

# Itinerario del gusto di montagna

-  ITINERARIO A PIEDI
-  ITINERARIO IN MOUNTAIN BIKE
-  ITINERARIO A PIEDI E IN MOUNTAIN BIKE
-  SP - STRADA PROVINCIALE
-  RISTORANTI
-  STRUTTURE RICETTIVE
-  ATTIVITÀ PRODUTTIVE CON VENDITA PRODOTTI TIPICI
-  IL TERRITORIO OFFRE INOLTRE



**Modena**

**Pavullo nel Frignano**

**Lucca**

Scala approssimativa 1:35 000

## itinerario del gusto di montagna



Se oggi hai deciso di utilizzare questa cartina significa che ti trovi o che presto ti troverai sull'Appennino modenese di Prenate con le tue pedale da trekking o con la tua fedele mountain bike.

La bellezza della natura è sorprendente, lo scorrere delle ere geologiche è evidente nei giganteschi affioramenti ofiolitici o nelle stratificazioni di flysch, un'antichissima roccia su tempo immersa nelle profondità marine.

I sentieri attraversano borghi e paesi ricchi di storia. Dal Medioevo all'intenso periodo della Resistenza Avante la Seconda Guerra Mondiale.

E' un territorio in cui puoi perderti in infinite esplorazioni e apprezzare il tuo desiderio di fare sport lontano dalla città rimossa e inquinata e di stare a contatto con una natura incontaminata. La stessa natura che dona all'uomo gli ingredienti per realizzare prodotti tradizionali e ricette che saziano, per bontà e genuinità, qualsiasi palato.

L'unione di tutti gli elementi, aria, acqua e terra creano quella perfetta alchimia, che dona al sapore dei prodotti di montagna un'unicità inconfondibile.

Ecco perché ti proponiamo un itinerario del Gusto di Montagna, suggerendoti le tappe significative che soddisferanno finalmente la tua voglia di genuinità.

Partiamo con i caseifici, non rari, nel tuo percorso tra Prignano e Frassinoro.

Il Parmigiano Reggiano è sicuramente il prodotto più importante della produzione casaria.

Questo formaggio, dalle incredibili proprietà nutritive, ha origini antichissime ed era già citato ai tempi dei Romani.

Qui puoi assaggiare e acquistare anche burro, ricotta, pecorino, il raro tesoro e i diversi formaggi locali. Aspi che il casaro si è concesso alle tue domande e ti ha accompagnato in visita al caseificio e al deposito dove sono custodite e protette le enormi forme di Parmigiano.

Per un perfetto accompagnamento alla tua scelta di formaggi, non puoi fare a meno di fermarti a Rubbiano, all'apicoltore e produttore di miele.

Le sfumature di colore, dal giallo paglierino al bruno e il sapore, dal più delicato al più intenso, ti indicano gli innumerevoli tipi di fiore da cui le meravigliose api operai hanno estratto il polline.

Alla tua spesa aggiungi anche le marmellate ai frutti antichi da accompagnare sempre ai formaggi o alla colazione del mattino; i succhi di mirtillo e lampone, i vasetti di funghi sottile e i distillati che custodiscono alla fine di ogni pasto.

Il tuo itinerario da sportivo bisognustai di porta inevitabilmente davanti al salumificio di Monchio, dove non ti è difficile fare incetta di prosciutti, salami, cospic e pancette che con sapienza di intesaioere abbinaai al pane di montagna.

Sempre a Monchio è d'obbligo una sosta al mulino, unico nel suo genere, per la produzione di farina a tutto corpo, ovvero senza l'eliminazione della semola e delle parti nutritive del grano.

La farina poi accompagna sempre l'escursionista bisognustai verso le inimmancabili sagre e feste di paese che, dalla primavera all'autunno, animano l'Appennino di Prenate.

L'ottima occasione per assaggiare torte, ciacò e castagnacci o il prelibato tartufo, secondo le antiche ricette della tradizione di montagna.

Che diviti ai piedi... Buon Appetito.

