

**IN VACANZA IMPARO A FARE.. IL PANE, L'ORTO, IL GIUSTO ABBINAMENTO DEI VINI:  
3 HOTEL CON CORSO FOOD INCLUSO!**

**Andare in vacanza e tornare più ricchi di prima, non solo in termini di esperienze ma anche di portafoglio, grazie a un corso che insegna a fare il pane in casa, a coltivare una porzione di orto, ad abbinare correttamente i vini alla tavola del giorno. Per stupire i commensali, sfruttare spazi inutilizzati, risparmiare denaro, gratificare il proprio ego!**

**SULLE ALPI DEL MARE LE TECNICHE PER COLTIVARE UN ORTO BIOLOGICO**

Hotel Miramonti, Via Roma 84, Frabosa Soprana (CN), Tel 0174 244533, [www.miramonti.cn.it](http://www.miramonti.cn.it)



Coltivare l'orto vuol dire disporre di un tesoretto, in termini di bontà e di tempo. Sì, è vero che l'orto richiede cura e dedizione ma restituisce molto del tempo speso appresso a lui. Limitando le corse dal fruttivendolo, bandendo le indecisioni sul pasto del giorno, fornendo la possibilità di fare scorte per tutto l'anno attraverso marmellate, conserve, sottoli, sottaceti..Un orto ben fornito salva sempre le cene dell'ultimo minuto e funge anche da farmacia: cura mal di denti, mal di stomaco, pure la dissenteria. L'Hotel Miramonti, che da decenni ha allestito un orto biologico all'interno del proprio parco, di fronte alle continue richieste degli ospiti ha organizzato delle vere e proprie **sessioni di orticoltura. In cui insegna a vangare, zappare, concimare, tagliare, seminare, piantare, trapiantare, interrare bulbi, annaffiare, pacciamare, estirpare. Senza alcun ausilio di pesticidi o agenti chimici. Seguendo l'avvicinarsi delle fasi lunari.** Con soddisfazione della gola e dell'ego. **Nel bio orto del Miramonti le mamme con bimbi in età da svezzamento possono addirittura cogliere zucchine, carote e patate che poi finiscono frullate senza alcuna aggiunta di sale e aromi nelle pappe dei loro bimbi!**

**PUNTO DI PARTENZA: L'Hotel Miramonti di Frabosa Soprana (CN) da oltre trent'anni è segnalato dall'autorevole Guida Michelin come un'imperdibile sosta gourmet sulle Alpi del Mare. Oggi il suo ristorante è guidato da Antonio Ietto e Giovanna Tesio, già titolari della Trattoria Ezzelino di Mondovì e forti di una lunga esperienza in ristoranti stellati.** La loro professionalità introduce gli ospiti dell'albergo – ma anche i clienti esterni – in un viaggio culinario di grande valore. Un appuntamento col gusto che si protrae dalla prima colazione alla cena, senza tralasciare un aperitivo sfizioso o una merenda rigenerante, per vivere appieno l'esperienza gastronomica di "Ezzelino per Miramonti". I piatti sono realizzati con materie prime del territorio e vengono preparati in casa, come un tempo, ma in modo più leggero e rispettando il giusto apporto calorico delle pietanze. **Alla base, prodotti semplici e genuini, sapientemente accostati a spezie, aromi e radici di lontana provenienza. Sempre protagonisti i sapori dell'orto biologico dell'Albergo Miramonti, il profumo inconfondibile dei funghi di alta quota e la delicatezza delle farine prodotte dai tanti mulini della valle.** Ricette che si gustano al meglio sulla terrazza dell'hotel, proiettata sui verdi prati, i boschi e le montagne delle Alpi Marittime. Sullo sfondo, la natura selvaggia del Monte Moro, sulla tavola una mise en place di stile.

**PREZZI HOTEL MIRAMONTI:** a partire da 79,00 euro al giorno, a persona, in trattamento di mezza pensione gourmet e libero accesso alla SPA. Sessioni di orticoltura comprese nel prezzo.

**IN VALSESIA PER APPRENDERE IL GIUSTO ABBINAMENTO DEI VINI AD OGNI TAVOLA**

Mirtillo Rosso Family Hotel, Strada della Barriera 8, Riva Valdobbia (VC) - Monte Rosa, [www.mirtillo-rosso.com](http://www.mirtillo-rosso.com)



Le mamme, oggi, sono preparatissime in cucina! Conoscono i segreti delle materie prime, delle tecniche di cottura...spesso però "scivolano" sull'etichetta più adatta a valorizzare ogni singolo piatto. Chi ama proporre una cena di successo, può frequentare **il corso di abbinamento dei vini ai piatti della cucina italiana, in programma al Mirtillo Rosso Family Hotel per tutta l'estate. L'alto Piemonte è un territorio che ospita alcuni dei vitigni più importanti e antichi al mondo: è dunque un luogo adatto a sperimentare la complessità degli abbinamenti di vini e piatti.** Il Greco Novarese, vitigno minerale da cui si ottiene il vino bianco delle colline novaresi, è un DOC rinomato in tutta Italia. Il vitigno del Nebbiolo è conosciuto per i suoi DOCG Ghemme, Gattinara e Boca. Dallo stesso Nebbiolo si ottengono ottimi vini rosati, tra cui il "Barlan" della cantina Torraccia del Piantavigna o il "Rosé" spumantizzato in metodo classico della cantina Delsignore. Dai medesimi vitigni si producono vini dolci e vini liquorosi. Come il "gocce di luce" dell'azienda vitivinicola Barbaglia, vino passito ottenuto esclusivamente da vitigni a buccia bianca. **Qualche esempio di abbinamento?** Il Rosé metodo classico vinificato con Nebbiolo Spanna della cantina Delsignore si presta benissimo come aperitivo da sorseggiare assieme a salumi e formaggi giovani. l'Erbavoglio Colline Novaresi della cantina Torraccia del Piantavigna risulta perfetto con primi piatti a base di verdure come zuppe e flan vegetariani. Il Ghemme della cantina Torraccia del Piantavigna, 90% nebbiolo e 10% vespolina, è un vino corposo da meditazione e si sposa perfettamente con piatti dai gusti decisi come i brasati di selvaggina e polenta, di cui la Valsesia vanta un'alta qualità. La pasticceria secca, le crostate e i dolci con frutta a guscio (come le torte di mandorle) si servono invece con il Passito "gocce di luce" 100% erbaluce, un vino bianco dolce fruttato. **Altri consigli pratici:**

