



Sentieri d'autore

L'ALBEN
PIU' SPECIALE
DALLA
VAL GERONA

Quando'era bambino Walter Bonatti dichiarò l'Alben «terra di scoperta dell'Avventura». Con i complessi contrafforti che ne fanno un esemplare classico di montagna prealpina, un'escursione ad anello estiva ci svela personalità diverse. Una salita selvaggia e caratterizzante per chi ama impegnarsi parte dalla Madonna del Frassino di Oneta (950 m). Seguendo la direzione sudest per Chignolo, dopo una breve discesa ci si infila su un sentierone che in pochi minuti si immette su un fondo forestale ampio e che prima di attraversare la valle Gerona, dobbiamo lasciare per deviare in salita a destra sull'ampio tracciato rapido. Siamo sul versante orografico sinistro della val Gerona, che attraverseremo più a monte



dove il suo selvaggio splendore è sfacciato. Solitario e imponente, il tracciato sfocia sull'ampia sella del sentiero 530: snodo di antiche vie e che, a destra, in venti minuti, ci dona gli orizzonti dell'ampia vetta (2019 m). Il rientro è ad anello: scesi dalla vetta si prosegue sul crinale verso il passo La Forca e quindi dal passo della Crocetta (1267 m) seguendo il 526b si rientra alla Madonna del Frassino.

David Sapienza
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Selvino

Torna la camminata con i lupi

Rinviata al causa del maltempo, la camminata con i lupi si terrà domani a Selvino, organizzata dagli «Amici di Berto». Anche quest'anno sono attese 2000 persone e 50 esemplari di cane lupo cecoslovacco. Si parte alle 20 ai piedi del Monte Purito per poi andare verso la cima. Lì, attorno al falò, si potranno ascoltare favole e storie di lupi.



Ghisalba

L'elezione di Miss Magica Dea

Per la quinta festa degli «Amici dell'Atalanta» ci saranno ospiti d'eccezione. Domani sera, dalle 19, all'area feste di Ghisalba, sfileranno le ragazze del concorso nazionale «Miss Bagaglino». La più bella sarà incoronata «Miss Magica Dea Atalanta 2016», succedendo a Melissa Meduri (nella fotografia), vincitrice del 2015.

Val Vertova

Canyoning per famiglie

Mai provato il canyoning? Consiste nella discesa di un torrente utilizzando tecniche alpinistiche. Domani, grazie a guide esperte, sarà possibile praticarlo gratis, in modo facile e per tutta la famiglia, in Val Vertova. Ritrovo al Gav di Vertova ogni due ore dalle 10 alle 18. Obbligatorio prenotarsi (lombardia@recovery-energy.it)

Le golosità Con il latte dei pascoli orobici o con cioccolato e peperoncino esotici E a Sarnico c'è anche il gusto Floating Piers. Su 271 attività, il 35 % gestito da donne

GELATO, FAMOLO STRANO

Internazionale o a km zero

La scheda

Nel cuore dell'estate una vetta come l'Alben (2019 metri) merita una giornata di cammino senza affanni e con la giusta dose di impegno. L'escursione sarà ripagata da visioni

«Il carretto passava e quell'uomo gridava gelati». Il refrain di un inarrivabile Lucio Battisti proietta l'immagine del gelataio mobile, come nel caso di GelatiAmo di Treviolo, una sorta di pony express che si muove per il paese, tornato in voga negli ultimi tempi, come vezzo di una passione alimentare che non conosce stagioni. Quella per il gelato & affini. In Bergamasca si contano 271 gelaterie (terza provincia della Lombardia) con un primato regionale: il 35% dei gelatai orobici sono donne e l'11% giovani. Il gelato made in Bergamo c'è, perché nel florilegio di gusti, si fa largo la tendenza di utilizzare ingredienti a Km zero. Alla gelateria la Crem di Vertova, i freschi e dissetanti gusti alla fragola bianca, mora di gelso, ribes rosso e uva spina sono prodotti con frutti provenienti dalla val Vertova, così pure al Gioppino di Zanica, il fior di ciliegia vede tra gli ingredienti il bianco latte «dei nostri pascoli», il biscotto d'oro di Gandino e la ciliegia... del giardino. Il brut della Franciacorta, mixato all'essenza di rosa e a una purea di lamponi freschi si trova invece nel gusto «DiVino», vincitore dell'omonimo concorso assaggiabile alla Gatteria di Sarnico. Portano, invece, direttamente nel mondo i gelati di Essenza a Trescore, che ascolta anche i suggerimenti dei clienti (rielaborando vari ingredienti li rende protagonisti del gusto della settimana). Qui i tè indiani e indonesiani si sposano a ciocco-



Mille modi Gelato all'azoto, gusto Minions, Floating Piers e itinerante



Le nuove tendenze

SORBETTI BIO DA PASSEGGIO

Non solo gelati, ma anche sorbetti, semifreddi da passeggio e ghiaccioli. Le gelaterie sono laboratori di nuovi applicativi dolciari con varianti sul tema «freddo». Tra i trend i

cannoli con semifreddo alla panna e granella di cioccolato e pan gelato. Tra i sorbetti gettonatissimi quelli senza lattosio, con finocchio e liquirizia rigorosamente bio.

