



## 6 GIORNI

### LANCIANO

Niente di più rilassante, per staccare dalla frenetica quotidianità e tuffarsi nel verde, chiacchierando allegramente con chi la terra la vive, per riscoprire sapori che sulle nostre tavole vanno scomparendo o non siamo abituati a valorizzare. Il programma prevede piccole passeggiate su sentieri di facile percorribilità: si consigliano scarponcini e binocolo.

#### 1° GIORNO:

Arrivo degli ospiti

Arrivo in hotel. Sistemazione nelle camere riservate. Cena e pernottamento.

#### 2° GIORNO LANCIANO E LA COSTA DEI TRABOCCHI:

Prima colazione. Incontro con la guida. Arrivo a Lanciano e visita della città antica che custodisce nella Chiesa di S. Francesco il primo Miracolo Eucaristico che la Chiesa ricordi, avvenuto nel VIII secolo. Proseguimento per la visita di una delle abbazie più suggestive del centro-sud, S. Giovanni in Venere a Fossacesia: costruita su un tempio pagano gode di una splendida posizione in collina ricoperta di oliveti affacciata sul mare.

Pranzo. Attraverseremo poi uno dei tratti costieri più suggestivi dell' Adriatico che ha ispirato il poeta Gabriele D'Annunzio: la costa dei trabocchi, nome che descrive particolari costruzioni su palafitte utilizzate in passato dai pescatori della zona. Breve passeggiata a piedi sul litorale roccioso per vedere da vicino i più spettacolari trabocchi.

Rientro in hotel, cena e pernottamento.

#### 3° GIORNO GUARDIAGRELE: SIGNORA DELLE COLLINE DI CHIETI

Prima colazione. Partenza. Incontro con la guida a Guardiagrele e visita guidata di questa antica e nobile cittadina ai piedi della Majella, patria di incisori e ramai. A seguire visita ad una azienda vitivinicola lungo la Valle del Foro per conoscere il rinomato vino autoctono Montepulciano d'Abruzzo. Pranzo degustazione presso l'azienda. Rientro in hotel. Cena e pernottamento.

#### 4° GIORNO FARA SAN MARTINO: LA PASTA ED I SAPORI DEL PARCO NAZIONALE DELLA MAJELLA.

Colazione in hotel ed incontro con la guida. Partenza per Fara San Martino. Imponente e selvaggia, la Majella, la Montagna Madre per gli abruzzesi, veglia su questo pittoresco borgo longobardo famoso nel mondo per i suoi pastifici come la "De Cecco" e la "Del Verde". Arrivo a Fara ed escursione con guida naturalistica alla scoperta degli ambienti naturali che maggiormente caratterizzano il territorio di Fara San Martino: le sorgenti del fiume Verde e le "Gole" di San Martino.

Pranzo tipico. A seguire passeggiata guidata all'interno del borgo medioevale di Fara, "Terravecchia", e visita del Museo del Parco Nazionale della Majella e dell'annesso Museo Naturalistico dove sono stati ricostruiti i principali aspetti che caratterizzano questo massiccio. Distintivo è un pannello attraverso il quale è possibile ascoltare il canto di molti uccelli che abitano la zona. Sosta in un pastificio locale (da confermare). Cena e pernottamento in hotel.

#### 5° GIORNO CORSO DI CUCINA IN AGRITURISMO

Colazione in hotel. L'intera giornata sarà dedicata alla scoperta dei sapori tipici abruzzesi.

Arrivo presso l'agriturismo e incontro con i titolari e con la guida. In mattinata visita guidata ai mercatini, agli orti e alle colline teatine con pasto frugale. Nel pomeriggio corso di cucina con i prodotti acquistati al mercato o raccolti in campagna. Cena preparata dagli ospiti!

Rientro in hotel. Pernottamento.

#### 6° GIORNO PARTENZA

Colazione in hotel. Giornata libera a disposizione e partenza.

