

# MONTE FINIGLIA E COLLE GRUGNOLETA sotto il monte Pennino

*un'escursione e altro ancora*  
*a cura di Daniele Crotti e Brigata A. L. P. E. Colombo*



La linea del confine che divide Umbria e Marche, guarda caso, passa proprio al monte Finiglia e sul colle Grugnoleta (per proseguire, a sud, sul monte Pennino, a metà strada tra la sua cima e il C.le della Croce).

Da Colle Aprico siamo ancora in terra umbra. Al valico del Cornello (813 m) entriamo nel maceratese. Se il tratto che dal Finiglia al Grugnoleta è, come detto, lungo il confine virtuale tra le due regioni, dal Grugnoleta a scendere troniamo in territorio nocerino.

Particolare attenzione meriterebbe Bagnara (634 m all'altezza dell'unico esercizio commerciale ora presente: LA PIZZICHERIA BISTRO' di Katia Dominici; che poi è un bar alimentari, come un tempo, con possibilità di pranzare in semplicità e genuinità tra le 12 e le 14), borgo ormai quasi del tutto ristrutturato ma ancora poco ri-abitato: poco più di 200 abitanti residenti, ci dicono.



In altra occasione meriterà una visita l'Eremo Sant'Angelo "de Bagnara sive de Appennino", così come le sorgenti del Topino (e più sotto le già ammirate cascate dello stesso) e un breve giro all'interno del borgo sino alla chiesa madre soprastante la Strada Septempedana. Lo abbiamo già proposta in tempi pre-Covid-19, come ormai si usa dire, e, chissà, ricapiterà un'occasione consimile.

Ma...

venendo e rientrando via Nocera...:

## Nocera Umbra e le sue terre



Al termine dell'escursione, ripassando per Nocera, se qualcuno volesse fermarsi e (ri)vistarla, ci preme fornire alcune indicazioni riguardanti tale cittadina (con la via Flaminia che la tagliava al suo interno), i suoi tesori, le sue acque, la sua storia, le sue vicissitudini... (ma non accenneremo al terremoto di alcuni anni fa che la sconvolse: è quasi rinata, sia pur stravolta...). Dunque, in breve, per non tediare.

*Nella prima sosta montana salutiam Nocera  
Dai vivi fonti e il ventilato clima.  
Mentre il meriggio sopra i campi tace,  
Una cicala colla roca rima  
Canta l'idillio dell'estiva pace.*

*Alinda Bonacci Brunamonti*

Il nome di Nocera deriverebbe dall'unione di due termini della lingua osco-umbra "NOU" e "KRIA" ovvero "nuova costruzione" o "nuova rocca".

La posizione geografica, con ampie distese di monti, colline e vallate ricche di acque, ha favorito insediamenti umani sin dalla preistoria, di cui il territorio porta significative tracce.

Già, le ACQUE! L'abbondanza di acque (la pubblicistica locale dice che le sue caratteristiche organolettiche sono uniche) è forse oggi la principale ricchezza del territorio nocerino. Da qui arrivano a Perugia e in vari altri Comuni della Regione. Quattro sono le principali sorgenti: **Angelica**

(nasce a Bagni di Nocera ed è la più antica; nel XIX secolo l'industriale milanese Felice Bisleri la potenzia commercialmente. Il marchio con la leonessa è ancora presente sulle bottiglie che escono dallo stabilimento di Nocera Scalo), **Flaminia** (nasce in località Le Case, è forse la più nota sul piano commerciale), del **Cacciatore** (detta anche "del Centino": nasce presso Schiagni), del **Rio Fergia** (nasce in frazione Boschetto, ai confini con Gualdo; ne ricorderete pochi anni fa le battaglie per "salvarla"). Sono acque veramente buone; lungo la strada ne incontriamo una: sostare e bere per credere!).

Ai tempi della "civiltà umbra" in essa trovò vita e progresso la tribù dei *Favoniensis*, devoti alla dea Favonia, cui si aggiunsero i Camellani, provenienti dalla vicina Camerino. Nel I secolo anti-era volgare fu elevata dai Romani (durante l'occupazione romana, all'inizio, Nocera visse un periodo di floridezza) a "Municipium" e la realizzazione della strada consolare Flaminia e poi del "diverticulum" (scorciatoia) Nocera-Ancona ne garantirono la fortuna (poi la rovina...).

La calata dei popoli nordici, con la caduta dell'Impero Romano, risultò devastante per Nocera.

I Visigoti prima e i Longobardi poi costrinsero la popolazione ad arroccarsi sul colle originario (ivi è oggi la parte più antica). I Longobardi si integrarono successivamente con la popolazione autoctona, e fecero di Nocera una "Arimannia" di avamposto sicuro per il Ducato di Spoleto. E tante ne sono le testimonianze. In città v'è un interessante Centro di documentazione dei siti archeologici territoriali, anche al riguardo, con tanto di una Guida del museo ricca ed esaustiva.

Intorno all'anno Mille Nocera era composta da un incastellamento fitto e ben collegato, dove rocche, castelli e torri (punti strategici di osservazione e controllo), dettero lustro e dominio ad un territorio assai vasto (Nocera era detta "*Arx fortissima*", rocca imprendibile). Poi nel XII-XIII secolo ecco le lotte tra Guelfi e Ghibellini: Federico II la distrusse. Ricostruita alla fine del Trecento passò ai Trinci di Foligno per conto dello Stato della Chiesa, e poi lo Stato Pontificio la fece del tutto sua (per fortuna poi arrivò l'Unità d'Italia!). Il Rinascimento la apprezzò per le sue acque terapeutiche e divenne meta di personaggi illustri nei secoli successivi.



