

KURIULAND

OLTRE L'ESPERIENZA

Travel

La magia delle valli
del Trentino meridionale

Outdoor

L'Italia dei borghi
fantasma

Food&Drink

Formaggi. Regione
che vai, cacio che trovi



Lasciati ispirare: Travel, Tempo libero, Sport, Outdoor, Food&Drink, Cultura



LA MAGIA DELLE VALLI DEL TRENTINO MERIDIONALE

Dal Lago d'Idro a Trento, tanti piccoli angoli di paradiso

A cura di Vincenza Vigianello

Nel cuore delle Alpi italiane, il territorio del Trentino si svela in un susseguirsi di **valli che raccontano storie antiche**, paesaggi mozzafiato e una tradizione che affonda le radici in un rapporto profondo con la montagna. Ogni valle, con la sua unicità, offre scorci di rara bellezza, dove il silenzio della natura si intreccia con le voci di chi ha saputo preservare un patrimonio culturale che, ancora oggi, resiste alla modernità. Dalle vette imponenti alle acque cristalline dei laghi alpini, fino ai borghi che sembrano sospesi nel tempo, il Trentino è una meta capace di sedurre chi cerca un **contatto autentico con la natura** e le tradizioni locali. Un viaggio tra queste valli non è solo un'esperienza turistica, ma una riscoperta di un modo di vivere che, tra passato e futuro, continua a esprimere pace e bellezza.

Sono **luoghi incantati** per gli amanti della natura e degli sport all'aperto, ma anche per chi vuole saziare la propria voglia di cultura, di storia e di buon cibo. Un territorio tutto da scoprire, ospitale in ogni stagione dell'anno e che nel periodo di Natale diventa ancora più magico, tra i mercatini tradizionali e le calde atmosfere dei borghi.

Vi portiamo con noi alla scoperta di alcune delle **valli più pittoresche del Trentino meridionale**, partendo dallo splendido **Lago d'Idro** per arrivare nella moderna **Trento**.

Il fiume Chiese all'interno del Parco Naturale Adamello Brenta
Shutterstock, Alberto Masnovo



La chiesa medievale di Santo Stefano di Carisolo, in Val Rendena, con i suggestivi affreschi dei Baschenis
Shutterstock, Andrea Contrini



La Valle del Chiese e il Parco dell'Adamello

La **Valle del Chiese** è uno di quei luoghi in grado di accontentare davvero chiunque. Deve il nome all'omonimo fiume, il Chiese, che l'attraversa da nord a sud per poi gettarsi nelle acque del Lago d'Idro, al confine con la Lombardia. **Qui è possibile praticare la canoa, la vela e il windsurf, o semplicemente godere del paesaggio incontaminato.** La valle, placida propaggine del massiccio dell'Adamello, presenta **ruscelli, boschi e prati** a perdita d'occhio, mentre i paesini che ne puntellano il territorio sono testimoni dell'antico mondo contadino, che qui offre ancora intatta la sua genuina bellezza, tra campi coltivati e un'atmosfera di tranquillità. Inoltre, le acque dei torrenti e dei laghi che attraversano la valle sono ambitissime dagli appassionati di pesca.

La valle è porta d'accesso al **Parco Naturale Adamello Brenta, meta imperdibile per gli amanti dell'ice climbing**, grazie alle oltre cento cascate che d'inverno diventano pareti di cristallo. Dopo una giornata immersi in passeggiate e attività fisica all'aperto, è ancora più appagante assaporare i prodotti locali, come i formaggi di malga, i funghi e la celebre **polenta di Storo**, resa unica dal mais di questa terra.

