

RIETI

vol.1

ARTE con gusto

RIETI

VOL. 1

© 2026 Michele Brundo
Tutti i diritti riservati.



INDICE

INTRODUZIONE	2
RIETI	3
RIETI SOTTERRANEA	5
GRECCIO	12
FONTE COLOMBO	17
LA FORESTA	21
POGGIO BUSTONE	25
PASTICCERIA CRISTALLO	29
PIZZERIA PAN PIER FOCACCIA	31
"LA FETTUCCINA" PASTA FRESCA DAL 1983	33
IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO	35
MUSEO LUCIO BATTISTI	36

VIVI L'AVVENTURA REATINA CON NOI

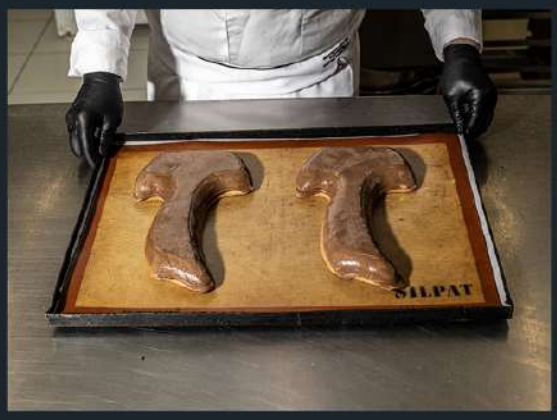
In queste pagine abbiamo raccolto un viaggio che è prima di tutto personale: un percorso fatto di incontri, strade percorse a piedi, porte aperte con curiosità e rispetto. Io e mia moglie abbiamo scelto di raccontare il territorio reatino non da osservatori distanti, ma da esploratori presenti, entrando fisicamente nei luoghi, parlando con chi li vive ogni giorno, ascoltando storie che spesso non compaiono nelle guide ufficiali.

La parte fotografica e grafica nasce dal desiderio di restituire la bellezza autentica di questo territorio: scorci che non si trovano nelle cartoline, dettagli che raccontano più di mille parole, atmosfere che meritano di essere viste e ricordate. I testi, frutto della sensibilità narrativa di mia moglie, danno voce alle persone, alle tradizioni, ai sapori e alle radici culturali che rendono unica questa zona d'Italia.

Il nostro intento è semplice e ambizioso allo stesso tempo: far emergere ciò che spesso rimane nascosto, valorizzare luoghi che anche molti italiani non conoscono, e offrire un racconto che unisca storia, territorio e gastronomia in un'unica esperienza. Questo ebook è il risultato di un lavoro condiviso, nato sul campo e costruito con passione, per invitare chi legge a scoprire — e magari a vivere — l'avventura reatina insieme a noi.



TRA TRADIZIONI E SPECIALITA' REATINE



UN DOLCE DEDICATO A SAN FRANCESCO



UNA PIZZA IMPERDIBILE



PASTA FRESCA ARTIGIANALE

RIETI

Questa guida illustrata vuole sottolineare il valore di Rieti per la sua vibrazione unica e inimitabile, nella quale l'arte e l'architettura ne impreziosiscono l'atmosfera.

La città reatina è definita "l'ombelico d'Italia", luogo che raccoglie e custodisce, nella quale tutti coloro che la attraversano possono assaporare l'invito alla calma e alla riflessione. Tale invito arriva dal giusto equilibrio tra il ritmo dei borghi e il cuore pulsante del centro cittadino, a misura d'uomo.

Tra vicoli medievali, intime piazze e scorci sospesi nel tempo, in pochi minuti si può raggiungere la Valle Santa, nella quale il cammino di San Francesco, con i suoi Santuari, è un'occasione per godere della natura silenziosa e prendere contatto con se stessi.

Visitare Rieti e la campagna circostante è come sentirsi a casa anche da viaggiatori, un'esperienza emotiva che va ad aggiungersi alla ricca proposta culinaria, legata alle tradizioni locali. Alternare esplorazioni in città a gite in natura è possibile in poco tempo.

Passeggiare per le vie del centro, visitare Piazza San Rufo, punto nevralgico de "l'ombelico d'Italia", percorrere la strada lungo il Velino, la cui acqua scorre calma, prendersi pause gustando piatti contadini ammirando i monti circostanti, sono solo alcuni dei tanti spunti che dà la città, per vivere un'esperienza che appaga i sensi e lo spirito.

È una città che ti fa percepire continuamente il rapporto tra centro e intorno, tra urbano e naturale. Non c'è mai una separazione netta. La piana reatina, originata dalla bonifica dell'antico Lago Velino tra il II e il I secolo a.C., è il contrario della città: ampia, luminosa, orizzontale.
Chi la attraversa sente la dilatazione dello sguardo, la ritmicità dei campi, la presenza dell'acqua che è diffusa capillarmente.

È un luogo che fa città: Rieti non esisterebbe senza questa piana che la nutre e la definisce.

La Valle Santa non è più la città, né la pianura, ma il cammino. È uno spazio che si vive in movimento, passo dopo passo e dove la geografia diventa esperienza spirituale, anche per chi non è credente. Come la piana, anch'essa nacque a seguito dell'imponente bonifica romana. Sempre luogo agricolo e boscoso, punteggiato da insediamenti, nel tempo è stata via di transito tra Sabina e Umbria, predisponendo l'arrivo di San Francesco.

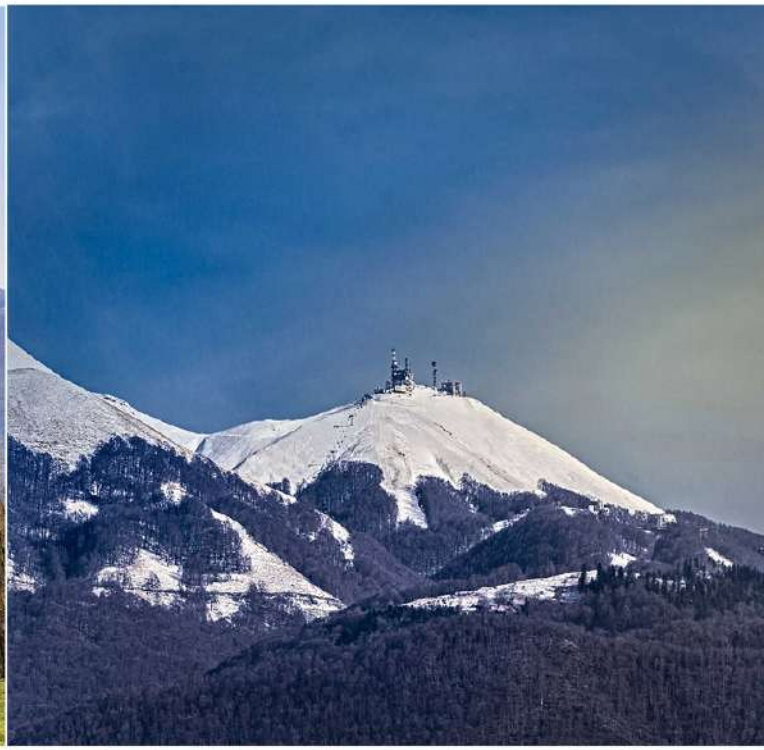
Egli scelse questa valle per la gente semplice, vicina al suo messaggio, per la presenza di boschi, grotte, pendii tranquilli e per la vicinanza a Rieti, città ospitale e importante centro religioso.