## attività produttive

**Produzione e vendita Parmigiano Reggiano**

**1 Cooperativa Casearia San Lorenzo** Prignano

Il caseificio produce Parmigiano Reggiano stagionato fino a 30 mesi, burro, ricotta e caciotte. All'interno del punto vendita è possibile trovare un vasto assortimento di prodotti tipici, dal miele all'aceto balsamico. La cooperativa organizza visite guidate per le scuole alla scoperta delle fasi di produzione del Parmigiano, dalla realizzazione della forma, al salatoio, fino al magazzino per la stagionatura. Il caseificio produce in media 20 forme di Parmigiano Reggiano al giorno.
**Via Torre 409**  
**Tel. 0536 894681**

**Produzione e vendita Parmigiano Reggiano**

**2 Caseificio Cooperativo** Monchio, Palagano

Produzione di Parmigiano Reggiano stagionato fino a 30 mesi oltre a burro, ricotta, caciotte e pecorino prodotti internamte con il latte degli allevamenti locali.
**Via San Vitale 1**  
**Tel. 0536 966123**

**Produzione e vendita farina "a tutto corpo"**

**3 Molino Casoni** Monchio, Palagano

Il Molino Casoni è specializzato nella rara produzione di farine a tutto corpo. Il grano, durante la lavorazione, subisce un processo di pulitura, ormai unico in Italia, che consente, una volta avviato alla fase di macinazione, di ottenere una farina intera in cui la semola è ancora presente. Queste farine, ottenute solo ed esclusivamente da cereali italiani provenienti dalla campagna ferrarese, sono di ottima qualità, non contengono additivi chimici e si prestano a tutti gli usi.

**Via Panoramica 100**  
**Tel. 0536 966010**

**Produzione e vendita Parmigiano Reggiano**

**4 Caseificio Sociale** Costrignano, Palagano

Il piccolo caseificio sociale è specializzato nella produzione di Parmigiano Reggiano fresco e stagionato 30 mesi, oltre a burro e ricotta.

## attività produttive

**Produzione e vendita prodotti dell'alveare**

**8 Apicoltore Corti Iride** Montefiorino

Produzione e vendita dei prodotti dell'alveare (miele milliferi di montagna, di castagno, di girasole, di acacia, pappa reale e propoli). Il miele è prodotto in modo naturale, senza essere sottoposto a trattamenti che ne potrebbero compromettere le proprietà nutritive e organolettiche.
**Via Provinciale Sud 27**  
**Tel. 0536 961567**

**Produzione e vendita Parmigiano Reggiano**

**11 Cooperativa Casearia Val del Dolo** Romanoro, Frassinoro

Nata nel 1953 dall'attività agricola delle località di Romanoro, Rovolo e Macognano, la Cooperativa lavora attualmente dai 15 ai 20 mila quintali di latte all'anno. Produce Parmigiano Reggiano, burro, formaggio fresco, ricotta e caciotte. Nel 2004 è stata premiata come miglior caseificio della Provincia di Modena.

**Via Chiesa 36**  
**Tel. 0536 963062**

**Allevamento caprino**

**12 Le capre di Selva Romanesca** Ca' Abbadina, Frassinoro

Le capre, allevate con il sistema biologico, sono ospitate in una stalla affacciata su 35 ettari di pascolo. E' possibile assistere alla mungitura e acquistare il latte fresco.

Di prossima apertura il caseificio per la trasformazione del latte.

**Cargedolo di Frassinoro**  
**Tel. 0536 969972**



Prodotti tipici

Il Salumificio Val Dragone prende il nome dalla splendida valle dell'omonimo torrente che scorre nelle vicinanze. Da oltre trent'anni produce artigianalmente salumi e carni di ottima qualità, provenienti principalmente da allevamenti montani. Una volta selezionate, le carni di bovino e suino, vengono lavorate e trasformate seguendo antiche ricette tradizionali. All'interno

Produce Parmigiano Reggiano stagionato fino a 30 mesi, mozzarella, burro, ricotta, caciotte anche al tartufo, stracchino, yogurt e formaggio fuso. Trasforma ogni anno 26 mila quintali di latte.
**Via Querciola 2**  
**Tel. 0536 965201**



**Prignano**  
*Primo fine settimana di giugno*  
**Fiera della Gastronomia Montana**  
Tre giorni all'insegna della musica, dell'intrattenimento e delle prelibatezze locali. Gare di gastronomia, spettacoli teatrali e attività per bambini e ragazzi, mostre fotografiche.



Prodotti tipici

**Palagano**  
*Ultimo fine settimana di giugno*  
*e/o primo fine settimana di luglio*

**Sagra del Ciaccio Palaganese**

Manifestazione dedicata alla prelibata specialità gastronomica locale. Stand gastronomici, spettacoli, concerti ed escursioni in mountain bike.