Pinzolo, Campiglio e le Dolomiti del Brenta

Così come la Valle del Chiese, anche la **Val Rendena** appartiene al territorio delle Giudicarie. Qui la natura ha deciso di mostrarsi in tutta la sua spettacolare bellezza, tra specchi d'acqua, boschi e ghiacciai perenni. **Le Dolomiti di Brenta - riconosciute dall'Unesco Patrimonio dell'Umanità - sono il vero tesoro di questa terra.**

Il maggior centro della Val Rendena è **Pinzolo**, le cui piste sciistiche sono collegate con quelle di Campiglio, formando un comprensorio di oltre 150 chilometri di piste. **Madonna di Campiglio è l'indiscussa regina della valle**; l'incantevole Campo Carlo Magno offre l'eccellenza per chi pratica lo sci alpino e quello nordico, ma offre anche lo speedway su ghiaccio. La Val Rendena emoziona anche d'estate con il golf,



Veduta panoramica della Val di Non, con i suoi celebri frutteti e meleti
Shutterstock, ansharphoto

l'equitazione, il parapendio, il downhill, il tiro con l'arco e la mountain bike. Oltre allo sport, non dimenticate di visitare **San Vigilio di Pinzolo** e **Santo Stefano di Carisolo**, due chiesette famose per le **Danze macabre affrescate dai Baschenis**, una famiglia di affrescatori itineranti attivi tra il Quattrocento e il Cinquecento.

Acque cristalline e meleti a perdita d'occhio

E la magia del Trentino continua intatta anche nella **Val di Sole**. Come suggerisce il nome - che non c'entra con la nostra stella, ma si riferisce a Sulis, divinità celtica delle acque - la Val di Sole è **uno scrigno a cielo aperto di acque cristalline**. Merito del Noce - uno dei migliori fiumi al mondo dove praticare rafting, canoa e kayak - e delle acque termali di Rabbi e Pejo, quest'ultime aperte anche d'inverno. Lungo il fiume si sviluppa una splendida ciclabile e anche Val di Sole è connessa all'immenso comprensorio sciistico che collega a Madonna di Campiglio e Pinzolo.

Proseguendo lungo il Noce, si raggiunge la selvaggia e poco urbanizzata **Val di Rabbi** - ricca di flora e di fauna grazie al Parco Nazionale dello Stelvio - e la **Val di Non**, il cui nome deriva dalla popolazione celtica degli Anauni. Quest'ultima è conosciuta come "valle delle mele" grazie alla vasta produzione di Golden Delicious; in primavera, i meleti in fiore offrono un incanto di colori e profumi, mentre in autunno l'intera comunità è coinvolta nella raccolta del frutto-



Madonna di Campiglio, una delle stazioni sciistiche più note delle Dolomiti, al crepuscolo
Shutterstock, lorenza62



Fra i meleti della Val di Non, lo splendido castello appartenente alla famiglia dei conti Thun

Shutterstock, Malcolm Grima



Veduta della città vecchia di Trento dalla loggia del Castello del Buonconsiglio

Shutterstock, trabantos

simbolo di questi luoghi. Inoltre, Val di Non deve il suo fascino anche allo splendido **Castel Thun**, ai palazzi affrescati, alle chiesette nel verde dei suoi prati e al suggestivo santuario di San Romedio. Infine, il Canyon Rio Sass offre un percorso indimenticabile attraverso incredibili passerelle sospese sulle rocce.

Trento e la Valle dell'Adige

Con ancora gli occhi pieni di natura raggiungiamo **Trento**. Sorge al centro della Valle dell'Adige (o *Etschtal* in tedesco), la più grande piana del Trentino. Sicuramente, consigliamo una visita nella città, celebre per le sue atmosfere mitteleuropee e per le architetture rinascimentali (imperdibile il **Castello del Buonconsiglio** con il suo stile gotico-rinascimentale, uno dei più noti complessi monumentali del Nord Italia) soprattutto nel periodo natalizio, quando i **tradizionali mercatini** di piazza Fiera e di piazza Cesare Battisti riscaldano i cuori di adulti e di bambini, tra luci e profumi, prodotti artigianali, gastronomia locali e ottimi vini.

Ma anche a Trento è possibile andare alla scoperta di altre **meraviglie naturalistiche**. Ad appena mezz'ora di auto dalla città, infatti, si erge maestoso il **Monte Bondone**. Qui ad attendervi troverete oltre 35 chilometri di piste, oltre a sentieri per il trekking e per la mountain bike. Imperdibile è il **Giardino Botanico Alpino Viote** – uno scrigno di biodiversità alpina con oltre 2000 specie di piante rare, giunte qui da ogni angolo del mondo – così come la **Terrazza delle Stelle**, una cupola d'acciaio circondata dalla natura incontaminata. Inserita nel registro mondiale Unesco tra

i "siti connessi al cielo", la Terrazza delle Stelle permette di guardare la volta celeste grazie a un telescopio di 80 centimetri di diametro e, d'estate, diventa un palcoscenico stellato per indimenticabili concerti di musica classica e leggera.