NATALE MARMI
ROMA
RESTAURATO 2019 - 2020
Rotary
REALIZZATO
MARMO
DESIGN







La Valle Santa è definita così per i suoi quattro Santuari, ciascuno legato a un episodio fondamentale della vita del Santo. Parte del Cammino di San Francesco, ripercorre i suoi sentieri, dove ancora si può percepire un'atmosfera che invita alla contemplazione. È una santità geografica, non solo religiosa: la valle diventa "santa" perché è stata vissuta, mantenendo sempre un carattere culturale, nella quale natura, storia e spiritualità sono inseparabili.

Il Terminillo (2.217 m) è la controparte alta della piana, la montagna che si vede da ogni punto e che "fa compagnia". È il rilievo principale dei Monti Reatini, un massiccio calcareo che appartiene all'Appennino centrale. Dista circa 20 km da Rieti, affacciandosi verso Lazio, Abruzzo e Umbria.
Essere sul Terminillo e guardare da quell'altezza ti fa capire come tutto si tiene insieme, dandoti quel senso di unità.
È uno di quei luoghi che trasformano la percezione del corpo, del tempo e dello spazio ogni volta che ci sali, anche se lo conosci da una vita. La strada che sale da Rieti è già un rito: curva dopo curva senti che stai lasciando la pianura e la quotidianità. Il paesaggio cambia ritmo: i campi diventano bosco, il bosco diventa distesa di abeti, gli abeti si fanno roccia e la roccia si staglia nel cielo. È una transizione graduale come se la montagna ti preparasse a un altro modo di stare al mondo.







RIETI SOTTERRANEA

Si tratta di un percorso archeologico che si snoda sotto il centro storico di Rieti, dove si possono ammirare i resti del viadotto romano costruito nel III secolo a.C., per sostenere la via Salaria e proteggere la città dagli impaludimenti. Esso ha permesso di superare le zone paludose causate dal fiume Velino, cosicché la strada consolare potesse entrare in città in modo sicuro.
Rieti è denominata "Venezia dell'acqua dolce", per la sua antica morfologia, che vedeva la via Salaria coinvolta nel commercio del sale, tramite la traiettoria dal mare Adriatico, zona Porto D'Ascoli, verso Roma.
La struttura è composta da archi e cunicoli sotterranei, inglobati al di sotto di dimore nobiliari antiche. La Rieti sotterranea testimonia l'ingegno romano nel risolvere problemi ambientali e urbanistici. Percorrere la Rieti sotterranea è come camminare sui tronchi d'albero, la struttura da 1300 anni è resa solida da blocchi ciclopici di travertino, una pietra elastica e porosa.
La sua esplorazione inizia dal centro storico di Rieti in via del Porto, una strada che già al primo sguardo racconta la storia della città. Qui il piano di calpestio appare visibilmente rialzato rispetto al livello originario: lo si capisce osservando le finestre alte, oggi quasi allineate alla strada. È uno dei segni più evidenti dell'accumulo di terra e materiali avvenuto nei secoli, soprattutto dopo le grandi opere di bonifica della piana reatina. Anche lasciandosi alle spalle via della Verdura, si nota lo stesso fenomeno: le finestre dei palazzi si trovano a un livello sorprendentemente basso rispetto alla strada moderna. Questo dislivello non è casuale, ma è il risultato diretto dell'imponente intervento idraulico che ha trasformato il lago Velino (Lacus Velinus) in una piana coltivabile. La città, nel tempo, ha progressivamente rialzato il proprio piano stradale, mentre gli edifici più antichi sono rimasti ancorati alla quota originaria. Varcare lingresso della Rieti sotterranea significa letteralmente scendere sotto la città moderna e ritrovare il livello della Reate romana, quello su cui correva la Via Salaria e su cui poggiavano i grandi fornici del viadotto repubblicano. Qui la stratificazione non è un concetto astratto, ma qualcosa che si vede e si tocca: finestre che oggi guardano la strada, ma che un tempo guardavano l'aria, muri che nascono per sostenere una via romana e che ora si trovano in profondità e pietre che raccontano come la città sia cresciuta verso l'alto, strato dopo strato.
La Rieti sotterranea, con i suoi fornici monumentali, archi e volte in travertino, offre un'ambientazione suggestiva che richiama atmosfere antiche e misteriose. È un corridoio voltato, costruito in travertino, che collega diversi ambienti e che oggi viene valorizzato anche per riprese cinematografiche e televisive. Grazie al lavoro di scenografi e artigiani, il cunicolo è stato arricchito con affreschi, colonne, capitelli e scenografie che ricreano atmosfere suggestive e quasi mitiche. L'ambiente ipogeo, con la sua luce soffusa e le pietre antiche, offre un palcoscenico naturale perfetto per storie fantasy e drammatiche.
I fornici monumentali sono grandi archi in muratura, spesso in pietra squadrata, utilizzati nell'architettura romana per sostenere strutture importanti. In tal caso, essi erano a sostegno dell'antica via Salaria, l'attuale via Roma, la cui forma garantisce durabilità nel tempo. Il termine fornice deriva dal latino fornix, che significa "arco" o "volta". Il travertino, materiale costitutivo degli archi e delle volte, è una roccia calcarea sedimentaria, composta principalmente da carbonato di calcio, fin dall'antichità molto usata in edilizia per la sua resistenza e bellezza. Il nome travertino deriva dal latino lapis tiburtinus, cioè "pietra di Tibur" (l'attuale Tivoli), dove si trovano cave storiche.



UN TUFFO NEL PASSATO

La mappa rappresenta Rieti nel momento della sua trasformazione da città sabina a città romanizzata. La città è mostrata come un promontorio di travertino emergente dalle acque del Fiume Velino, la stessa altura su cui oggi sorge il centro storico. La rappresentazione mostra il Lacus Velinus ancora presente, le prime fasi della bonifica curiana (III sec. a.C.) e la trasformazione della piana in area agricola.



Raffigurazione del torchio del vino, con le botti e la damigiana, strumenti utilizzati dalla famiglia Vecchiarelli a partire dal 1941, quando avviarono l'attività di vinaioli. Il tentativo non ebbe fortuna, a causa della morfologia del territorio reatino, sotto il cui terreno l'acqua abbonda ed evapora, rendendo improduttiva la coltivazione. Una sezione del percorso della Rieti sotterranea mostra altri utensili adoperati per l'impresa, tra i quali il bollitore con la caldaia in rame, tramite il quale l'acino dell'uva veniva essiccato, aumentandone zucchero e gradazione: il risultato era un vino acetato, dal sapore pungente.



Sopra, un allestimento contemporaneo, inserito nel percorso sotterraneo, per valorizzare la "Valle del primo Presepe", nella quale fu Greccio a vederne la nascita e per questo soprannominato la "Betlemme occidentale". Un luogo di passaggio e un ambiente ipogeo, che richiama simbolicamente la nascita "nel silenzio e nell'ombra", così come un punto centrale della città, facilmente visitabile anche da chi non arriva fino a Greccio. È un modo per portare il messaggio francescano nel cuore urbano di Rieti.