**Prignano**  
*Tutti i mercoledì di giugno, luglio e agosto*  
**Andam a' Uegg**

Festa che deriva dalla vecchia tradizione contadina. La gente del paese si ritrovava insieme a spannocchiar il granturco. Incontri culturali, concerti e serate danzanti.



**Frassinoro**

**13 Ristorante Pizzeria K2** Piazza Marconi 54, Montefiorino Tel. 0536 965669  
**14 Ristorante Pizzeria Panoramica** Via Dante Alighieri 13, Montefiorino Tel. 0536 962215  
**15 Ristorante Lucenti** Via Mazzini 38, Montefiorino Tel. 0536 965122  
**16 Ristorante Pizzeria Martelli** Via Centrale 3, Farneta, Montefiorino Tel. 0536 965751  
**17 Ristorante Al Ciocco** Via Palloncino Tia 2, Farneta, Montefiorino Tel. 0536 974018  
**18 Bar Pizzeria Tango** Via per Romanoro, Gusciola, Montefiorino Tel. 0536 974076  
**20 Ristorante Pizzeria La Verna** Via Provinciale 62, La Verna, Montefiorino Tel. 0536 972371  
**21 Trattoria del Viandante** Via Provinciale 100, La Verna, Montefiorino Tel. 333 9116183  
**22 Trattoria La Formica** Via Statale 132, Lago, Montefiorino Tel. 0536 972202

**Palagano**

**8 Trattoria Willi** Piazza Caduti, Monchio, Palagano Tel. 0536 966011

**9 Ristorante Pizzeria Alpino** Via Panoramica, Monchio, Palagano Tel. 0536 966013

**10 Ristorante Centro Servizi S. Giulia** Via Le Macchie, Monchio, Palagano Tel. 0536 966112

**11 Trattoria Piacentini** Lama di Monchio, Palagano Tel. 0536 966021

**12 Trattoria Manu** Via Panoramica 22, Costrignano, Palagano Tel. 0536 965892

**19 Trattoria Bar Italy** Via Provinciale 50, Savoniero, Palagano Tel. 0536 965102

**23 Ristorante Birreria Marien Platz** Via 23 dicembre 43, Palagano Tel. 0536 961596

**24 Ristorante Pizzeria Pini** Via 23 dicembre, Palagano Tel. 0536 961564

**25 Ristorante Pizzeria Il Canalaccio** Via Casa Buratta Montemolino, Palagano Tel. 0536 970079

**34 Trattoria Monia** Via Comunale 87, Boccassuolo, Palagano Tel. 0536 964049

**36 Albergo Ristorante Locanda Cialamina** Via Palazzo Pierotti 38, Palagano Tel. 0536 970045

**Prignano**

**1 Ristorante Castelvecchio** Via Sassuolo 1672, Castelvecchio, Prignano Tel. 0536 894858

**2 Ristorante Pizzeria Alpreste** Via Allegretti 2, Prignano Tel. 0536 894536

**3 Trattoria Gazzetti** Via Serramazzoni 1072, Moncerrato, Prignano Tel. 0536 894502

**4 Ristorante Pizzeria La Carbonara** Via Serramazzoni 91, S.Pellegrino, Prignano Tel. 0536 893182

**5 Ristorante Pizzeria Katia** Via Serramazzoni 77, S.Pellegrinetto, Prignano Tel. 0536 894521

**6 Ristorante Pizzeria Blue Moon** Via Val Rossenna 3, Saltino, Prignano Tel. 0536 897177

**7 Ristorante Centro** Via Val Rossenna, La Pioppa, Prignano Tel. 0536 894522

## il territorio offre inoltre

**1 Campanile di San Michele**

Prignano

Questa torre romanica si trova nella piazza principale al centro di Prignano, piccolo paese affacciato sulla vallata dove il torrente Rossenna si getta nel fiume Secchia. La torre, un tempo affiancata dall'antica chiesa ora scomparsa, è a sezione quadrata con bifore dai capitelli in arenaria.

**2 Casa Pellesi** Prignano

Questo bel complesso cinquecentesco si trova a Prignano sulla via per Sassuolo. Vale la pena soffermarsi per osservare l'ampia loggia retta da colonne con capitelli scolpiti a volume. La torre-columbaia ha il cordolo a sguscio ed il cornicione di gronda in arenaria. La località, appena fuori dall'abitato di Prignano, aveva nel 1641 "case una e anima sei". Nel secolo XVI era abitata dalla famiglia Grimaldi e in seguito dai Baldelli e dai Pellesi che diedero il nome alla località. Queste strutture cinquecentesche sommarvano la funzione difensiva a quella di deposito alimentare. Il fienile, massiccio e a pianta rettangolare, presenta sul fronte in alto una finestrella a lunetta con traforo in mattoni e un angolo smussato per l'altezza di circa due metri.