Il Trentino è davvero una **terra straordinaria**, in grado di offrire un'esperienza unica tra montagne, laghi, storia e tradizioni. I suoi paesaggi mozzafiato e le tante attività che si possono praticare all'aria aperta lo rendono la meta ideale per una vacanza in ogni stagione. A Natale, poi, la magia raddoppia: passeggiate nei boschi innevati, cioccolata calda davanti a un caminetto, cene nel tepore degli chalet, luci e suoni dei mercatini natalizi, profumo di caldarroste e brindisi con vin brulè trasformano questa regione in un presepe vivente. Perché il Trentino sa come incantare qualunque visitatore, sempre.

KuriUland è interattivo

Kuriuland ha una doppia anima, sia cartacea che digitale

Inquadra i QR Code



Inquadra con il tuo smartphone i QR CODE arancione che trovate nelle pagine di questo magazine. Approderete alle esperienze della community della App KuriU.



Inquadrando i QR CODE in viola, invece, avrete accesso esclusivo agli approfondimenti digitali su kuriuland.it



Scopri i contenuti digitali

Kuriuland.it

Leggi gli approfondimenti digitali esclusivi che riserviamo ai nostri lettori in ogni numero

App KuriU

Leggi le esperienze pubblicate e interagisci con gli utenti della community KuriU



NON CHIAMATELA MRS. HITCHCOCK

Alma Reville, la “dolce” metà del Maestro del brivido

A cura di Carolina Tocci

«Mi permetto di citare per nome solo quattro persone che mi hanno dato il massimo dell'affetto, dell'apprezzamento, dell'incoraggiamento e una costante collaborazione. La prima è una montatrice cinematografica, la seconda è una sceneggiatrice, la terza è la madre di mia figlia Pat, e la quarta è una cuoca tanto brava da aver compiuto miracoli in una cucina domestica. E i loro nomi sono Alma Reville».

Nel 1979, Alfred Hitchcock viene insignito del Premio alla carriera da parte dell'American Film Institute e, nel suo discorso di ringraziamento, riconosce pubblicamente l'importante ruolo svolto dalla moglie Alma Reville sia nel lavoro che nel privato.

Ma facciamo un passo indietro.

Londra, Studi di Islington, 1923. Un giovanissimo **Alfred Hitchcock**, appena ventiquattrenne, è impegnato nella lavorazione del film muto *Woman to Woman (L'ultima danza)*, pellicola diretta da Graham Cutts, nel ruolo di sceneggiatore