La presenza delle scale nella Rieti sotterranea non è un dettaglio architettonico casuale: è uno degli indizi più chiari e leggibili della stratificazione verticale della città. I dislivelli che si incontrano nel percorso sotterraneo sono il risultato di varie stratificazioni architettoniche susseguitesi nel tempo, in epoca romana, medievale e moderna. Le scale collegano questi livelli come una sezione verticale della città, rendendo visibile ciò che normalmente è nascosto.






Rieti Sotterranea
Ricostruzione di Reate IV-II sec. a.C.

GRECCIO



Il Santuario di Greccio, noto come la Betlemme francescana, è il luogo in cui San Francesco la notte del 25 dicembre 1223 realizzò il primo presepe vivente della storia, per celebrare il Natale di Gesù. Questo gesto, semplice e rivoluzionario, nasceva dal desiderio di rendere tangibile l'umiltà e la povertà dell'incarnazione. San Francesco voleva che la gente vedesse l'estrema semplicità di Gesù bambino, non secondo un concetto teologico, ma come esperienza sensoriale. Greccio, con la sua grotta naturale, offriva il contesto perfetto.
Subito dopo l'evento fondativo della Natività, i frati costruirono edifici stabili intorno alla grotta, in quanto la comunità francescana aveva bisogno di custodire lo spazio, accogliere visitatori e mantenere viva la memoria. Gli altri santuari, invece, nacquero come luoghi di ritiro temporaneo e divennero strutture definitive solo dopo la morte del Santo.
Il Santuario di Greccio è incastonato nella roccia, a circa 15 km da Rieti, affacciato sulla conca reatina. L'accesso avviene attraverso un percorso che sale tra boschi e pareti calcaree, con un'atmosfera che cambia man mano che ci si avvicina: dal borgo medievale di Greccio alla rupe, fino alla grotta originaria. La rupe è la parete verticale del Monte Lacerone su cui il Santuario è letteralmente "aggrappato". Simbolicamente è un luogo di soglia, protetto e difficile da raggiungere, come se fosse separato dal mondo. Situato sulla rupe, guarda la conca reatina, un bacino fertile, luminoso, attraversato dal Velino, che nei secoli ha rappresentato allegoricamente un grembo, un luogo di raccoglimento francescano. La posizione del Santuario suggerisce un dialogo verticale-orizzontale che San Francesco scelse con estrema precisione. Greccio è un eremo sospeso, un luogo che invita al silenzio e alla contemplazione. Perfetto per meditare sul mistero della nascita, un paesaggio che al Santo ricordava la Palestina.

CHIESA DI SAN FRANCESCO

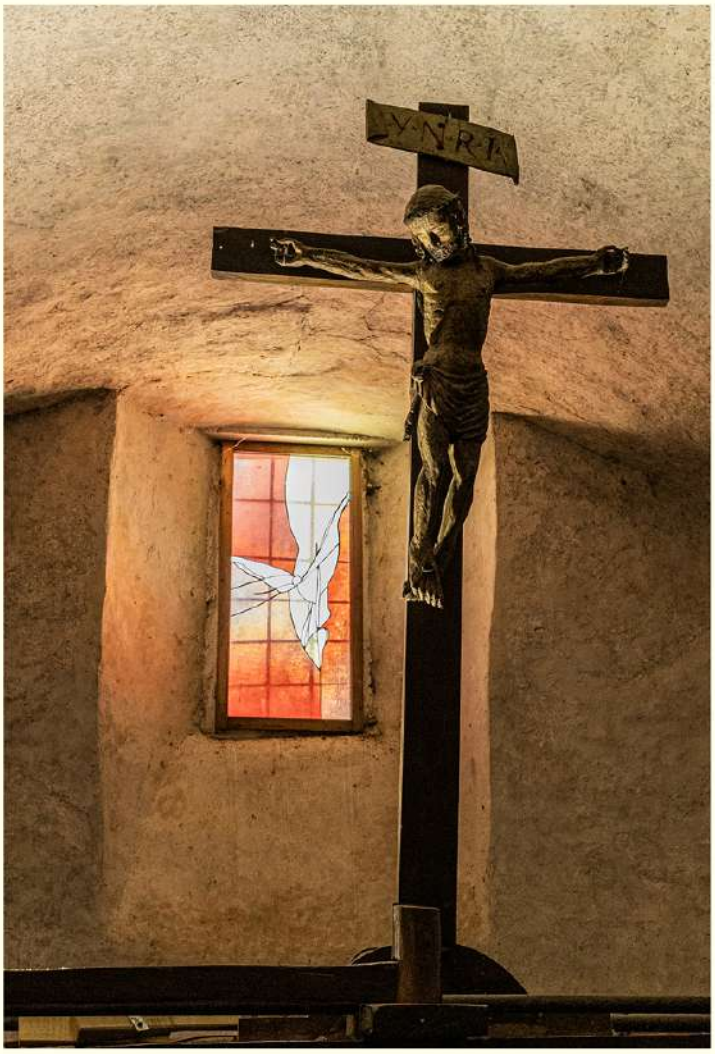
La chiesa, edificata nel 1228 dopo la canonizzazione del Santo, è addossata alla rupe e ingloba la grotta del Presepe, che si trova lateralmente rispetto alla navata, in un ambiente che oggi appare come una cappella rupestre interna. La grotta è il vero "luogo dell'evento", mentre la chiesa è la sua protezione architettonica. In essa sono presenti affreschi trecenteschi e quattrocenteschi, molto consumati, con scene francescane. L'ambiente è coperto da una volta a botte decorata da un cielo stellato. L'atmosfera di penombra, silenzio, pietra viva, richiamano l'umiltà francescana.








Ti adoriamo
Santissimo
Signore Nostro
Gesù Cristo
qui
e in tutte le chiese
che sono per il mondo
e ti benediciamo
perché
con la tua santa croce
hai redento il mondo



CROCE LIGNEA

In un ambiente interamente realizzato con sobrie strutture in legno e pietra, si trova l'antico crocifisso ligneo che guida il raccoglimento profondo dei pellegrini. La scultura è accanto a una stretta finestra colorata. La luce naturale penetra dal vetro, illuminando il profilo del costato e il volto del Cristo, richiamo alla Luce divina che rischiara l'oscurità.

SCULTURA D'ARTE, RIPRODUZIONE DEL PRESEPIO

All'interno della Chiesa Nuova è possibile contemplare una grande riproduzione in terracotta del presepio. Essa è stata realizzata da un gruppo di artigiani della provincia romana.
E' un'esperienza immersiva nel cuore della Natività e nell'atmosfera solenne dell'evento.



VISITA DI GIOVANNI PAOLO II

La storica visita di Papa Wojtyla al Santuario di Greccio avvenne il 2 gennaio 1983. Fu un evento epocale, in quanto fu il primo pontefice a recarsi come pellegrino nel luogo del primo presepio della storia, nonché al Santuario francescano più antico. La monumentale statua di bronzo che raffigura Giovanni Paolo II commemora questo evento. La possiamo trovare lungo la scalinata che porta al Santuario, con lo sguardo rivolto alla Valle Santa.