Nell'attuale Comune si ha testimonianza oggi di una quindicina tra castelli e torri (di quel che rimane, in buona parte), espressione degli importanti trascorsi medievali del territorio. Ecco allora: Boschetto, Castelvecchio di Bagnara, Castiglioni, Colle, Giuggiano, Isola, Lanciano, Landolina, Maccantone, Montecchio, Pertana, Poggio, Postignano, Salmaregia, Serpigliano... Potrebbe essere un'idea quella

di programmare nel futuro un percorso per (ri)scoprirli tutti quanti (su quattro ruote più che su due piedi, ovviamente!).

Lasciamo ai singoli percorrerla e conoscerla, questa sfortunata cittadina: museo di cui sopra a parte, chiese e palazzi, una pinacoteca, la cattedrale, vie e viuzze, piazze e piazzette, e, soprattutto, il simbolo della città, la torre civica, ovvero *il campanaccio*. Certo è ancora in buona parte disabitata, ma è indubbiamente stimolo fascinoso rivederla.



Altra peculiarità, più recente, ma oltremodo emozionante e suggestiva, è quella dei siti legati alla Resistenza antifascista. Il Municipio ha posto varie lapidi nel suo territorio, interessanti e stimolanti (Da Nocera a Collecroce, e verso il Pennino, verso Annifo...). È in mente un itinerario ad hoc. Chissà. Ma ne ripareremo, spero proprio.



## *Suggerimenti per un terzo tempo*

Il Passo del Cornello separa Umbria e Marche, separa la provincia di Perugia da quella di Macerata, di fatto i Municipi di Nocera Umbra e Fiuminata.

### **A NOCERA**

Raccomanderemmo la Pizzeria – Pineria La Coccinella:



### **A FIUMINATA**

Se a Nocera U. è nota la “roccciata” così come nel folignate e in altri comuni umbri, anche se a volte con nomi diversificati se non proprio differenti, Fiuminata è nota (anche) per la “crescia fogliata”, dolce simile (ma non poi troppo) al precedente.

Da Fiuminata, ove nacque, la crescia fogliata si è poi diffusa in altre aree marchigiane, a Pioraco, a Matelica, a Cerreto d’Esi, a Fabriano e forse altrove.

Non va peraltro confusa con la crescia sfogliata, tipica in Urbino, che è invece salata (così come a Civitanova Marche).

Ma ci limitiamo e ci fermiamo qua.

E raccontiamo della nostra crescia fogliata (in dialetto *crescia fojata*), quella di Fiuminata (Laverino, Pontile, Castello, Massa).

Per noi resta infatti un dolce del maceratese, il dolce di Fiuminata.

## La crescita fogliata

È dolce tipico di Fiuminata, preparato tutto l'anno ma in origine tradizionale a dicembre per Natale. La ricetta è stata inventata dai contadini di un tempo passato: le sue origini potrebbero essere fatte risalire all'alto medioevo (già apprezzata dai Da Varano di Camerino), fermo restando che era un dolce dei ceti più bassi della popolazione.

Il nome è composto da crescita (torta) e da fogliata (pasta sfoglia). In dialetto locale è chiamata pure *lu rocciu* (corrispettivo verosimilmente della rocciata umbra) o *torcigliò* (torciglione); è preparato oggi in panetteria, nelle pasticcerie, ma soprattutto è artigianale, è casalingo, preparato in casa e tramandato da generazione a generazione.

Ha un aspetto attorcigliato, a spirale o a ferro di cavallo, come una sorta di “serpentone” dolce, ma non è uno strudel né tantomeno il torciglione del lago Trasimeno. Può essere anche allungato.



## Ecco la “nostra” ricetta

### Ingredienti:

per la pasta servono 200 gr di farina, 100 gr di burro, un uovo, sale. Per il ripieno: mezzo chilo di mele, 100 gr di uvetta, 200 gr di zucchero, 150 gr di noci, 150 gr di fichi secchi, cannella, un bicchiere di marsala, mezzo bicchiere di mistrà, 50 gr di marmellata, 100 gr di crema.

### Preparazione:

impastare e amalgamare bene un terzo della farina e il burro, formare una palla e far riposare. Impastare la restante farina con sale, mezza tazza d'acqua e l'uovo. Tirare la sfoglia non troppo sottile. Mettere a cuocere a fuoco basso in una terrina tutti gli ingredienti del ripieno. Quando le mele sbucciate sono a metà cottura, togliere e far raffreddare. Nel frattempo stendere la pasta sfoglia, versarci il ripieno e arrotolare. Mettere in forno per 20-25 minuti (200°). Servire raffreddata.

### NB:

ne esiste anche una versione povera, ideata a Laverino, a quanto ci risulta, nella quale molti ingredienti mancano, come noci, fichi secchi, e altro ancora. Questa variante la dovete chiedere ai privati, perché non la trovate nei negozi di panetteria o nelle pasticcerie (noi facciamo sempre riferimento alla pasticceria “Le dolci tentazioni” di Massa di Fiuminata)