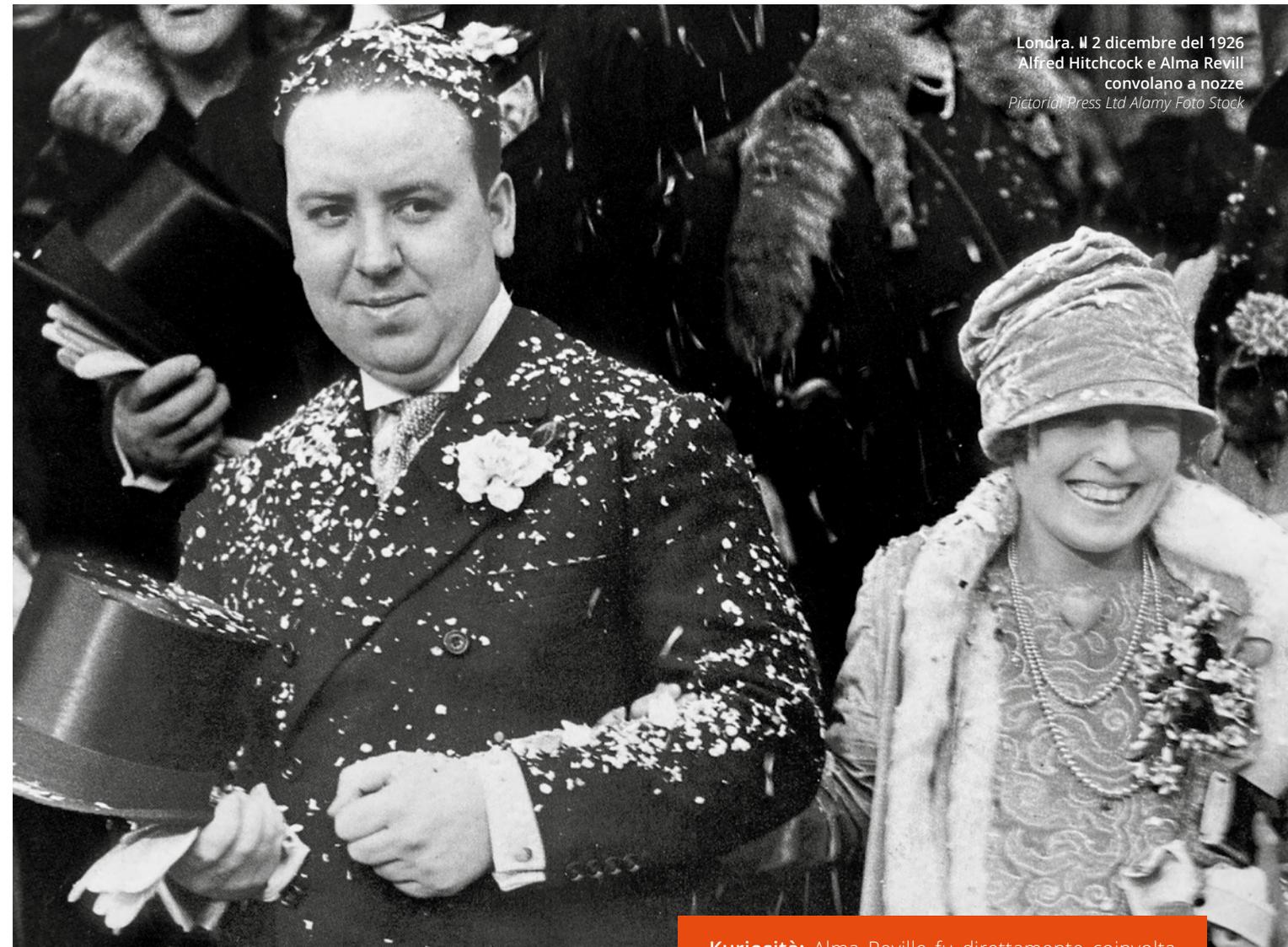
e aiuto regista. La casa di produzione è la Balcon, Freedman & Saville che annovera, tra i suoi montatori, una figura particolarmente brillante che aveva già lavorato con autori del calibro di David Wark Griffith. Si tratta della giovane, ventiquattrenne anche lei, **Alma Reville**, alla quale Alfred chiede di montare le inquadrature del film al quale sta lavorando. Da quella collaborazione nasce prima un fidanzamento e poi un matrimonio, celebrato nel 1926, e durato fino alla morte di lui, nell'aprile del 1980.

Il lungo rapporto tra Alfred e Alma, oltre che di natura



54 anni di matrimonio e oltre 60 film insieme, tra il set e la vita privata

Masheter Movie Archive Alamy Foto Stock



Londra, il 2 dicembre del 1926
Alfred Hitchcock e Alma Reville
convolano a nozze
Pictorial Press Ltd Alamy Foto Stock

sentimentale, viene ricordato come uno dei **sodalizi artistici** più importanti della storia del cinema, andando a delineare una simbiosi tra i due che ha segnato in modo indelebile la carriera del **maestro del brivido**.

Nonostante amasse rimanere nell'ombra, senza di lei molti dei capolavori di Hitch forse non avrebbero raggiunto la stessa perfezione e lo stesso impatto che li ha resi **immortali**. A Hollywood lo sapevano tutti: Alfred Hitchcock non faceva un passo senza prima consultarsi con la sua minuta (alta appena un metro e mezzo), brillante metà della quale ha sempre lodato l'**occhio critico** e il talento innato nell'individuare i punti deboli all'interno delle storie, oltre alla bravura in cucina.