CHIESA NUOVA DEL 1959

E' la chiesa moderna del Santuario, costruita nel 1959, un edificio luminoso, ampio, con linee sobrie ma contemporanee. E' utilizzata per messe dei pellegrini e celebrazioni solenni. All'esterno, la chiesa presenta un moderno e slanciato campanile e si trova sul piazzale belvedere, da dove si apre la vista sulla conca.





FONTE COLOMBO

Il nome di questo Santuario deriva da due elementi distinti, entrambi antichi: "Fonte", legata alla sorgente d'acqua che sgorga nel bosco, tuttora visibile. "Colombo", relativo a colombus, la colomba, simbolo dello Spirito Santo. Quindi il nome significa letteralmente: la fonte della colomba, o, in senso simbolico, la sorgente dello Spirito. La tradizione racconta che una colomba avrebbe accompagnato San Francesco o indicato il luogo. Qui il Santo scrive la Regola definitiva. La colomba diventa allora il simbolo dell'ispirazione che "scende" sulla fonte, sulla pietra, sulla grotta. C'è davvero una sorgente, piccola ma antichissima, che scorre accanto all'eremo. Era un punto di riferimento per i frati, per i pellegrini e per chi viveva nella selva. Nel 1223, San Francesco si ritira a Fonte Colombo per scrivere la Regola definitiva dell'Ordine, quella che poi verrà approvata da papa Onorio III il 29 novembre 1223. San Francesco è in pieno conflitto istituzionale: l'Ordine sta crescendo troppo in fretta, e la Regola serve a dare forma a un movimento che rischia di sfuggirgli. Fonte Colombo diventa così il laboratorio politico del francescanesimo.
Nel 1225, il Santo torna nella Valle Reatina per curare la sua grave malattia agli occhi. La tradizione colloca parte di questa permanenza anche a Fonte Colombo, dove subisce un trattamento doloroso (la cauterizzazione).

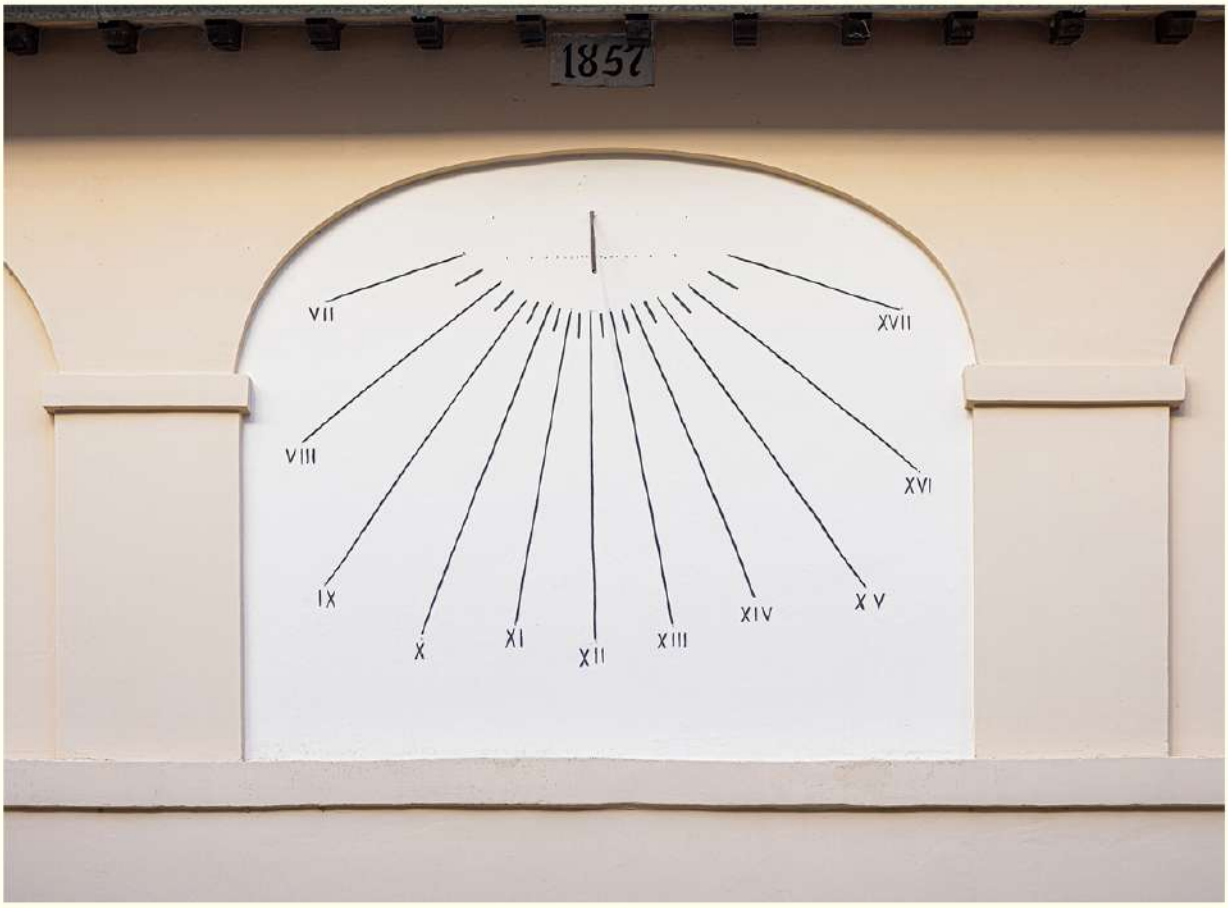
CHIESA S.FRANCESCO

La chiesa è il risultato della dedicazione coerente con la tradizione del luogo. Qui San Francesco scrisse la Regola definitiva dell'Ordine e la memoria del suo passaggio è così forte da rendere naturale che l'edificio sacro porti il suo nome. La chiesa attuale risale al XIII secolo, ma ha subito ampliamenti e restauri nei secoli successivi. È costruita in stile semplice, quasi austero: una scelta che rispecchia perfettamente il carattere del luogo. La dedicazione a San Francesco non è solo commemorativa: è un modo per dire che qui il Santo non è passato "come pellegrino", ma come fondatore.
Navata unica, lineare, senza decorazioni eccessive: pareti chiare, essenziali, tipiche degli eremi medievali, così come copertura a capriate lignee e luce naturale filtrata da piccole finestre, un chiarore "morbido" e non teatrale. Si ritrova la concretezza degli eremi medievali: luoghi di lavoro spirituale, non di rappresentanza. La chiesa è uno spazio funzionale, adatto alla vita dei frati e alla stesura della Regola. Il presbiterio è semplice, essenziale, privo di decorazioni eccessive, pensato per concentrare lo sguardo sull'altare e sulla Parola.