- i vini bianchi hanno quasi tutti una temperatura di servizio attorno ai 6-8 gradi, quindi è consigliabile tirarli fuori dal frigo 15 minuti prima di servirli.
- i vini rossi, al contrario, vanno serviti a una temperatura tra i 16 e i 18 gradi e quindi non vanno messi in frigo (il freddo celerebbe tutti i sapori al naso e alla bocca!)
- prima di una degustazione è sconsigliato fumare o nebulizzare profumi troppo intensi, che andrebbero a nascondere i sentori aromatici dei vini.

**PUNTO DI PARTENZA: Mirtillo Rosso Family Hotel L'Hotel l'incontaminato scenario della Valsesia con una struttura perfettamente** integrata nel paesaggio valligiano e orientata al massimo della sostenibilità **ecologica. Realizzata interamente in legno, con le migliori tecnologie rivolte al risparmio energetico, all'impiego delle risorse idriche e alla gestione dei rifiuti, riprende l'architettura delle antiche case Walser risalenti al XIII-XIV secolo.** Si dispone come una piccola frazione di paese, con un corpo centrale dove alloggiano i servizi ricettivi, ristorativi e di intrattenimento ludico e wellness, attorno al quale si distribuiscono tre chalet preposti al pernottamento, custodi, ciascuno, di 20 camere, per un totale di 60 stanze di differente tipologia. All'esterno, **tuffi spensierati nella piscina riscaldata dell'hotel, sotto il chiarore delle stelle, immersioni nella storia walser e avventure nella natura, in bicicletta o e-bike, ma anche rafting, hydrospeed, canyoning e kayak nei torrenti che confluiscano nel fiume Sesia.**

PREZZI MIRTILLO ROSSO FAMILY HOTEL: a partire da 92,00 euro a persona, a notte, con pernottamento e colazione, libero accesso alla SPA, partecipazione attività ed escursioni  
CORSO DI DEGUSTAZIONE E ABBINAMENTO VINI: 25,00 euro a persona

**DAL CHICCO DI GRANO AL PANE: LEZIONI DI PANIFICAZIONE ALL'ABBAZIA SAN FAUSTINO DI UMBERTIDE (PG) [www.lovelyhotels.it](http://www.lovelyhotels.it)**



Appena sfornato emana un profumo che conquista il cuore. Sin dai tempi antichi, il pane è stato un alimento fondamentale: pochi ingredienti uniti tra loro per un "bene" irrinunciabile a tavola. L'Abbazia San Faustino offre un'esperienza unica **"dal chicco di grano al pane" per approfondire tutti i segreti del pane.** In fattoria, a soli 7 km dalla residenza umbra, gli ospiti vivono una full immersion dedicata a questo alimento: **dalla molitura del grano alla macina nel buratto, dalla selezione dei grani (Senatore Cappelli, Gentil Rosso, grano duro e grano tenero) per finire con l'impasto per realizzare il pane, successivamente cotto in un antico forno a legna.** E poi... un pranzo a base di salumi e verdure, naturalmente accompagnato dal pane preparato dagli ospiti.

**PUNTO DI PARTENZA: L'Abbazia di San Faustino sorge in un luogo magico nei pressi di Umbertide (PG):** un susseguirsi di alture che, prima di raggiungere lo spartiacque appenninico, si scompagina in tortuose vallate, dove fitti boschi di cerro e roverella rivestono non solo le pendici ma anche i fondovalle, dando l'impressione di un paesaggio primordiale. Un tempo quartier generale di una brigata

partigiana, **l'Abbazia mantiene il fascino e l'atmosfera di un'architettura medievale, richiamata dalle ceramiche artigianali, i lumi in ferro battuto e i tessuti pregiati. Dispone di 16 camere**, una diversa dall'altra, complete di wi-fi gratuito, minibar, riscaldamento, cassaforte, pulizia giornaliera, linea di cortesia da bagno, accappatoio. Circondato da un giardino, **il ristorante L'Ora Sesta di San Faustino** è il luogo perfetto per godere della buona tavola, grazie a piatti della tradizione locale e ai prodotti di stagione. **La grande piscina esterna, il giardino con le panchine e il profumo delle piante e dei fiori**, fanno di questo luogo una suggestione della quale si resta innamorati.

PREZZI ABBAZIA SAN FAUSTINO: a partire da 109,00 euro a notte, in camera superior, per due persone. Il prezzo include:

- Aperitivo di benvenuto per due persone
- Prima colazione a buffet
- Wi-Fi gratuito
- 10% di sconto sulla cena con menu à la carte
- Accesso in piscina dalle ore 10:00 alle 22:00
- Due mezze giornate in fattoria, a partire dalle ore 10,30 con spiegazione del processo di produzione del pane

**CONTATTI PER LA STAMPA:**  
**SinergicaMente Ufficio Stampa**  
[www.sinergicamente.it](http://www.sinergicamente.it)  
[info@sinergicamente.it](mailto:info@sinergicamente.it)  
Tel. + 39 334 84 53 705