

## **SAN DONATO VAL DI COMINO (FR)**

Deriva dal culto di San Donato d'Arezzo importato in Val di Comino dai duchi longobardi di Spoleto nell'VIII secolo. Al vescovo e martire vissuto nel III sec., i monaci benedettini dedicarono l'abbazia (l'attuale Santuario di San Donato) intorno alla quale si sviluppò il borgo fortificato di Castrum Sancti Donati.



### **La Storia**

- 293 a.C., Roma distrugge Cominium, città sannita che secondo tradizione era posta nel territorio di San Donato.
- 778 d.C., il duca longobardo Ildebrando di Spoleto dona la chiesa di San Donato "in territorio Cumino" all'Abbazia di San Vincenzo al Volturno.
- 915, con la battaglia del Garigliano, le popolazioni di Itri in fuga dai Saraceni si stanziano nei pressi della chiesa di San Donato dando vita al primo nucleo urbano.
- 1269, per la prima volta in un documento ufficiale San Donato è citato non più come chiesa ma come castello: il Castrum Sancti Donati è concesso da re Carlo I d'Angiò ad Altruda, vedova del conte Tommaso d'Aquino di Alvito.
- XIV sec., i conti d'Aquino fortificano San Donato che, per la sua floridezza economica e militare, diventa baronia.
- XV-XVI sec., il castello è conteso dalle famiglie Cantelmo, Cardona e Borgia. Gli abitanti, descritti in una relazione del 1595 "industriosi et fatiganti", producono "de li panni di lana, per loro uso et per vendere". La loro abilità artigianale favorisce contatti anche con le popolazioni dell'Umbria e della Toscana, tanto che già nel 1574 è registrata in paese la presenza di mercanti fiorentini.
- 1595, dal cardinale Tolomeo Gallio di Como il territorio passa alla famiglia Gallio che lo amministra per oltre duecento anni.
- XVII-XVIII sec., la stabilità del dominio dei Gallio consente a San Donato di non essere teatro di guerra. Lo sviluppo urbano – interrotto solo dalla pestilenza del 1656 che riduce la popolazione a un terzo - porta alla costruzione di palazzi, chiese, piazze, cui contribuiscono maestranze lombarde venute a seguito dei Gallio. Il borgo si allarga a valle, dove cresce un nuovo quartiere di mercanti e ricchi borghesi lungo le strade che costeggiano il torrente Forca d'Acero e conducono in Abruzzo attraverso la via Marsicana.
- 1862, Re Vittorio Emanuele II concede a San Donato l'autorizzazione ad aggiungere la denominazione Val di Comino.

- 1944, per aver salvato dalla deportazione numerosi ebrei, Costanza Rufo è ricordata con 15 ulivi nella Foresta dei giusti a Gerusalemme.



### **La misteriosa intimità di vicoli e passaggi coperti.**

San Donato è un borgo di case antiche, addossato alle pendici dell'Appennino, sulle rupi di Monte Pizzuto coperto di boschi di faggi. A sud si apre come un catino la Val di Comino, con le sue stradine sterrate e il verde e il giallo cangianti dei campi; a nord, di là dai monti, ecco la wilderness del Parco Nazionale d'Abruzzo, nel suo versante laziale. Dentro questo paesaggio, a 700 m di quota, il borgo è un labirinto di pietra caratterizzato da tortuose stradine, vicoli, passaggi coperti – spuort' in dialetto -, piazzette, in un perfetto disegno medievale che aveva necessità difensive e climatiche (la tortuosità dei vicoli spezza l'impeto del vento gelido).

Salendo per Via Maggiore – aperta nel Cinquecento con lo sviluppo del paese a valle – s'incontra la pietra detta "dello scandalo" (XVI sec.) perché vi si sedeva sopra il debitore insolvente. Alla fine della strada s'incrocia lo spuort' di Fra Tommaso, illustrato – come altri passaggi coperti diventati luoghi della memoria del borgo - da due pitture sulla vita del frate. Superata Piazza Coletti con la sua meridiana (1891) si sale per via Orologio e si entra nel borgo medievale attraverso Porta dell'Orologio (XIII sec.). La leggenda attribuisce le tre croci sotto la porta a tre briganti qui impiccati nel XVI sec. Ripide scalinate e vicoli ricchi di mistero portano a Largo San Donato, cuore dell'antico castello. Qui si trova il Santuario di San Donato, che prende origine dalla piccola abbazia benedettina citata in un documento del 778, e in seguito ampliato e rimaneggiato fino ad assumere l'aspetto attuale, per lo più sette-ottocentesco. L'interno, a tre navate, ha volte decorate con stucchi, fregi e dorature. Gli affreschi di Gaspare Capricci ( XVIII sec.) illustrano episodi della vita del martire aretino. A guardia del Santuario e dell'intero paese si erge la Torre (XIII sec.) costruita dai conti d'Aquino. Di forma quadrata, controlla il valico per l'Abruzzo ed è orientata secondo le declinazioni del sole: come una bussola, indica i quattro punti cardinali, la direzione dell'Abbazia di Montecassino e la posizione del sole negli equinozi e nei solstizi. Prima di ridiscendere verso il Santuario, è