LA STATUA

Nel chiostro di Fonte Colombo, la meridiana del 1857 dialoga con la statua di Francesco: la meridiana misura il tempo, la statua è rivolta all'interiorità. Insieme dicono al pellegrino:
"Prima di entrare nella grotta della Regola, guarda la luce e guarda te stesso."
Essa è realizzata in stile sobrio, senza trionfalismi: San Francesco è rappresentato concentrato, raccolto, quasi assorto. Il materiale semplice di bronzo scuro, risuona con la umile postura. La collocazione laterale rispetto al chiostro, punto di passaggio e contemplazione, suggerisce una presenza silenziosa. Rispecchia una figura concreta, umana, non un Santo irraggiungibile, ma un uomo che pensa, decide e scrive.

LA MERIDIANA

La meridiana di Fonte Colombo è una meridiana solare verticale, semplice e francescana, tracciata sul muro del chiostro. Non è un elemento decorativo: è un segno di ordine, misura, disciplina del tempo. Serviva ai frati per regolare la giornata monastica: ore di preghiera, lavoro, silenzio. Nella seconda metà dell'Ottocento i frati rimettono mano ai santuari storici, restaurano, ricostruiscono, ridanno ordine agli spazi. La meridiana riporta la data del 1857 proprio perché prese parte a questo movimento. I frati dell'Ottocento, incidendo quella data, esprimevano la loro responsibilità nell'aver ricevuto quel luogo come dono, nell'intento di custodirlo e consegnarlo a chi sarebbe venuto dopo. Un atto di continuità, un ponte tra la Regola del XIII secolo e la vita conventuale dell'Ottocento.



LA FINESTRA

Una delle aperture del Santuario, con la caratteristica grata in ferro battuto che rappresenta delle colombe in volo. L'opera richiama l'origine stessa del nome dello stesso Santuario.

AFFISSIONE LEGNO

La frase richiama un'idea molto precisa: San Francesco non arriva a Fonte Colombo per caso, ma è "condotto". Un luogo che non può essere neutro, ma collegato a una vocazione. Fonte Colombo diventa così un monte che "chiama", come il Sinai biblico. San Francesco arriva qui perché deve prendere una decisione difficile, politica, concreta. Così come Mosé ricevette le tavole sul Sinai, a Fontecolombo San Francesco scrive la Regola, dando forma alla sua comunità.
La frase incisa sull'affissione in legno augura che anche il visitatore sia guidato dalla stessa forza. Chi entra a Fonte Colombo non è un semplice spettatore o turista, bensì l'erede di un gesto. Il legno, di cui la tavola è composta, è un materiale povero, francescano, ma anche materiale della croce.



LA FORESTA

Il Santuario sorgeva in un'area che, nel Medioevo, era completamente ricoperta di boschi fitti, una vera selva della Sabina. Non era un boschetto: era una foresta estesa, con querce, carpini, castagni e una vegetazione così densa da rendere il luogo isolato e silenzioso.
Da qui il nome più antico e spontaneo: La Foresta, ovvero il Santuario nel bosco. Quando la piccola cappella rurale, originariamente dedicata a San Fabiano, venne affidata ai frati, la devozione mariana crebbe e il luogo assunse il nome di Santa Maria della Foresta, aggiungendo al toponimo naturale il titolo mariano.

"LUOGO AMENO DOVE RIPOSARE"

La scritta è stata realizzata dai frati francescani tra il XVII e il XVIII secolo, probabilmente durante uno dei restauri o abbellimenti del complesso. Nel Seicento e nel Settecento i frati della Valle Reatina decorano e sistemano molti ambienti dei santuari. È l'epoca in cui si diffonde l'uso di motti latini sulle pareti dei conventi. Inscritta davanti alla cucina, la posizione non è casuale: è uno degli ambienti più carichi di memoria e luogo di vita quotidiana dei frati. Segnare lì la frase significa riconoscere La Foresta come luogo di ristoro, celebrare la sua pace rurale, invitare il pellegrino a riposare, sottolineando il carattere domestico del Santuario. È un modo per dire: "Qui si riposa il corpo e l'anima."

LA CHIESA

Chiesa di Santa Maria della Foresta, una chiesa che sembra una casa, un luogo dove la fede è vicina alla terra e alla vita quotidiana. In origine, la chiesetta era dedicata a San Fabiano, il sacerdote che viveva lì prima dell'arrivo di San Francesco. Si viveva custodendo l'ambiente e con una vigna e un orto. L'interno della chiesa è semplice, raccolto, intimo, coerente con la spiritualità francescana e con la storia del luogo. Navata unica, piccola e luminosa, pareti chiare, senza decorazioni eccessive, atmosfera silenziosa, quasi domestica.
La chiesa conserva affreschi antichi, soprattutto legate a scene mariane, figure di santi e decorazioni semplici, spesso restaurate. Non sono affreschi monumentali, ma "di casa", che parlano di fede quotidiana.
Intorno alla metà del Novecento, Monsignor Cristoforo A. Terzi, figura ecclesiastica di rilievo locale, molto attiva nella cura dei Santuari francescani della Valle Reatina, portò le statuette della natività di Maria. Introdusse, così, dentro una chiesa di campagna un'immagine di maternità e di radici, collegandosi al tema della nascita e del creato, caro a San Francesco.













CASA DEL PRETE/CUCINA- VASCA

E' uno dei luoghi più autentici e narrativi del Santuario, dove è presente la vasca in pietra usata per lavare e cucinare, altresì collegato alla vigna del miracolo dell'uva. Questo ambiente è la soglia tra la vita domestica del prete che ospitava San Francesco e la vigna, dove avviene il miracolo. Ambiente perfetto per raccontare la provvidenza, la condivisione e anche la conversione del cuore del prete.

IL MIRACOLO DELL'UVA

Quando San Francesco, ospite del prete che viveva a La Foresta, mangiò l'uva della vigna senza chiedere permesso, il prete si arrabbiò. Essa era il suo sostentamento, la sua sicurezza, la sua "ricchezza". Ma la vigna, invece di rovinarsi, produsse più frutti del solito. Il prete impara che ciò che si dona non si perde, che la provvidenza compensa ciò che si offre e che la comunione è più feconda del possesso. Nel Santuario, oggi, viene ricordata l'importanza proprio della condivisione e della fede nella divina provvidenza.

