli a bocca asciutta». E allora il 25 febbraio s'inaugura il mese del vino con un wine ski safari, che sarà replicato nelle giornate del 3 e del 10 marzo. Per accompagnare il buon cibo, stavolta si gioca in casa con le migliori proposte "al calice" della valle, allargandosi alla produzione dell'Alto Adige. La formula ricalca quella gourmet dei piatti stellati. Con una differenza: «Non lasceremo soli gli sciatori e si berrà con moderazione», precisano, fra il serio e il faceto, gli organizzatori. Da una baita al prossimo brindisi si scierà accompagnati da una



LE DOLOMITI... IN ROSA

Il 21 maggio farà tappa a Corvara il Giro d'Italia. I corridori affronteranno un percorso tra i più impegnativi e amati delle Dolomiti, che comprende i maggiori passi della zona, dal Pordoi al Sella, e il temibile Muro del "Giat" di La Villa, 400 metri con il 19 per cento di pendenza.



INFO UTILI

www.altabadia.org

www.moviment.it

Offerte di primavera. Lungo i 130 km di piste dell'Alta Badia le offerte fioccano e, fra febbraio e marzo, i prezzi si abbassano per far contente tutte le tasche. Gran Risa, la bella nera dove si disputa la Coppa del Mondo, Armentarola, dove la corsa sugli sci finisce con una gita in slitta trainata dai cavalli, sono ancora più convenienti con la bella stagione. Lo **skipass giornaliero Alta Badia**, fino al 19 marzo, costa 49 euro e la mezza giornata 36; dal 20 marzo il costo scende a 43 euro per lo skipass intero e a 32 per la mezza giornata. Lo skipass è valido tra Corvara, Colfosco, San Cassiano, La Villa e Badia e fino ai passi di Campolongo, Falzarego e Gardena. Comprende 53 impianti di risalita che conducono su piste innevate (se necessario artificialmente), adatte a sciatori anche principianti e bambini.

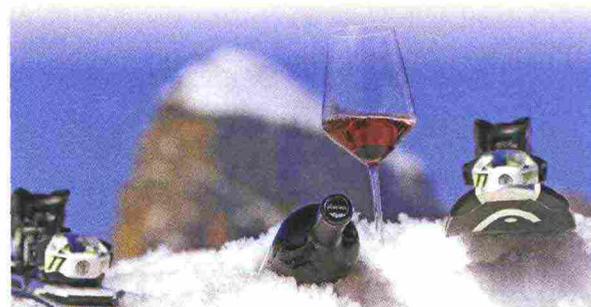
Sciare in grande. Se pensate "at large" ecco il comprensorio del **Dolomiti Superski** con oltre 500 km di piste. È questo lo skipass giusto se volete affrontare il mitico tour del Sella Ronda o il giro della Grande guerra. Serve, infatti, svalicare oltre la val Badia per percorrere l'intero carosello di piste. In questo caso si spendono 54 euro fino al 19 marzo, poi il costo scende a 48 euro. www.dolomitisuperski.com



IN ALTA BADIA SI POSSONO INTRAPRENDERE SPLENDEDE ESCURSIONI NELLA NATURA, COME LA PASSEGGIATA CHE PARTENDO DA CORVARA, DI FRONTE ALLO STADIO DEL GHIACCIO, CONDUCE IN UN'ORA DI LEGGERA SALITA ATTRAVERSO UN BOSCO FINO ALLE CASCATE DEL PISCIADÙ, PASSANDO PER IL LAGO BIOTOPO (UN'AREA CHE COMPRENDE UN LAGO BALNEABILE E UN LAGHETTO PER I BAMBINI, CON SEDIE A SDRAIO, PARCO GIOCHI E BAR RISTORANTE). OGNI MARTEDÌ, INVECE, SI ORGANIZZANO ESCURSIONI GUIDATE FRA I PRATI DELL'ARMENTARA, CON PRANZO AL RANCH DA ANDRÉ (WWW.ALTABADIA.ORG).



guida sommelier. Per il gran finale del 20 marzo, invece, quattro baite si trasformeranno in enoteche tra le nuvole dove si potranno degustare speck e prodotti tipici. Così come "tipici" saranno i vini di questa originale carta d'alta quota. Pinot Bianco, Santa Maddalena, Gewürztraminer, Chardonnay. Per brindare al piacere di vivere e alla natura meravigliosa che ci circonda.



LA MONTAGNA FAMILY FRIENDLY

I bambini fino a 8 anni, se accompagnati da un adulto pagante, sciano gratis. Inoltre, dal 19 marzo a fine stagione, un soggiorno di 7 notti negli hotel aderenti al pacchetto *DolomitiSuperKids* è gratis per i bimbi fino a 8 anni e scontato del 50 per cento per i ragazzi fino ai 12 anni.