bene lasciarsi avvolgere dall'atmosfera dell'agglomerato più antico, Cannesse, dei vicoli e degli spuert', come quello delle Origini, che con le sue travi di legno è uno dei più belli.

Si esce dal castrum attraverso l'Arco di San Donato (XIV sec.) la cui struttura a sesto acuto è tipica del tardo gotico. Continuando il percorso, si scende lungo via Pedicata fino al Duomo, di origine trecentesca ma ampliato nel Settecento, quando la pianta diventa basilicale e trionfa l'elegante stile barocco. Da notare l'artistico coro e il pregiato organo a canne della bottega dei Catarinozzi di Subiaco. Sotto l'altare maggiore, un'urna di vetro custodisce il corpo di Santa Costanza. Di fronte al Duomo fa bella mostra di sé Palazzo Quadrari (XVIII sec.) con la sua facciata ottocentesca di scuola vanvitelliana e le epigrafi romane lungo la parete dello scalone d'onore. Da notare, passeggiando nel centro storico, le chiavi di volta che adornano i palazzi: piccole opere d'arte ricche di simbologie che identificano il ceto sociale della famiglia. E i mascheroni dipinti sui portali, che avevano lo scopo di allontanare il "monacello", il folletto locale, fantasma di un bambino morto, presente nel folclore meridionale. Ridiscesi per via Duomo, proseguiamo lungo via Annunziata, Largo Lago – nei cui pressi si trova Palazzo Tata-Perrelli, rara traccia della presenza asburgica nel Mezzogiorno d'Italia -, via Belfiore, piazza Libertà fino a Piazza IV Novembre, dove si visita la Chiesa del Convento, restaurata dopo il terremoto del 1984. Il nostro itinerario si conclude a Villa Grancassa, costruita agli inizi dell'Ottocento e oggi trasformata in albergo.



## **I prodotti tipici**

La cultura di un popolo si esprime anche attraverso le pratiche alimentari, nei secoli elemento fondamentale per la vita di ogni popolo. Se per capire un qualsiasi oggetto, moderno o antico, occorre una cultura specifica per collocarlo in un sistema di significati, di rimandi, di corrispondenze, così anche la cultura alimentare ha bisogno di essere tramandata, insegnata, diffusa, stimolata.

### **CARNE**

Il capretto da latte, tipica pietanza delle festività pasquali è eccellente per il sapore delle sue tenerissime carni. Anche l'agnello è di buona qualità specie nella versione "castrato": cotto alla brace, rappresenta una pietanza tipica e gustosa.

### **FORMAGGI**

Antichi metodi di lavorazione artigianale, gusto e profumo. Da provare sono le ricottine fresche e i formaggi di pecora e di capra. Noto è la Marzolina, un piccolo formaggio che un tempo si produceva solo nel mese di marzo (da cui il nome), nel primo periodo di lattazione della capra. Si può consumare fresca, ma secondo la tradizione deve stagionare per qualche giorno su gratteggi di legno e quindi maturare qualche mese in barattoli di vetro. La Marzolina di San Donato è un presidio Slow Food.

## **OLIO**

Un prodotto sano, gustoso e ricercato, da sempre legato a San alla sua gente, fin dal Medio Evo, quando i monaci benedettini organizzarono la sua coltivazione intorno alla Torre. Oggi come allora, le qualità del prodotto sono rimaste le stesse, immutate, grazie ad olive (OLIVA MARINA) che non necessitano di trattamenti chimici perché coltivate oltre i 700 metri e una volta e una volta raccolte, sono spremute e pressate completamente a freddo. Colore verde leggermente opaco, gusto fruttato delicato, fanno del nostro olio un prodotto biologico, genuino e di facile digeribilità. L'olio è legato a San Donato dal Medioevo, quando i monaci benedettini lo producevano nei terreni intorno alla torre. Tipica del posto è l'oliva "marina", importata dalla famiglia De Marina nel XVI secolo dalla Spagna.