Curiosità

● Bergamo è la terza provincia in Lombardia per numero di gelaterie, con il primato di donne e giovani al timone

● Tra le curiosità, Essenza di Trescore raccoglie i suggerimenti dei clienti per rielaborare il gusto della settimana

● Alla gelateria Arlecchina di San Paolo per i bambini c'è il gusto Minions

● Al d.mangiami di via Zambonate gelato all'azoto e al mojito

lato del Madagascar e caramello proiettando il cono in scenari esotici. Un po' come succede a Treviglio, alla gelateria Violetta quando si assaggia Yucatan a base di cioccolato fondente con cannella e peperoncino Habanero. Il cioccolato fondente del Vietnam unito allo zenzero e il lampone con il basilico(!) sono i due must de «Lo chef del gelato», alias Vito Giammello di Trescore, vincitore di diversi premi, mentre le tendenze alimentari (senza zucchero e lattosio) si declinano variamente. Ad esempio, nel sorbetto all'ananas di Costarica di GelatiAmo di Treviolo, nella Mandorla vegana e LemonCake de La voglia matta di Zanica o nell'incredibile gusto di pesca e lavanda di Mei a Sarnico che, in onore della passerella di Christo, ha creato il gusto The Floating Piers: ricotta fresca, scorza d'arancia, pan di Spagna alla curcuma e salsa di pistacchi. Per i bambini, dopo l'azzurro del puffo, ecco servito il gusto minions, alla gelateria Arlecchina di San Paolo d'Argon, mentre fruttini di carota e arancia al servizio dell'abbronzatura sono proposti da Stekko, in Città Alta. In Città Bassa, il prodigio dell'azoto liquido, che contribuisce a rendere il gelato cremoso al punto giusto, sono al «al d.mangiami» di via Zambonate che propone l'esclusivo mojito, gelato di lime e menta affogato nel rum.

Donatella Tiraboschi
© RIPRODUZIONE RISERVATA

Per le tradizioni

I sapori di Parre: sagra dei capù



Cucina e balli
La tradizionale sagra dei capù di Parre comincia questa sera e si chiuderà domenica

Tre serate a base di piatti tradizionali, circondati da gruppi folcloristici in abbigliamento del Seicento. È la sagra dei capù di Parre, organizzata dal gruppo «Lampiusa» e giunta alla ventiduesima edizione. Si terrà ogni sera alla Pala don Bosco dell'oratorio, da oggi a domenica, a partire dalle 19.30. Protagonista la ricetta locale a base di polpetta avvolta nella verza, accompagnata da altri piatti della cultura bergamasca. Ogni sera ci saranno figuranti in costume seicentesco che prepareranno i capù e proporranno antichi lavori. Tra questi, la costruzione di piccole gerle e la lavorazione delle scarpe di stoffa dette «scarpino», da cui deriva il nome di un'altra pietanza tipica del luogo. Domenica mattina alle 9.30 sfilata dei gruppi folk. (gi.la.)

Per l'enogastronomia

Nuove degustazioni con il gioco di-vino



Assaggi
Ingresso gratuito martedì dalle 20 alle 23, sulla terrazza del Borgo Sant'Agostino

«Se questo vino fosse una persona come sarebbe?». A ognuno la sua risposta. Basta un assaggio e il gioco #vinoumano è fatto. Per chi volesse partecipare a questo nuovo format di degustazione ludica tra assaggi, domande e approfondimenti sul vino artigianale si segni in agenda martedì 2 agosto. Dalle 20 alle 23, sulla terrazza del Borgo Sant'Agostino, Vinomediatica, agenzia bergamasca specializzata in marketing di vino prodotto da piccole aziende vinicole italiane, a oggi 350 mila, organizza un incontro con il produttore di vini naturali Paolo Carlo Ghislandi dell'azienda agricola Cascina I Carpinini di Pozzolo Groppo per degustare il Timorasso, uva bianca autoctona del sud del Piemonte riscoperta dagli anni '80 da alcuni produttori locali. (d.m.)

Per l'arte di strada

Lago d'Iseo d.C. Arrivano i Busker



Festival
Gli eventi del Busker Sarnico festival (tutti gratuiti) proseguono fino a domenica

Sarnico capitale dell'arte di strada. Il «Busker festival» è iniziato ieri e proseguirà fino a domenica. Il centro e il lungolago saranno chiusi al traffico per lasciar spazio alle 250 esibizioni gratuite per un totale di centosessanta artisti di strada disseminati in trenta postazioni. Danze acrobatiche, spettacoli con il fuoco o con le bolle di sapone, e tanto altro. Ce n'è per tutti i gusti in questa diciassettesima edizione che aspira a diventare di livello europeo. Sabato, infatti, alla pinacoteca Bellini, dalle 10 alle 17 si terrà l'incontro «Progettazione e cooperazione culturale in Europa. Scenari e opportunità di fundraising». Per tutti gli eventi e gli spettacoli, il programma completo è sul sito www.sarnicobuskerfestival.it. (gi.la.)

Per le mostre

Andar per funghi alla palestra Radici



Villa d'Ogna
La mostra mercato dell'alta Valseriana è una delle più visitate dell'estate

Quarant'anni di funghi per una rassegna che attira in media 20 mila visitatori ogni volta. «La mostra del fungo e della natura» giunge alla quarantesima edizione e sarà aperta fino al 15 agosto alla palestra Radici di Villa d'Ogna. L'inaugurazione è fissata per domani alle 15 e vedrà l'esibizione della banda «C. Cremonesi» di Villa d'Ogna, della «Cumpagnia de Fil de Fèr» di Piario e dell'associazione culturale «Costòm de Par». Ogni giorno saranno esposte alcune centinaia di specie di funghi freschi. Non mancheranno le mostre fotografiche a tema a cura di diverse associazioni. Più di venti artisti esibiranno le loro opere. Mercoledì 3 agosto, dalle 9 alle 3, all'oratorio di Villa d'Ogna si terrà il convegno «I funghi, un bene del territorio da consumare in sicurezza». (gi.la.)