**3 Chiesa parrocchiale di S.Pietro** Morano, Montefiorino

Si tratta di un edificio ottocentesco di modesta architettura, fiancheggiato dal superstite e antico campanile aperto da bifore. Esternamente si notano alcuni conci in arenaria scolpiti a decori secondo la tradizione romanica provenienti dalla precedente chiesa. All'interno è conservato un organo a pedaliera di fabbricazione americana e dipinti e statue del XVII e XVIII secolo.

**4 Palazzo Sabbatini** Riolo, Palagano

Alla periferia di Palagano si erge palazzo Sabbatini costruito nel XVIII secolo. Di notevole respiro architettonico, il corpo centrale è movimentato da una struttura curvilinea che si ripete anche negli annessi ai lati. All'interno del palazzo, uno scalone propone eleganze tardo barocche d'impianto scenografico.

**5 Palazzo Sabbatini** Riolo, Palagano

Alla periferia di Palagano si erge palazzo Sabbatini costruito nel XVIII secolo. Di notevole respiro architettonico, il corpo centrale è movimentato da una struttura curvilinea che si ripete anche negli annessi ai lati. All'interno del palazzo, uno scalone propone eleganze tardo barocche d'impianto scenografico.



**Frassinoro, Montebaranzone**  
*Meta agosto*  
**Festa Matildica**  
Un salto nel passato presso una delle residenze predilette di Matilde di Canossa. Un'immersione di tre giorni della storia medievale tra appuntamenti letterari, cortei storici, musica e cene medievali.

**Frassinoro**  
*Fine agosto - inizio settembre*  
**Corso Internazionale di Musica**  
Corsi di musica per strumenti da orchestra, canto e concerti tenuti da musicisti esperti e concertisti.

**Piandelagotti, Frassinoro**  
*Primo fine settimana di ottobre*  
**Festa della Patata Tipica**  
La cultura estensiva della patata fu avviata a Piandelagotti intorno al 1925 su iniziativa dell'illustre compaesano monsignor Adolfo Lunardi, botanico di fama nazionale. In programma degustazioni di prodotti tipici locali, mercato, vendita diretta delle patate, mostra di macchine agricole, escursioni e anche un originale concorso della patata più grossa e più particolare.

**Frassinoro**  
*Secondo fine settimana di ottobre*  
**Festa del Fungo**  
Propone stand di prodotti tipici e menu nei ristoranti a base di porcini, galletti, prataioli, cappellini, trombette da morto. Il gusto del mangiare, ma anche quello di muoversi nella natura.

**Frassinoro e Montefiorino**  
*Terzo fine settimana di ottobre*  
**Festa della Castagna**

A Frassinoro, protagonista accanto ai prodotti tipici artigianali e alla musica, le castagne in tutte le loro varianti: farina, castagnaccio, cialdarmoste e frittellozzi. Anche a Montefiorino menù tipici e appuntamenti culturali.

**Frassinoro e Montefiorino**  
*Primo fine settimana di ottobre*  
**Prima Crucis Uivente**  
Rievocazione della Passione di Gesù Cristo a cui partecipano tutti gli abitanti del paese. La prima edizione di questo emozionante momento religioso risale al 13 aprile 1906.



Realizzato nell'ambito del Progetto Europeo RURAL TOUR Promozione turistica per una crescita sostenibile dell'agricoltura nell'area CAUSES

Progetto Calmisazio del F.E.S.R. Programma INTERREG III B CAUSES



# ITINERARIO DEL GUSTO DI MONTAGNA

## caratteristiche dei percorsi

## A piedi:

**10** **Escursionistico**  
Tratturo su fondo sterrato fra estesi prati, coltivi ed una fitta macchia boschiva con essenze tipiche del sottobosco e vista panoramica di una caratteristica conformazione calanchiva.  
**Lunghezza:** 6 km

**11** **Escursionistico**  
Sentiero in graduale salita con fondo in terra battuta e ghiaia, con brevi tratti di strada asfaltata. **Lunghezza:** 3 km