## **SALUMI**

Sono prodotti in maniera artigianale. Intere famiglie si riuniscono e tutti partecipano alla lavorazione delle carni del maiale. Oltre al prosciutto, sono particolari le salsicce secche conservate sott'olio.

## **VERDURE**

Il primato spetta senza dubbio agli Jolapi (Buon Enrico), pianta erbacea perenne che cresce nei prati e nei pascoli montani. Raccolti durante la primavera, sono ottimi con la pasta fatta in casa o nelle frittate. Molto utilizzati sono anche gli Asparagi selvatici, che si distinguono per il loro gusto penetrante e amarognolo.



## **I piatti tipici**

La cipollata è un piatto unico (cipolla, formaggio e uova), che non ha nulla da invidiare alla soupe à l'oignon. Trionfa nella festa di Santa Costanza, protettrice delle single che qui chiamano simpaticamente cipolle. Altri menu: minestra di verdure, spuntature di maiale, contorno di rape e patate (tipico del rione Castello); bucatini ai carciofi, cussitt oppure t'stuccia d'agnello, verdure selvatiche e come dolce pigna o sfogliatelle (menu di Pasqua).

## **Sagre e Manifestazioni da non perdere ...**

**TEATRO D'ESTATE** - Centro Storico, luglio/agosto - Il teatro e l'estate, binomio vincente per un appuntamento che fin dalle prime edizioni si è caratterizzato come arte e spettacolo con farse e comicità assicurata e di prima qualità. Questi dunque gli ingredienti per una manifestazione che da anni vede l'alternarsi delle migliori compagnie nazionali e soprattutto, si pone come una delle più interessanti rassegne di teatro comico. Visto l'ottimo favore di pubblico e di critica sono stati privilegiati grandi classici del genere. Memorabili le esibizioni di attori del calibro di Lello Arena, Enrico Brignano, Giobbe Covatta, Carlo Croccolo, Luigi De Filippo, Paolo Ferrari, Pippo Franco, Nino Frassica, Aldo Giuffré, Oreste Lionello, Anna Mazzamauro, i Picari, Sconsolata. Accanto al tradizionale cartellone, è stata aggiunta la sezione dedicata ai bambini: "Il borgo animato".

**ARTE CONTEMPORANEA** - Antico Municipio - Nei locali settecenteschi dell'Antico Municipio, si allestiscono mostre d'arte di livello internazionale, offrendo spunti sia agli addetti ai lavori che ai più giovani, ai quali è data la possibilità di scoprire le opere di quei grandi artisti finora custodite gelosamente nei musei. Hanno trovata giusta collocazione le opere di Kandinsky, Picasso, De Chirico, Guttuso, Merz, Fiume, Matta, Mazzacurati, Omiccioli, Vespignani, Maccari, Schifano, Boetti, Castellani, Pistoletto, Fabro, Kounellis e tanti altri. La direzione è a cura di Anna Cautilli, mentre lo spirito che anima queste importanti mostre, inteso nella sua accezione di progettualità, è inteso come un viaggio dell'occhio visionario attraverso il tempo più recente fra tutte le valenze di relazioni linguistiche: un percorso visivo che attraversa i modelli operativi ed estetici dei grandi maestri.



**PALLIO DE LA LOTTA** - Centro Storico, ultimo sabato di agosto - Il "pallio" nasceva dalla "passione" dei sandonatesi per l'arte della guerra perché vi era "un assai bella mano di giovani appariscenti et ben

disposti, atti all'armi et a qual se sia esercizio" (1574). Fino al 1737 il Pallio è stato organizzato dalla Confraternita del SS. Rosario per un costo complessivo di "carlini dodici". Scesa la sera, le suggestive piazze del borgo antico tornano a vivere grazie all'esibizione di sbandieratori e personaggi in costume d'epoca. Le gare, organizzate dal CONI impegnano otto lottatori professionisti abbinati ad ognuno dei Rioni storici di S. Donato. Tra i campioni vanno ricordati Luigi Magni e Paolo Fucile, olimpionici a Sidney e ad Atene. Al termine dei combattimenti, rievocazione dei giochi popolari di fine Ottocento. Fanno da cornice la riproposta delle artistiche luminarie del tempo. Sul palco il "palio", lo stendardo conteso dai rioni, raffigurante l'allora stemma cittadino.