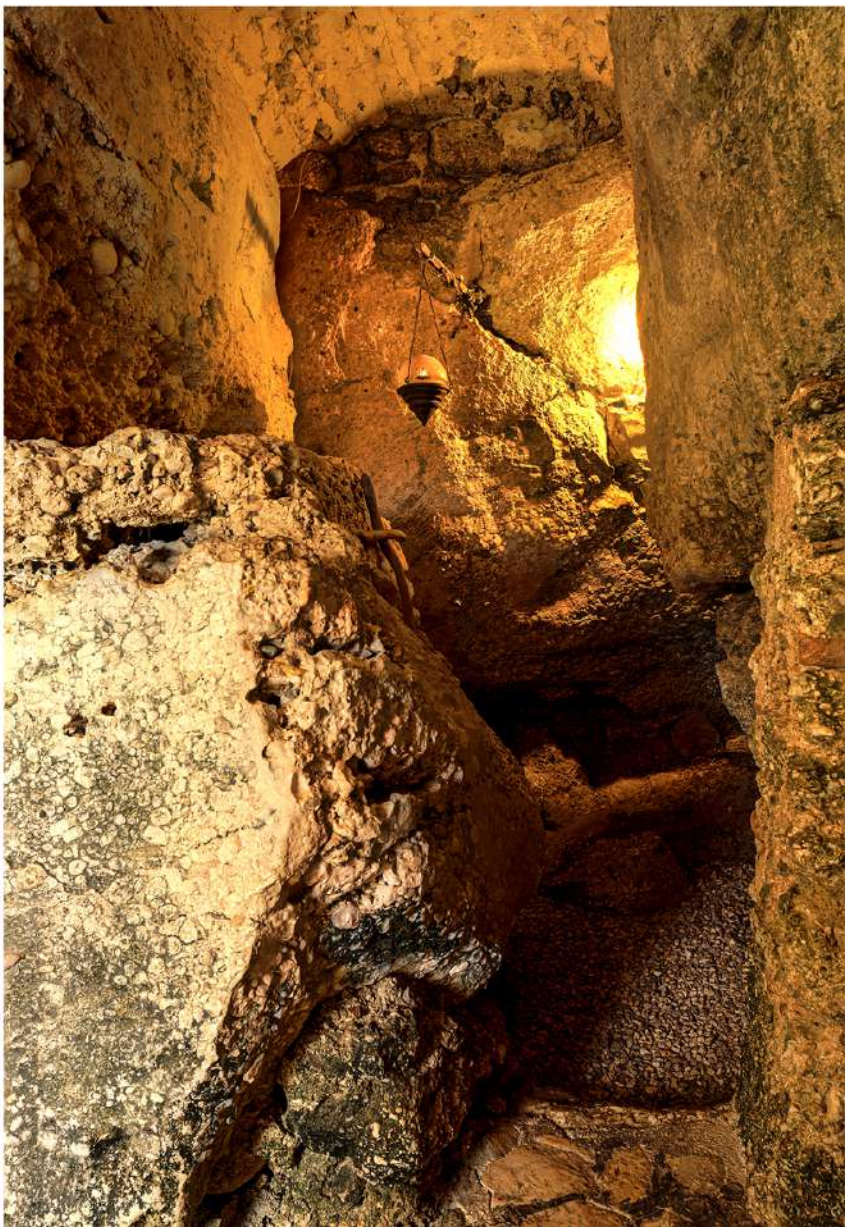
IL CHIOSTRO

Nel chiostro le colonne che lo vanno a costituire sono ottagonali e il numero otto è simbolico. Il sette è la creazione, mentre l'otto ciò che viene dopo la creazione: la rinascita, la resurrezione, la vita nuova. L'importanza data al passaggio tra due stati dell'essere la possiamo ritrovare nell'esperienza vissuta nella grotta, tramite la quale San Francesco si distacca dal mondo e si lascia trasformare, innalzandosi oltre la matericità dell'esistenza.



LO SPECO, LA GROTTA, IL CANTICO DELLE CREATURE

Nella grotta San Francesco si ritira per circa dieci mesi, meditando e trasformando quello spazio raccolto in un dormitorio. A seguito della malattia agli occhi, non poteva trattenersi nella sala cucina, per l'alto livello di fumo che si creava con il fuoco. E' proprio questo elemento che egli prega nella stessa grotta, al fine che esso potesse dargli luce, calore, energia, in un momento di estrema fragilità fisica. In questa circostanza nasce altresì il Cantico delle Creature, prima opera letteraria in lingua volgare umbra. È un testo che fa nascere la letteratura italiana dal basso, dalla terra, dalla voce di un uomo che parla con il creato. Usando la lingua del popolo, mostra che il volgare può esprimere teologia, poesia e filosofia. Proprio a La Foresta, durante la malattia, la fragilità, la convalescenza, San Francesco vede la luce filtrare nella stanza, sente il calore del fuoco, ascolta l'acqua, respira la terra e trasforma tutto in lode. La Foresta è il luogo dove il Cantico matura, dove la gratitudine diventa parola. La nascita del Cantico è un atto di gratitudine incondizionato per il creato e la natura, trascendendo i limiti della malattia e della materia.
La grotta per San Francesco, con le sue spaccature, incarna la ferita interiore, la cui anima si apre alla guarigione e alla trasformazione. Da una simile frattura può emergere la verità, ciò che sta dietro la superficie, la rivelazione. Distaccandosi dal mondo, ritirato perché esausto, San Francesco contempla e interiorizza l'immagine del corpo di Cristo trafitto, rappresentata dalla roccia spezzata.



POGGIO BUSTONE

Tra i quattro santuari della Valle Reatina, Poggio Bustone è quello che custodisce il momento più intimo e psicologico della vita di San Francesco: la riconciliazione con il proprio passato. È il luogo dove il Santo smette di sentirsi "peccatore indegno" e accetta finalmente di essere amato e perdonato.

CHIESA DI SAN GIACOMO APOSTOLO

Come in molti santuari francescani antichi, la chiesa ha una sola navata, semplice e raccolta. Non è una chiesa ricca, ma ha un carattere più "decorato" rispetto agli altri Santuari della Valle. Si percepisce la stratificazione dei secoli: sulle pareti ci sono affreschi di varie epoche, alcuni molto antichi, altri del Quattrocento e Cinquecento.



Raccontano episodi della vita di Maria, santi francescani e santi popolari della zona. Accanto alla chiesa si trova la cappella che ricorda l'episodio più famoso di Poggio Bustone: l'apparizione dell'angelo e la frase "Francesco, i tuoi peccati ti sono perdonati." La chiesa di Poggio Bustone è un luogo di riconciliazione, perdono e nuovo inizio. È un santuario interiore, legato alla guarigione del cuore.

SAN FRANCESCO SI AUTOACCUSA DI GHIOTTONERIA

Pannello decorativo in stile moderno, che ricorda un mosaico per colori e composizione. È parte di un ciclo di pannelli che illustrano episodi della vita di
San Francesco legati alla sua interiorità, alle tentazioni e alla conversione. Si trova lungo il sentiero delle grotte, prima di arrivare allo Speco vero e proprio, in una delle piccole cappelle che costeggiano il percorso. Questo episodio appartiene alla tradizione spirituale francescana più antica. San Francesco, nella sua estrema sincerità, si accusava anche dei peccati più piccoli, perché era molto severo con se stesso e temeva di indulgere troppo nel cibo. Voleva mantenere una disciplina ascetica, considerando la tentazione della gola una forma di attaccamento alla materia, al piacere immediato e alla consolazione sensibile.








Città di Poggio Bustone





Dopo aver ricevuto il perdono, San Francesco scende verso il borgo. È un uomo nuovo, leggero, riconciliato. Quando incontra gli abitanti di Poggio Bustone, li saluta con parole che nessuno aveva mai sentito: "Buongiorno, buona gente!" È un saluto rivoluzionario per l'epoca, affettuoso, diretto, popolare, non clericale. È il saluto di un uomo che ha appena scoperto che Dio è buono, quindi anche la gente è buona. Esso diventa il marchio della spiritualità francescana: una fede che parte dalla bontà, non dalla paura.