Partners in crime

Per vent'anni, dal 1930 al 1950, Alma scrive quasi tutti i film del marito e, nei rari casi in cui non lo fa, **supervisiona personalmente** i copioni scritti per lui da altri. A volte ufficialmente accreditata, altre in maniera più informale, la sua **ossessione per la continuity** (la coerenza nell'aspetto e nello sviluppo di eventi, ambienti, situazioni e personaggi), il montaggio e la struttura narrativa delle storie la rende il perfetto complemento di Alfred.

Kuriosità: Alma Reville fu direttamente coinvolta anche nella lavorazione di *Psycho*, pellicola cult diretta da Hitchcock nel 1960. Il suo apporto fu fondamentale soprattutto nella scena passata alla storia come una delle più celebri mai girate: quella della doccia nella quale l'attrice Janet Leigh viene uccisa. Nello specifico, la parte in cui la Leigh appare già morta sul bordo della vasca da bagno con il viso sul pavimento venne modificata all'ultimo perché, durante le anteprime, a pellicola quasi terminata, Alma fu l'unica ad accorgersi che si vedeva l'attrice respirare.

Nei primi anni in cui Hitchcock gira i suoi film, pellicole non proprio di successo come *The Pleasure Garden* (1925), *The Mountain Eagle* (1926) e *The Ring* (1927), Alma Reville è accreditata nei titoli di coda come montatrice, sceneggiatrice e assistente alla regia. In *The Lodger: A Story of the London Fog* (1927), il primo film unanimemente considerato dalla critica come hitchcockiano e il primo successo commerciale per il regista, Alma fa persino la comparsa. Con il passare degli anni, e in particolare con il trasferimento a Hollywood, il nome della donna compare sempre più raramente tra i collaboratori accreditati, ma il suo parere rimane per Alfred Hitchcock un **punto di riferimento** imprescindibile.



Grazie ai formaggi, tutta l'Italia su un tagliere
Shutterstock, marco mayer

regioni del nord Italia, è simile al Parmigiano ma presenta alcune differenze nella lavorazione e nella stagionatura, risultando leggermente più morbido e meno complesso al palato.

Centro

Il centro Italia è una terra caratterizzata da colline, borghi medievali e paesaggi bucolici, dove la **tradizione pastorale** è profondamente radicata e la produzione casearia riflette un legame profondo con il territorio. Il **Pecorino** è senza dubbio il formaggio simbolo di questa parte del Paese, prodotto in diverse regioni con varianti che esprimono le peculiarità locali. Il **Pecorino toscano DOP**, ad esempio, è noto per il suo sapore dolce e delicato nella versione giovane, mentre acquista un carattere più deciso e piccante quando stagionato. Viene prodotto con latte di pecore tradizionalmente allevate nelle colline della Toscana, e rappresenta un perfetto equilibrio tra sapidità e dolcezza, ideale per essere gustato da solo o come ingrediente in molte ricette tradizionali. Un'altra variante del pecorino è il **Pecorino romano DOP**, prodotto principalmente nel Lazio e in Sardegna. Nonostante il nome, gran parte della produzione avviene oggi in Sardegna, anche se il formaggio mantiene un legame indissolubile con la cucina romana. Il Pecorino romano è un formaggio a pasta dura e dal sapore sapido, utilizzato principalmente grattugiato per insaporire piatti iconici come la pasta alla carbonara, la cacio e pepe e l'amatriciana. A differenza delle altre varianti di pecorino, quello romano si caratterizza per una stagionatura più lunga, che gli conferisce una struttura più compatta e un sapore più intenso e piccante. Nell'Umbria e nelle Marche, un'altra eccellenza casearia è il **Pecorino di Norcia**, che spesso si presenta con una crosta nera, dovuta a un

trattamento con cenere o olio d'oliva. Questo formaggio ha un sapore deciso, con note leggermente piccanti e una texture compatta. In Abruzzo, invece, troviamo il **Canestrato di Castel del Monte**, un formaggio di latte ovino che prende il nome dai cesti di vimini ("canestri") usati per la sua forma. Il Canestrato ha un sapore robusto e aromatico, particolarmente apprezzato nella sua versione stagionata. Tra i formaggi a latte vaccino, la **Caciotta** è uno dei più diffusi nel centro Italia. Si tratta di un formaggio a pasta morbida e dolce, prodotto in diverse varianti in Toscana, Umbria e Marche. Le caciotte possono essere arricchite con ingredienti locali come peperoncino, tartufo o erbe aromatiche, rendendole perfette per accompagnare antipasti o degustazioni di salumi.