**NATALE INSIEME** - Nell'incantevole cornice del borgo di San Donato Val Di Comino quest'anno il natale sarà magico. Nella patria dell'illustre Luigi Cellucci prenderà vita un vero e proprio villaggio di Natale. "Terra di Natale" vola in montagna e tra vicoli e piazzette illuminerà con la magia delle feste l'intero paese che sorge tra le montagne a due passi dal Parco Nazionale d'Abruzzo, dagli impianti sciistici di Forca d'Acero e Pescasseroli, che sono raggiungibili in breve perchè distanti solo 15 km. L'area attrezzata degli impianti sciistici è situata in un ampio piano circondato da boschi e da faggi secolari. La meravigliosa collocazione naturale rende possibile effettuare escursioni nell'area in un luogo di relax lontano dalla confusione. Forca d'Acero inoltre è un riferimento per le escursioni con gli sci da fondo, tra faggete e pianori protetti, percorrendo sentieri innevati alla ricerca di orme di lupi e orsi che popolano questi luoghi incontaminati. Per i più esperti non si può sottovalutare la zona a ridosso del pianoro che offre nelle immediate vicinanze la possibilità di usufruire delle delle più conosciute piste internazionali di Macchiarvana. Una cornice tutta da scoprire e dopo le escursioni tra neve e boschi tutti a San Donato Val di Comino nel villaggio di Terra di Natale, un mercatino in cui poter passeggiare, trascorrere del tempo in compagnia di famiglia e amici, sorseggiando del buon vin brulè, dolci tradizionali e piatti tipici della tradizione di montagna. Tra le casette in legno e le esposizioni artistiche e artigianali locali, sarà possibile ammirare una mostra di presepi. Il calore del fuoco, l'odore delle caldarroste e delle spezie inonderanno cuore e anima dei visitatori che troveranno ristoro dopo una giornata di escursioni bevendo tisane calde dalle proprietà inebrianti in un'atmosfera natalizia unica. Sarà inoltre possibile imbattersi in produttori di primizie locali, sia casearie che dolciari e vinicole. Un borgo dalle mille risorse annoverato nell'elenco dei Borghi Più Belle d'Italia e nelle Bandiere Arancioni del Touring Club Italiano, per una vacanza diversa o una giornata spensierata.



**FESTA CONTADINA** - (settembre) - Primo piano sulla campagna, sugli agricoltori, sulla cultura agreste. Quando venne istituita la festa si pensò ad un appuntamento diverso dalle decine di altri che si svolgono nella Val di Comino, nel periodo estivo. Una festa che coinvolgesse davvero la gente, al di là delle celebrità invitate, o delle attrazioni possibili. Per conoscere e ripercorrere alcuni momenti del cammino dei "vecchi", le loro difficoltà, la loro vita quotidiana. La festa prende corpo a Sant' Fel' (San Fedele), località nota fin dall'antichità per la sua fonte e le sue mura poligonali. Lo spettacolo viene realizzato dai contadini direttamente intervenuti, il tutto accompagnato da canti, balli e dall'assaggio di pietanze tipiche di San Donato. Svago e cultura sono le parole d'ordine.

**GARE INTERNAZIONALI DI DELTAPLANO** - Tre Ponti, Campo Guerrano - La qualità del volo permette l'organizzazione delle fasi finali del campionato italiano e di raduni internazionali, che vedono la partecipazione di atleti provenienti da tutto il mondo. Ogni gara prevede la regolarizzazione delle iscrizioni e un briefing tecnico riservato ai piloti per aiutare nella conoscenza dei percorsi e dei potenziali approdi di sicurezza o salvataggio. Le competizioni vere e proprie hanno inizio dalla pista di decollo in località Tre Ponti, mentre l'atterraggio avviene nella pianura di Campo Guerrano. La manifestazione coinvolge atleti dall'alta preparazione tecnica, capaci di effettuare voli spettacolari. Nei giorni della festa, alzando lo sguardo, da ogni centro della Valle sarà possibile scorgere gli alianti che costellano il cielo. L'ultimo giorno del concorso è dedicato alla formazione delle graduatorie finali e alla premiazione.



**FESTA DELLA BEATISSIMA VERGINE DI LORETO** - Rione Convento, Rione Duomo, 8-10 dicembre - La devozione dei sandonatesi per la Madonna di Loreto affonda le sue radici nell'aprile del 1761 quando tutta la cittadina fu colpita da una terribile epidemia di "febre putrida e verminosa con violenza tale che gli malati non vivevano se non sei giorni". Per liberarsi "da tal castigo", i sandonatesi fecero voto alla Madonna di Loreto di digiunare e di solennizzare la festa. Fatto il voto, la peste cessò. Qualche tempo più tardi, Papa Clemente XIV riconobbe il miracolo e concesse ai sandonatesi l'indulgenza plenaria e perpetua. L'8 dicembre una solenne fiaccolata guidata da zampognari che eseguono le musiche tradizionali della festa accompagna la Madonna dalla chiesa del Convento al Duomo. Il 10 dicembre Messa Solenne con rievocazione del miracolo ed esibizione degli zampognari nel centro storico.

**FESTE E FESTEGGIAMENTI IN ONORE DI SAN DONATO VESCOVO E MARTIRE** - Rione Castello, Piazza Carlo Coletti, Piazza Libertà, 6-7-8 agosto - Le origini della festa si perdono nel Medio Evo (VIII secolo d.C.), quando il territorio apparteneva al Ducato Longobardo di Spoleto. Nel 1574 l'umanista Giulio Prudentio la descriveva così: "Nel dì di San Donato poche sono le casate che non facciano apparecchi per quanti dalla Terra o forastieri vorranno andare a mangiarvi, et quello se reputa più honorato più ne accoglie. Pare a loro che quanto più spendono, più se li accresca d'ogni bene et di sanità: officio veramente laudabile da persone caritative, timorate de Dio et che amano il prossimo". San Donato è festeggiato con una solenne processione, spettacoli musicali e fuochi d'artificio. La notte tra il 6 e il 7 agosto si fa festa con "Sant' D'nat' miè": musica, poesia e tradizione fino alle prime luci dell'alba.

**FESTE E FESTEGGIAMENTI IN ONORE DI SANTA COSTANZA MARTIRE** - Piazza G. Quadrari, Piazza C. Coletti, ultima domenica di agosto - Nel 1756 furono portati a San Donato Val di Comino i resti di Santa Costanza, martire delle prime persecuzioni cristiane. La festa è suggestiva, ricca di atmosfera e gusto per la ricerca storica. La Martire compatrona è festeggiata soprattutto dai giovani e dalle zitelle (dette "cipolle") con rievocazioni in costume, giochi popolari, la veglia notturna, fuochi d'artificio, concerti musicali e una solenne processione dove è portata in trionfo da dodici paggi in abito settecentesco. Da non perdere durante la mattinata è il Mercatino di Santa Costanza, tradizionale fiera dedicata ai cocchi e alle cipolle. Nei pressi del Duomo trovano spazio oggetti d'arte in ceramica, terracotte, i cocchi della tradizione (pignatte, tegami, salvadanai e i fischietti per i bambini) e l'immancabile "n'zerta". Lungo il percorso, figuranti in costume settecentesco, comici e saltimbanchi animano la giornata. In alcune vecchie cantine è possibile gustare il menù storico della festa... rigorosamente a base di cipolla: la cipollata, spezzatino con le cipolle, insalata mista, pan di spagna e orzata da sorseggiare. Da non perdere è l'apertura dell'Urna, che si svolge in concomitanza con l'inizio della Novena, seguendo l'antico rituale settecentesco.



### Dove mangiamo ?

"Trattoria Sale e Pepe" - Via Belfiore, 4-6 - Tel. 349.2327454



**"Il lupo del Parco"** - loc. Forca d'Acero

**"Trattoria La Vecchia Cantina"** - Piazza Carlo Coletti, 3 - Tel. 0776/508159

**"Il Convento"** Via Napoli, 152

**"Rifugio Duca d'Aosta"** Loc. Castelluccio

**"La Grotte"** - Via Sandro Pertini, 525 - Tel. 0776/508775



## **Dove sostare ...**

### **Aree Attrezzate – Punti Sosta – Camping Service :**

PS – **SAN DONATO VAL COMINO** : Parcheggio diurno e notturno molto tranquillo ed a pochi minuti a piedi dal centro storico del paese, capienza circa 5/7 camper.

### **Camping/Agricampeggi/Agriturismi nel Borgo e dintorni :**

**Agriturismo "Ceton"** - Via S. Andrea, 19 - Tel. 0776/508400-8568

**Agriturismo "La Pietracquara"** - Via Pietracquara, 8 - Tel. 0776/508741 - 347.0948878

**Agriturismo "Le Case Marcieglie"** - Loc. Pietracquara - tel 328.3182068

## **Fonti ...**

Borghi d'Italia – Camperweb – Regione Lazio – Comune di San Donato Val di Comino.