SACRO SPECO

Secondo la tradizione, qui avviene l'episodio decisivo:
San Francesco, tormentato dal ricordo dei suoi peccati giovanili, prega nella grotta chiedendo a Dio: "Signore, sei davvero disposto a perdonarmi tutto?" È un momento di angoscia profonda, quasi esistenziale. E qui accade l'evento che cambia la sua vita, una voce interiore, un angelo, che gli dice: "Francesco, i tuoi peccati ti sono perdonati." È la frase che lo libera dal peso del passato. È la sua rinascita interiore.



PASTICCERIA CRISTALLO



Il dolce Cantico, nasce da quello che è la poesia di San Francesco che è il Cantico delle Creature, che parla di tutto ciò che c'è di bello nella natura: sole, acqua, fiume, aria, elementi che si collegano alle materie prime del territorio, utilizzate per fare questo dolce.
Esse sono naturali, senza aggiunta di addensanti, emulsionanti, additivi e conservanti vari.

L'idea del pasticcere Massimo della pasticceria reatina "Cristallo" nasce da un momento particolare della sua vita, nel quale ha avuto una malattia, un tumore al colon. Si è reso conto di quanto la sanità fa per noi e ha fatto per lui, quindi ha voluto ripagare il loro operato facendo ciò che gli riesce meglio, cioè pasticceria.
Nel complesso gli ingredienti si distribuiscono tra la pasta frolla e il ripieno. Gli ingredienti sono circa sedici, partendo da una frolla al cioccolato, totalmente senza lattosio. Il ripieno presenta fichi secchi, marmellata di albicocca, di visciola, noci, nocciole, cioccolato, uvetta sultanina, cacao e un liquore dolciastro. Inoltre vengono aggiunte delle spezie, ovvero arancio, cannella, chiodi di garofano e noce moscata.
La forma è quella del tau di San Francesco, un richiamo chiaro e deciso alla dimensione francescana.
Essendo un dolce anidro, senza conservanti, riesce a conservarsi anche sette, otto mesi.

La frolla, meno strutturata rispetto a quella classica e a base di farina, uova, burro, zucchero, cacao, aromi di arancio, vaniglia, limone, si impasta nello stesso giorno in cui si prepara il ripieno.
La prima rimane in frigo, mentre il ripieno resta in un contenitore di plastica o di acciaio per almeno due giorni, per far sì che la parte aromatica si sviluppi. Entro un paio di giorni al massimo si fa la lavorazione del dolce vero e proprio.



Partendo dal composto della base, si prepara un involucro grazie a uno stampo, fatto su misura in collaborazione con un artigiano del luogo. Segue la preparazione della parte superiore, così da mettere il ripieno e chiudere lo stampo con il contro stampo, precedentemente cotto. Capovolgendo il tutto, la parte superiore viene cotta.
La confezione è stata creata da zero, la cui texture del legno richiama l'elemento costitutivo dei Santuari, segno di povertà e umiltà.

Il dolce Cantico è disponibile tutto l'anno, trovando maggior riscontro da autunno fino a Pasqua. A differenza dei cantucci, che possono essere accompagnati da un vin santo, essi possono essere gustati con genziana per spezzare.
Rappresenta un prodotto di nicchia e, essendo abitante nella Valle Santa, Massimo vorrebbe che diventasse un punto fermo della zona. Nato nel settembre 2024, è stato riconosciuto dall'Alcli come dolce solidale, tant'è che esso viene venduto con la stringa alla base riportante il simbolo dell'Alcli. Il 10% della linea "Dolce Cantico" viene devoluto all'associazione a consuntivo l'anno successivo. A fine anno 2024, prima di Natale, è stato regalato al ministro degli esteri Tajani e ad oggi è un marchio registrato.
Vari turisti stranieri lo hanno assaggiato, apprezzandone il suo sapore molto ricco. E' possibile trovare tre tipologie di questa linea: il biscotto, il dolce Cantico monoporzione e infine la produzione del dolce grande da 650/700 gr.





Stesura impasto sullo stampo.



Farcitura del ripieno sulla base del biscotto.



Realizzazione del contro stampo.



Eccoci il dolce è pronto.

PIZZERIA PAN PIER FOCACCIA



Il ristoratore Pierandrea ha sempre avuto la passione per la cucina, i suoi genitori e nonni avevano un bar nel quartiere storico di Rieti. Quando usciva da scuola, suo nonno lo portava a mangiare alla "Cantina" e il suo sogno era di poter lavorare in quella cucina.

Ha iniziato la sua attività di ristoratore nel giugno 2007, acquistando la licenza "Cantina centro d'Italia", trattoria storica reatina, con 26 posti a sedere. Nella trattoria si è sempre mantenuta la basicità dei prodotti, quelli del territorio, eccezione fatta per i saltimbocca alla romana e l'amatriciana, senza proporre prodotti congelati o preparati.

Nel corso degli anni, la sua indole da commerciante lo ha portato ad aprire nel centro di Rieti "Pan Pier Focaccia", nel marzo 2018. Qualche anno dopo è stata aperta un'altra pizzeria chiamata "Bella Pizza", in viale Fassini.

Pan Pier Focaccia è un buon incrocio tra pizza romana e napoletana, con un impasto digeribile, fermentazione e maturazione a 72 ore, avente un cornicione non tanto pronunciato. Viceversa, nel più recente ristorante si propone l'impasto napoletano contemporaneo, con 48 ore di fermentazione, con cornicione molto pronunciato e alveolato.



Sono dunque disponibili due prodotti per due tipi di clientela differenti, in base al loro gusto, mantenendo sempre la pizza della tradizione. Partendo dalle pizze classiche standard, oggi "Pan Pier Focaccia" ha un menù con 84 pizze, risultato di anni di sperimentazione gourmet. Qui sulla destra Pier Andrea a lavoro.



A distanza di tempo, le pizze particolari vengono sempre richieste, come la pizza "Cantina", in onore al suo primo ristorante, oppure "Povero Pierandrea" con mozzarella, cubetti di pecorino arrosto, guanciale e marmellata di cipolla fatta da loro. C'è in progetto di aprire un'altra pizzeria, più specializzati in pizza, pollo arrosto, galletto arrosto e fritto.

Pizze sempre disponibili tutto l'anno, alcuni prodotti seguono una certa stagionalità, spiegando alla clientela che il piatto è contestualizzato al periodo. Da maggio a luglio si trovano asparagi e porcini, nelle altre stagioni vengono importati, oppure sostituiti con zucchine o cardoncelli da allevamento.

La pizza "Cantina", ha una base bianca, con aggiunta di funghi, asparagi e guanciale, in aggiunta del parmigiano a fine cottura per dare un po' di cremosità al piatto.





Da un anno e mezzo "Pan Pier Focaccia" fa solo ed esclusivamente pizzeria alla sera; occasionalmente, e una volta al mese, è disponibile un menù fisso con cucina reatina, beneficiando della zona legata al cammino di San Francesco, che attira gruppi e persone straniere abituali.

All'interno del menù, ci sono un paio di pizze che hanno subito la contaminazione romana, reatina e abruzzese, come ad esempio "l'amatriciana", con una base di pomodoro semplice, una fettina di guanciale di Norcia e in uscita pecorino romano grattugiato con del pepe. E' una delle pizze che vanno più in assoluto, non ha la mozzarella per non creare una forzatura su un piatto che ha solo ed esclusivamente il pecorino.