Signore incontrastato di qualsiasi primo piatto della tradizione romana, il Pecorino romano DOP

Shutterstock, Pecorino Romano - barmalini

Un ponte tra la Lombardia e il Piemonte: sua maestà il Gorgonzola

Shutterstock, Gorgonzola - sweet marshmallow



Il Caciocavallo, contraddistinto dalla classica forma a pera

Shutterstock, Caciocavallo - ChiccaDodiFC

Sud

Il sud Italia è una terra di sapori intensi e tradizioni millenarie, e la produzione di formaggi non fa eccezione. In questa parte del Paese, le tecniche di caseificazione spesso riflettono un forte legame con le antiche **tradizioni agricole e pastorali**, mantenute vive grazie al lavoro di piccoli produttori locali. Il formaggio più iconico del sud Italia è senza dubbio la **Mozzarella di bufala campana DOP**, prodotta principalmente in Campania, nelle province di Caserta e Salerno, nel sud del Lazio e in alcune province della Puglia e del Molise. La mozzarella di bufala è un formaggio a pasta filata fresco, noto per la sua consistenza elastica e il sapore lattico e leggermente acidulo. La bufala, animale simbolo di queste terre, fornisce un latte ricco di grassi e proteine, che conferisce al formaggio una morbidezza unica. La **Burrata**, originaria della Puglia, è un altro formaggio a pasta filata che ha conquistato palati in tutto il mondo. Simile alla mozzarella all'esterno, la burrata nasconde un cuore cremoso di stracciatella, ottenuto mescolando panna e fili di pasta filata. Nel sud, troviamo anche formaggi a pasta dura e stagionati, come il **Pecorino sardo** e il **Fiore sardo**, prodotti

in Sardegna. Il Fiore sardo, in particolare, è un formaggio ovino affumicato e dal sapore intenso, che viene stagionato per diversi mesi e presenta una crosta dura e scura. Il suo sapore deciso lo rende ideale per essere gustato da solo o grattugiato su piatti di pasta o zuppe. Un altro grande classico del sud Italia è il **Caciocavallo silano DOP**, prodotto in diverse regioni meridionali come Calabria, Basilicata, Puglia e Campania. Questo formaggio a pasta filata è caratterizzato dalla sua tipica forma a pera e dal sapore dolce e burroso nella versione giovane, che diventa più piccante e intenso con la stagionatura. La Sicilia, infine, offre una gamma di formaggi straordinari, tra cui spicca il **Ragusano DOP**, prodotto nelle province di Ragusa e Siracusa. È un formaggio a pasta filata stagionato, che viene tradizionalmente legato con corde e appeso per l'asciugatura, conferendogli una forma parallelepipedica unica. Il suo sapore è deciso, con note leggermente piccanti e una consistenza compatta, perfetto sia per essere gustato a fette che grattugiato. Sempre in Sicilia, il **Pecorino siciliano DOP** è uno dei formaggi più antichi d'Italia, menzionato persino da Omero, che in un passo dell'*Odissea*, riferendosi a Polifemo, scriveva: "Fa cagliare metà del latte e lo depone in canestri intrecciati".



Scavo Archeologico Palatino

BE PART OF THE STORY

Join the crowdfunding for Italy's cultural heritage

Adopt a project to give the past a future with us

FAI PARTE DELLA STORIA

Unisciti al crowdfunding per il patrimonio culturale italiano

Adotta un progetto per dare futuro al passato con noi



La Certosa di Capri

Do you LoveItaly?

Sustain Italian Cultural Heritage Projects



www.loveitaly.org

Sarcofago di Tiaso Marino



Le Guide de
L'Espresso

Esperienze, vini e ristoranti



Seguici sui social e guideespresso.it