

07 Settembre 2016

Lungo la costa dei trabocchi d'Abruzzo. Idee di viaggio

Sulle antiche palafitte dei pescatori per gustare le tradizioni del litorale del basso chietino che da Ortona porta fino a San Salvo



Abruzzo

La chiamano **costa dei trabocchi** ed è quel litorale frastagliato e poetico che da Ortona conduce fino a San Salvo. Questo inaspettato scorcio d'Abruzzo comprende la zona del basso chietino che si allunga in orizzonti dominati dai trabocchi: **macchine da pesca** di antica suggestione che punteggiano l'orizzonte assicurando una vista inedita. I trabocchi - che qui consentivano di protendersi verso il mare evitando i rischi della navigazione - ricordano palafitte create con legno o altro materiale portato dalla corrente. Molti si sono conservati nel tempo quasi per caso, attraversando periodi di abbandono per poi essere rivalorizzati nella loro veste storica e turistica.



Ma c'è di più. Perché in questo tratto d'Abruzzo non solo si respira lo spirito della montagna che scende verso mare, ma gli stessi trabocchi hanno ritrovato nuova vita ospitando **ristoranti tipici** letteralmente sospesi sul mare. Ecco allora che il cuore dell'estate offre un'occasione perfetta per dedicarsi alla cultura gastronomica di una regione che unisce il fascino di terra e mare. **Tra Ortona e Vasto** si contano oggi ventotto trabocchi intatti o fedelmente ricostruiti (se ne incontrano poi lungo tutta la costa fino al Gargano). Di questi, oltre una decina sono diventati ristoranti: le baracchine ospitano le cucine, mentre le parti aperte i pochi e semplici tavoli.

Il menù? Quello dipende di norma dal pescato del giorno, ma è certo che non mancherà la nota **frittura di paranza** o il leggendario **brodetto** alla vastese, o alla sanvitese, che resta un grande classico della cucina marinara della zona. Nato come zuppa "dei poveri", il brodetto è diventato un piatto tra i più tipici e amati, cucinato nel tegame di terracotta con olio delle colline vastesi, peperoncino piccante, cipolla, aglio e talvolta pomodoro a seconda delle varianti locali. Per esplorare la costa dei trabocchi si può allora cominciare da **Ortona**, dove la riva inizia a diventare capricciosa e frastagliata, e la Passeggiata Orientale offre un incantevole panorama della città con il suo Castello Aragonese e la Cattedrale di San Tommaso.

Poco più a sud s'incontra **San Vito Chietino**, considerato il centro della costa dei trabocchi abruzzesi. Qui si concentrano, tra l'altro, gli appuntamenti della manifestazione enogastronomica [Cala Lenta](#) [1], organizzata da Slow Food e in programma ogni anno nel mese di luglio. Questa tappa consente di ammirare il suggestivo **promontorio di Capo Turchino** e l'omonimo trabocco. La patria dei trabocchianti pare sia invece **Rocca San Giovanni** che s'incontra subito dopo lungo la costa ed è sede del [Centro di documentazione ambientale Costa dei Trabocchi](#) [2]. Il suo trabocco, **Punta Cavalluccio**, figura inoltre tra i più caratteristici per la via di accesso fatta di gradini incerti che si disegnano tra la roccia e la vegetazione intensa.

Si passa quindi a **Fossacesia Marina**, con il trabocco Pesce Palombo. Il paese sorge in alto, come gran parte dei borghi della costa, e per raggiungerlo si attraversano panorami verdi d'alberi d'olivo.

La strada s'inerpica poi fino all'**Abbazia di San Giovanni in Venere**, edificata nel VII secolo d.C. Proseguendo più a sud s'incontra invece il variegato profilo della costa di **Vasto**, in cui si alternano rocce, falesie e lunghe spiagge di sabbia finissima.

Per chi ama la cucina di terra, è d'obbligo spostarsi infine nella patria del **Montepulciano d'Abruzzo** a San Martino sulla Marrucina. La cultura gastronomica in queste zone viaggia infatti su un doppio binario: da una parte quella marinara, dall'altra quella rurale frentana. Dall'**agnello sotto il coppo**, alla **pasta fresca**, passando per la focaccia azzima con olio e vino dalla caratteristica superficie a losanghe, detta **cancellata**. Gusti che si sposano con prodotti locali e tradizionali come il **peperone dolce di Atino**, il **salsicciotto frentano** [3] o la **ventricina del vastese** [4]: grande insaccato dalla forma di "palla da rugby" e dalla pasta pregiata, tutelato oggi dall'Accademia della Ventricina che ne attesta le lavorazioni. Il chietino è inoltre zona di **olive** e di **olio extravergine** per condire sapori intensi, semplici e sinceri come questa terra divisa tra terra e mare, profumi di montagna e pescato.



Luoghi da non perdere

Centro di documentazione ambientale Costa dei Trabocchi.

<http://www.comuneroccasangiovanni.gov.it/centro-di-documentazione-ambientale> [2]

Cosa mangiare

- Brodetto
- Frittura di Paranza
- Ventricina Vastese
- Salsicciotto frentano
- Fagioli bianchi e neri

Gallery

<http://www.territori.coop.it/foto/immersi-nei-colori-dellabruzzo-sfoglia-la-gallery>

<http://www.territori.coop.it/foto/il-segreto-della-pasta-di-lullo-sfoglia-la-gallery> [5]

Links

[1] <http://www.calalenta.com/>

[2] <http://www.comuneroccasangiovanni.gov.it/centro-di-documentazione-ambientale>

[3]

<http://www.territori.coop.it/territori/salsicciotto-frentano-1%E2%80%99insaccato-delle-grandi-occase>
oni

[4] <http://www.territori.coop.it/territori/i-segreti-della-ventricina-vastese>

[5] <http://www.territori.coop.it/foto/immersi-nei-colori-dellabruzzo-sfoglia-la-gallery>