**13** **Escursionistico**  
Carrareccia e tratti carrozzabili lungo il crinale fra boschi e prati. Vista panoramica sulle valli dei torrenti Dragone e Rossenna. Fondo fangoso in caso di pioggia. **Lunghezza:** 4 km

**14** **Turistico**  
Carrareccia su fondo sterrato ed in parte asfaltato. **Lunghezza:** 9 km

**15** **Turistico**  
Mullattiera a tratti abbandonata tra coltivi agricoli. **Lunghezza:** 3 km

**22** **Turistico**  
Percorso di crinale su carrareccia in parte carrozzabile, tra prati e coltivi, con splendida vista panoramica sulla Val Dragone. Fondo fangoso in caso di pioggia. **Lunghezza:** 4 km

**24** **Turistico Escursionistico**  
Carrareccia tra estesi coltivi fiancheggiata da siepi di nocciolo. Difficile percorrenza in caso di fondo bagnato. **Lunghezza:** 3,7 km

**27** **Turistico Escursionistico**  
Percorso fra boschi di latifoglio, prati e coltivi, in parte anche su fondo asfaltato con attraversamento di alcune piccole e suggestive borgate. **Lunghezza:** 6,5 km

**SL** **Sentiero della libertà** (vari tratti a difficoltà escursionistica)  
- Tratto tra Monchio e Lama di Monchio. Carrareccia su fondo sterrato tra boschi e coltivi. **Lunghezza:** 3 km  
- Tratto tra Montefiorino e Costrignano. Carrareccia tra boschi e coltivi. Guado torrente Dragone. **Lunghezza:** 5,5 km

**VB** **Via Bibulca – Escursionistico** ( tratto da Frassinoro a Montefiorino)  
Carrareccia che ricalca in parte l'antico selciato medievale, attraversando paesi e piccole borgate di valore storico, boschi, radure, terreni coltivati e pascoli, con qualche breve tratto su asfalto. **Lunghezza:** 15 km

**VDC** **Via dei Cavallari – Turistico**  
Carrareccia tra boschi e coltivi con tratti panoramici. **Lunghezza:** 13 km

**VF** **Via Costa del Fiore – Turistico**  
Sentiero tra boschi e coltivi. **Lunghezza:** 4,3 km



Questa pubblicazione è stata realizzata nell'ambito del progetto RURALTOUR Promozione turistica per una crescita sostenibile dell'agricoltura nell'area CAUSES Progetto cofinanziato dal F.E.S.R. Programma INTERREG III B CAUSES

**Ente promotore:**  
Regione Emilia-Romagna  
Assessorato Turismo.Commercio  
Servizio Turismo e Qualità Aree Turistiche

**Team di progetto:**  
Per la Regione Emilia-Romagna:  
Maura Mingozzi, Responsabile di progetto  
Laura Schiff  
Cletia Capozzi  
Alice Venturi  
Maria Filomena Derario

**Ricerca territoriale ed elaborazione dati cartografici a cura di:**  
Tommaso Simoni

**Testi a cura di:**  
Stefania Severi per Maus and Muttley

**Progetto grafico:**  
MEDIAMORPHOSIS

**Stampa:**  
Tipolito FD - Bologna

**Si ringraziano per la gentile collaborazione:**  
Regione Emilia-Romagna  
Servizio Sistemi Informativi Geografici - Rita Arcuzzi

Provincia di Modena  
Assessorato Turismo - Daniele Bindo

GAL Antico Frignano e Appennino Reggiano  
Gualtiero Lutti

Comunità Montana Appennino Modena Ovest  
Laura Zona, Flavio Tazzoli, Roberta Coriani, Dima Tazzoli

Comune di Frassinoro  
Comune di Montefiorino  
Comune di Palagano  
Comune di Prignano sulla Secchia  
Parco del Frignano

Le attività economiche ed Associazioni di categoria locali

**Foto di:**  
Archivio del Servizio Turismo e Qualità Aree Turistiche della Regione Emilia-Romagna;  
Archivio dell'Assessorato Turismo - Provincia di Modena; Nicola Nannavacqua, 2005  
Archivio fotografico Informazioni turistiche Comunità Montana Appennino Modena Ovest

Gli itinerari riportati nella mappa sono scaricabili in forma digitale dal sito del progetto <http://www.ruraltour.org>  
Alcuni itinerari a piedi sono tratti da <http://sentierweb.regione.emilia-romagna.it> e alcuni in mountain bike dal progetto [Satbike](#). Dati aggiornati al 30 novembre 2007



Giglio di San Giovanni