PASTA FRESCA "LA FETTUCCINA" DAL 1983



L'attività di Riccardo come pastaio nasce nel 1983, grazie all'esempio dei suoi genitori, secondi ad aprire a Rieti un pastificio. A nove anni già entrava in negozio, vivendo l'atmosfera del lavoro della sua famiglia. Finiti gli studi, a diciotto anni va a lavorare in negozio, seguendo la sua inevitabile passione per questo mondo. Ristrutturata la location, acquistati macchinari nuovi e ingrandito il locale, da semplice pasta all'uovo Riccardo dà vita anche alla pasticceria secca, proponendo biscottini, torroni di Natale e bigné. Sua mamma, oggi ottantenne, rappresenta un valido aiuto a supporto dell'attività. A "La Fettuccina" si possono trovare diverse varietà di pasta fresca: ravioloni, cappellacci, tortelli, fregnacce reatine, fettuccine, pappardelle, pasta verde e pasta rossa, quest'ultima protagonista durante il giorno di San Valentino. C'è molto spazio per la varietà di ripieno, nel caso dei ravioloni, per esempio, è molto richiesto quello con patate e carciofi, così come patate e mozzarella con salsiccia. A Natale si propone anche con il pesce, mentre in estate si può trovare ripieno di ricotta e limone, la farcitura, dunque, si adegua al periodo e alla richiesta del cliente. Riccardo ha preso la ricetta della pasta fresca dai genitori, con il tempo modificata, migliorandola sempre di più. L'innovazione delle farine e delle semole fa sì che il prodotto assuma nuove versioni. C'è chi la vuole integrale, oppure senza semola se no viene più scura, oppure con la farina di castagne, ogni portata ha il suo gusto.



Questa peculiarità la ritroviamo anche nelle fregnacce reatine, in origine un piatto povero, fatto di acqua e farina, ma che con l'andare del tempo presentano anche l'uovo come ingrediente. Le materie prime arrivano anche dalla vicina Umbria, come le uova e la farina.



Il tortello alla San Francesco, condito con l'ingrediente che si narra il Santo amasse particolarmente, ovvero i gamberi di fiume. Egli, inoltre, gradiva molto anche la frutta secca, come le madorle e le noci, quest'ultime presenti nella pietanza.
Il raviolone 13x13 cm viene piegato a mezzaluna, tecnica da lui inventata, divenendo così il tortello. Il ripieno è di ricotta e spinaci, il classico, però si usa anche ricotta ai funghi, ricotta al tartufo, con carciofi, con asparagi o con pesce.
Lo stesso abbinamento Riccardo lo applica con il ripieno di patate.





La produzione è anche arrivata a 700/800 ravioloni al giorno. Una porzione di 200 grammi, a persona, equivale a sei ravioloni.



Taglio della pasta.



Fregnacce, fettuccine e pappardelle nel laboratorio di Riccardo vengono tagliate a mano, così la pasta fresca è ancora più buona, il sapore cambia totalmente.



Tortelli ricotta e spinaci saltati con gamberetti

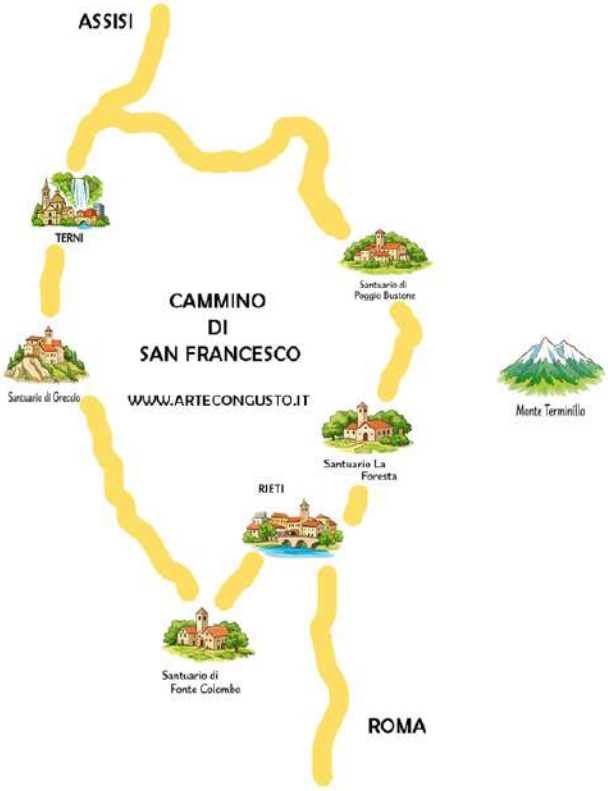


IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO

IL CAMMINO COME ITINERARIO

In riferimento alla Valle Santa reatina, il cammino di San Francesco è un percorso circolare di circa 80 chilometri, che collega Rieti con i quattro Santuari. Dunque l'itinerario si snoda in quattro tappe a piedi, attraverso i quattro pilastri della Valle: Fonte Colombo, Greccio, Poggio Bustone, La Foresta. Il sentiero alterna mulattiere di montagna, zone boschive e brevi tratti asfaltati secondari, richiedendo un buon allenamento fisico.
I pellegrini ritirano il "Passaporto" all'inizio del viaggio e a ogni Santuario lo timbrano per ottenere il "Pellegrino", diploma ufficiale del cammino rilasciato a Rieti.





IL CAMMINO COME DIMENSIONE SPIRITUALE

Camminare tra questi santuari presuppone una predisposizione all'essenzialità. Ogni tappa riproduce la scelta di San Francesco di abbandonare i beni materiali per abbracciare la semplicità e l'estrema umiltà del cuore spirituale.
La Valle Reatina conserva un forte isolamento, con i suoi eremi incastonati nella roccia e nei boschi, portando il pellegrino al silenzio, all'introspezione e all'ascolto della natura.
Ognuna delle quattro tappe rappresenta una precisa crisi ed evoluzione esistenziale del Santo, che risuona nel camminatore. A Poggio Bustone si affronta il tema del perdono dei propri errori, a Fonte Colombo la scrittura della Regola come gesto impellente, a La Foresta la sofferenza della malattia e la fede nella provvidenza divina, mentre a Greccio la contemplazione del mistero della natività.

MUSEO LUCIO BATTISTI



CASA NATALE E MUSEO DI LUCIO BATTISTI

La memoria di Lucio Battisti è indissolubilmente legata a Poggio Bustone, dove nacque il 5 marzo 1943. La casa del cantante si trova nel centro storico del paese, in Via Roma 40.

Lo spazio espositivo permanente dedicato all'artista è recente, ufficialmente inaugurato a gennaio 2024, a pochissimi passi dalla casa natale. L'ambiente raccoglie lettere personali di Lucio cariche di speranza, strumenti usati da lui, opere pittoriche del compositore ed effetti personali di uso quotidiano.
La mostra ospita anche rassegne ed eventi musicali, per mantenere viva l'eredità culturale.



2026 © Michele Brundo - Tutti i diritti riservati.

www.ilesh360.com

Visita il nostro archivio di esperienze virtuali.

Salvalo nei preferiti!

Presto ci saranno nuove attività e luoghi
da conoscere e visitare: