

una rubrica di notizie utili per conoscere meglio i luoghi di "casa nostra"

## a spasso per la Ciociaria

un po' di storia, un pizzico di geografia e tanti consigli sulla buona tavola

di Lucia Fabi

**C**on questo titolo e da questo numero, attraverso curiosità e notizie, invitiamo i nostri lettori a conoscere meglio la nostra Ciociaria. Attraverso piccole e piacevoli escursioni si possono scoprire tesori d'arte, paesaggi incontaminati, città d'arte, artigianato ed una ricchezza e varietà di prodotti eno-gastronomici tipici d'alta qualità, basati sulla genuinità e tradizione locale.

La Ciociaria, che rappresenta uno spazio geografico più vasto di quello che oggi comunemente s'intende (limitato alla provincia di Frosinone) in origine era popolata da antiche genti Pelasgiche provenienti probabilmente dall'Asia Minore, i cui resti archeologici (mura Megalitiche) testimoniano la loro grandezza; e successivamente da altre popolazioni fiere e laboriose come gli Ernici, i Volsci, gli Ausoni ed i Sanniti che si opposero aspramente alla potenza di Roma, ma quando da questa furono sconfitte, divennero sincere alleate. Caduto l'Impero Romano, iniziarono pesantissime occupazioni da parte di Bizantini, Longobardi, Normanni.

Infine il Papato, i Francesi ed il secondo conflitto mondiale hanno lasciato tracce indelebili nel nostro territorio. Una storia interessante, quella Ciociara, ricca di vicissitudini, di guerre, ma altrettanto feconda d'arte e cultura. Terra che ha dato i natali a molti personaggi illustri che si sono distinti nei campi più diversi e che illustre-

remo ogni volta. Le possenti mura ciclopiche, i resti di epoca romana, i castelli, le fortificazioni, le Abbazie. Sono la testimonianza delle vicende storiche, artistiche e culturali che fanno della Ciociaria, una terra preziosa e tutta da scoprire.

In questo numero iniziamo andando a spasso nella Valle dell'Amaseno, visitando Giuliano di Roma, Villa S.Stefano ed Amaseno, piccoli centri che racchiudono grandi tesori. La visita, considerato che da Frosinone il percorso completo è di circa 60 km., si può effettuare in mezza giornata ma è consigliabile dedicarne una intera per avere la possibilità di abbinare anche un buon pranzo gustando le specialità locali.

\*\*\*

**GIULIANO DI ROMA** - Situato in collina, alle pendici del monte Siserno, fondato nel Medioevo, nacque come castrum fortificato e fu proprietà dei Conti "Da Ceccano". Più volte devastato, in seguito fu feudo dei Gaetani e dei Colonna. Il centro storico conserva l'impronta medievale con bei portali, strette stradine ben curate e ornate con piante e fiori. Appena fuori il paese è possibile intraprendere piacevoli escursioni a piedi sui monti Lepini.

Specialità Gastronomiche: "In maccaruni cu i ferri" e vari tipi di dolcetti, esportati anche fuori provincia.

personaggi: Beata S.M.Caterina Troiani; A. Narducci deputato al 1° Parlamento del Regno d'Italia.

**VILLA S. STEFANO** - Situato sulla provinciale che da Giuliano conduce ad Amaseno, è famosa per il clima ameno e perennemente primaverile. Al piccolo centro, anch'esso caratterizzato da stretti e ripidi vicoli, si accede da una porta medievale. Particolari sono gli archi che uniscono i vari edifici. Da vedere la chiesetta di San Sebastiano e la torre dell'orologio.

Specialità gastronomiche: "i Cecapreti"  
personaggi: Cardinale Domenico Iorio.

\*\*\*

**AMASENO** - famosa per le numerose sorgenti di acqua che sgorgano nel suo territorio. Il centro storico, vero gioiello di conservazione e manutenzione, presenta esempi di case torri, il castello medievale e la splendida Collegiata di Santa Maria, notevole esempio d'architettura gotico-cistercense, considerata una delle chiese meglio conservate in Italia. Vale la pena visitarla per apprezzare e godere la finezza e l'accuratezza dei particolari e la ricchezza degli elementi artistici presenti all'interno, nonché la sobrietà dell'edificio. Da visitare anche il Santuario dell'Auricola.

Specialità gastronomiche: mozzarella di bufala doc e la "Pigna di Pasqua".

personaggi: Giovanni Pisano (l'autore del Pergamo del duomo di Siena).

Scriveteci per consigli, critiche e impressioni sui luoghi visitati. L'indirizzo è:

[ilfabraterno@libero.it](mailto:ilfabraterno@libero.it).