



Comunità Montana della Carnia
Via Carnia Libera 1944, 29
33028 Tolmezzo (UD)
Tel. 04334877111
Fax 0433487760
www.comunitamontanacarnia.it

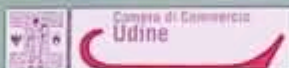


Carnia Welcome
Via Divisione Garibaldi, 6
33028 Tolmezzo (UD)
Tel. 0433466220
Fax 0433494892
www.carnia.it



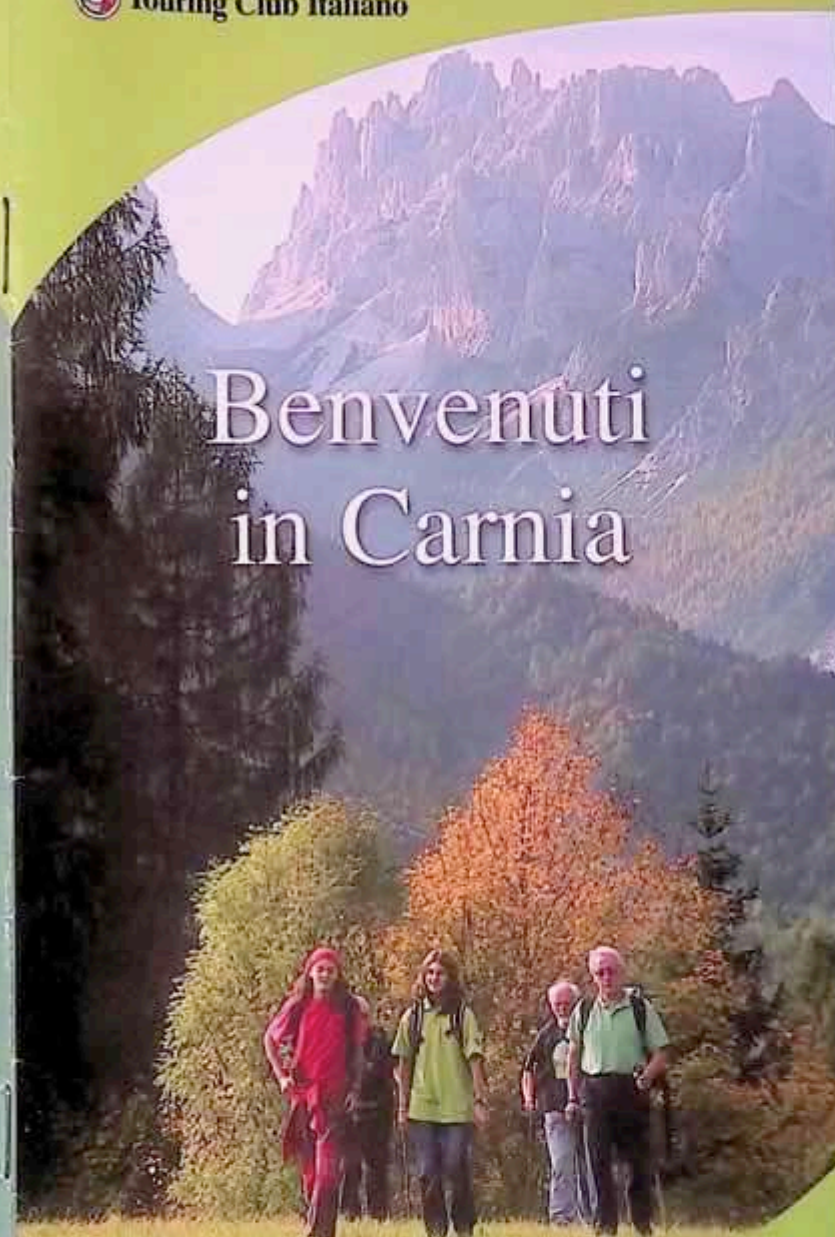
Ospiti di gente unica

Agenzia Turismo Friuli Venezia Giulia
Piazza Manin, 10 (località Passariano)
33033 Codroipo (UD)
Tel. 0432815111
Fax 0432815199
www.turismo.fvg.it



Camera di Commercio di Udine
Via Morpurgo, 4
33100 Udine
Tel. 0432273111
www.ud.camcom.it

Benvenuti in Carnia



Con piacere la Comunità Montana della Carnia ha aderito a questa proposta editoriale per promuovere il territorio in tutti i suoi aspetti.

Questa guida, infatti, vuole essere uno strumento di facile consultazione: la suddivisione in aree tematiche ha lo scopo di agevolare il lettore nella comprensione del testo, concentrando l'attenzione sugli argomenti di maggiore interesse. Un prezioso scrigno di informazioni ed elementi di approfondimento che permetterà, quindi, di apprezzare la ricchezza delle risorse naturalistiche e il patrimonio culturale del territorio carnico.

Nell'augurare ai lettori un buon soggiorno in Carnia, colgo l'occasione per porgere i migliori saluti.

Lino Not
Presidente Comunità
Montana della Carnia

Una speciale pubblicazione per conoscere la Carnia, estremo lembo delle Alpi in Friuli Venezia Giulia, i suoi comuni e le particolarità di un territorio così verde, così bianco, così magico. È un'importante guida per il turista che vuole muoversi in modo autonomo, con cartina stradale e guida esplicativa, per conoscere e capire meglio la gente, la cultura e lo spirito vero di questa montagna.

Una montagna vanegata, che ha mantenuto intatti nei secoli dialetti e tradizioni, artigianato e gastronomia, usanze e architetture. Tutti elementi che contribuiscono alla bellezza di una natura ancora incontaminata e spietto selvaggia. Un grazie alla Comunità Montana della Carnia e ai comuni, in particolare al comune di Tolmezzo, che insieme a noi hanno permesso di creare questo importante strumento di conoscenza del nostro territorio.

Paolo
Carnia

Una lunga storia

La Carnia, regione alpina situata nella parte nord del Friuli, si dice assomigli a una mano il cui palmo è costituito dalla valle solcata dal fiume Tagliamento e le dita sono invece rappresentate dalle altre vallate scavate dai suoi affluenti. Le altre valli, che prendono il nome dagli omonimi fiumi, sono: valle del Bût, val Chiansò, val Degano, val Lumiei; e inoltre le incantevoli Valcalda e la val Pesarina, caratterizzate da verdissimi boschi e prati, con antichi paesi dalle inconfondibili architetture, sovrastati dalle imponenti pareti rocciose. Storicamente sembra che la Carnia fosse abitata già nell'età del Bronzo, intorno al Duemila a.C. Il nome si deve alla popolazione dei Carni, di origine celtica, che riuscì per cinque secoli a tener testa alle legioni romane e che, solo nel 115 a.C., fu sottomessa dal console Marco Emilio Scauro. Sotto Augusto avvenne una vasta ribellione che fu domata a fatica, tanto che l'imperatore deportò dalla Carnia molti giovani, trasferiti nella laguna veneta dove, poi, sorse Venezia.

La denominazione Carnia, come territorio distinto dal restante Friuli, si trova per la prima volta in un documento del 762. Soggetta a continue invasioni barbariche, nel 1420 passò a far parte della Repubblica di Venezia, dividendone le sorti sino al 1797, quando fu ceduta da Napoleone all'Austria per effetto del trattato di Campoformido, che segnò la scomparsa della millenaria Repubblica Serenissima. La Carnia tornò all'Italia dopo 69 anni, nel 1866, in seguito alla terza guerra per l'indipendenza nazionale.

Santuario Madonna del Ponte a Villa Santina



SOMMARIO

Edizione promossa dal Settore Iniziative Speciali di Touring Editore
Strada 1, palazzo F, scala 9
Milanofori - 20090 Assago
tel. 02/57547281/509 - fax 02/57547503
iniziative.speciali@touringclub.it

Responsabile:
Gianfranco Manetti

Redazione:
Deborah Terini

Progetto grafico e impaginazione:
Jam Art Studio snc

Fotografie:
Comunità Montana della Carnia

Coordinamento tecnico:
Francesco Galati

Prestampa:
Emmegi Multimedia, Milano

Stampa e Legatura:
Giunti Industrie Grafiche, Iolo (PO)
© 2008 Touring Editore s.r.l. - Milano
www.touringclub.com

Codice H2003A
In allegato alla Cartoguida Benvenuti in
Carnia, non vendibile separatamente.

Finito di stampare nel mese di
dicembre 2008

3 Una lunga storia

4 AMBIENTE

Natura e storia nelle alte vallate

5 Parchi

6 La «Via delle malghe»

8 TURISMO

Ospitalità unica, a misura di famiglia

8 Albergo diffuso

9 Carnia Trekking & Rifugi

10 Terme di Arta

12 Vie del gusto

14 CULTURA

Una tradizione dalle radici profonde

14 Carniamusei

14 Archeologia

15 Architettura tipica

Natura e storia nelle alte vallate

La Carnia vanta un enorme patrimonio naturalistico, capace di offrire un'infinità di suggestioni tanto a chi si spinge in alta quota, affrontando le salite sui sentieri poco battuti, quanto a chi si allontana di poco dalle principali direttrici, verso le strade secondarie che collegano le frazioni e i borghi. Al calore dei colori autunnali, che tingono i boschi montani, fa seguito il candore invernale delle vallate coperte di neve, che piano piano lascia posto al lento risvegliarsi della natura tra fioriture variopinte. Tuttavia, è nelle fresche mattinate estive che la natura appare in tutto il suo verde rigoglio, quando il bosco si rivela in tutta la sua grandezza e sembra voler strappare all'uomo le fatiche, le fatiche sfalciate e disboscate, in un'eterna contesa che non vede mai i vincitori.

Il territorio della Carnia è caratterizzato da valli piuttosto strette, separate da cime imponenti anche molto vicine, particolarmente elevate. È un territorio ad alta 'naturalità', in cui domina l'acqua, che in alcune stagioni scende impetuosa dalla montagna, dando alla foresta il nutrimento essenziale. Scorre a volte impetuosa e tumultuosa in ruscelli e torrenti, cascate e pozze, erodendo le rocce in forme bizzarre, e si placa infine nelle acque silenziose dei laghi alpini, specchio per le cime montuose.

I boschi rigogliosi che coprono la Carnia hanno fisionomie molto differenti tra loro: in alta quota gli ultimi lembi di bosco sono costituiti da larici che, scendendo, lasciano posto ad abeti bianchi e rossi e a faggi; a quote inferiori il bosco è misto di latifoglie con frassino, carpino e orniello. Pochi lembi di pinete a pino nero e silvestre colonizzano i substrati più drenanti e, a volte, testimoniano azzardati interventi di rimboschimento dei secoli passati. Occorre considerare che il particolare clima della montagna friulana provoca un abbassamento dei limiti altimetrici della vegetazione di circa 200/400 metri: varie specie si trovano a quote inferiori rispetto alla situazione nel resto dell'arco alpino.

La ricchezza naturalistica propone un'enorme varietà di specie di flora e fauna dovuta alla posizione geografica della Carnia, crocevia tra le regioni biogeografiche centroeuropea, mediterranea e illirica, e alla sua storia geologica. La regione si popolò di specie subartiche durante le glaciazioni quaternarie – l'ultima delle quali, quella che ha lasciato le tracce più evidenti, si è conclusa circa diecimila anni fa – poi stanziatesi in alta quota con il successivo migliorare del clima.

PARCHI

Fiore all'occhiello della Carnia sono i due ampi parchi, dove la natura è protetta e valorizzata: il Parco intercomunale delle Colline Carniche e il Parco naturale delle Dolomiti Friulane.

Parco intercomunale delle Colline Carniche. Si estende nell'area compresa tra la confluenza del torrente Degano con il fiume Tagliamento e deve il nome alla dolcezza dei rilievi presenti, quasi una serie di colli esposti al sole, ricoperti da prati e da boschi. Il territorio comprende anche una delle più ampie e fertili pianure della Carnia.

Il parco è visitabile percorrendo alcuni suggestivi itinerari. Facili escursioni e passeggiate per persone di ogni età conducono a siti di grande interesse naturalistico e anche culturale: la **forra del Vinadia**, gola stretta e profonda quasi 200 metri, uno dei più notevoli esempi di erosione fluviale di tutte le Alpi; il **santuario della Madonna di Raveo**, sorto nel 1619, conosciuto nei secoli come luogo di un'apparizione mariana; la **conca di Valdie** e gli **stavoli di Pani**, luogo incante-



La forra del Vinadia a Lauco

vole e di eccezionale valore ambientale, formato da stavoli disseminati sui prati dell'altipiano e in parte ancora utilizzati per l'alpeggio; il **col di Zuca**, dove gli scavi archeologici hanno portato alla luce un complesso culturale di epoca paleocristiana (sec. V) con fasi di sviluppo altomedievali; la **cascata Plera**; la **pineta di Villa Santina**.

Per informazioni:
piazza Italia, Villa Santina (UD),
tel. 0433/74040,
www.parks.it/parco.colline.carniche

Il laghetto Privilegio a Enemonzo



Parco naturale delle Dolomiti Friulane. Inserito nel settore occidentale del comprensorio montuoso che sovrasta l'alta pianura friulana, è racchiuso tra i corsi dei fiumi Tagliamento e Piave. Si estende su una superficie di 36.950 ettari nell'alta val Tagliamento, Valcellina e val Tramontina. Il paesaggio è quello caratteristico delle Prealpi Orientali, cime dolomitiche e vallate strette e lunghe. Caratteristica del parco è l'ampia biodiversità delle specie di flora e fauna, favorita dai notevoli dislivelli, dalla posizione geografica e dal clima, ma dovuta anche alla protezione che questi territori hanno offerto durante il periodo di espansione dei ghiacciai. Sopravvivono così autentici endemismi, organismi differenziatisi in loco in tempi lontani e rimasti ancora oggi isolati nelle loro aree originarie. Il patrimonio faunistico del Parco comprende camosci, caprioli, marmotte, galli cedroni e forcelli, cervi e una consistente colonia di stambecchi. Un segno dell'elevato grado di naturalità di questi ambienti è la presenza dell'aquila reale. Il Centro visite Forni di Sopra ospita la mostra **La vegetazione del Parco**, un percorso espositivo che conduce il visitatore alla scoperta dei diversi aspetti della flora delle Dolomiti Friulane. La struttura opera inoltre come laboratorio didattico a carattere botanico e ospita mostre temporanee su erbe e funghi. Al Centro visite sono collegati il **Sentiero dei bambini**, itinerario naturalistico per scolaresche e famiglie, e l'**orto botanico**.

Per informazioni e escursioni:
Consorzio servizi turistici,
via Cadore 1, Forni di Sopra (UD),
tel. 043388553, www.fornidisopra.net

LA «VIA DELLE MALGHE»

La valorizzazione delle malghe è l'obiettivo di alcune iniziative intraprese negli anni dalle istituzioni del territorio carnico. Il progetto «Il mondo delle malghe» ha tra le sue finalità quella di ripresentare un modello di vita ormai passato, proponendo percorsi e itinerari dei malgari delle val Degano, val Lumiei, val Pesarina e val d'Incarojo, ancor oggi utilizzati, al fine di farli riscoprire e apprezzare sia al turista occasionale che ai cultori del genere. A questo progetto si affiancano i quindici itinerari transfrontalieri che costituiscono la «Via delle malghe carniche» tra il casere Gioio Veranis a occidente e il casere Aip a oriente, anello di collegamento tra la Carnia e la Carinzia. I percorsi collegano i paesi di frontiera che casere tuttora in uso e alcuni caseri ormai in abbandono.

1. Sentiero dell'amicizia (da Tolmezzo al casere di Maria Luggau). Collega le due case madri: S. Pietro in Carnia e il santuario di Maria Luggau.

2. Sentiero naturalistico (da Pierabech a Birnbaum). Si snoda all'interno dell'oasi faunistica di Bordaglia e della Wolayer Tal, ancora abitata da cervi, camosci, galli cedroni e pernici, e offre grande varietà di panorami.

3. Sentiero dai cramârs (dal rifugio Tolazzi a Birnbaum). In passato spesso era percorso dagli ambulanti carnici che, con le loro *crame* sulle spalle, trasportavano merci verso i territori del nord. Attraversa la più significativa scogliera del Paleozoico carnico. Verso il Norico, in località Ramazzaso, si trova la cappella del Viandante, una cappella votiva dei *cramârs*.

4. Sentiero via romana (da Timau a Mauthen). Un'antica «via dell'ambra»,



Fienagione a Sutria (Fasin la mede)

conosciuta fin dall'età del Bronzo e percorsa dai carovannieri che provenivano dal mar Baltico. Percorre il tratto alpino della «via Julia Augusta», di cui sono visibili i selciati, i gradini e tre iscrizioni romane. Importante via di comunicazione tra le terre dell'impero romano e il Norico.

5. Sentiero storico (da Timau verso Pal Piccolo, Freikofel, Pal Grande). L'itinerario è un vero museo storico all'aperto dove sono ancora visibili trincee e vecchi appostamenti della Grande Guerra.

6. Sentiero dei pastori (da Timau a Dellach). Antico sentiero di monticazione, era l'anello d'unione tra pascoli carnici e carinziani. Occasione per gustare i prodotti caseari.

7. Sentiero dei silenzi (da Casera Ramaz a Unternöbling). Si snoda in un territorio solitario, rifugio per una pluralità di specie animali. L'abbondante presenza d'acqua e di risorgive ha favorito la crescita di piante tipiche delle paludi alpine.

8. Sentiero dei Celti (da Casera Ramaz a Kirchbach). I reperti ritrovati nei pressi del rifugio Fabiani e quelli di Misincinis a Paularo confermano l'esistenza di un collegamento pre-romano tra la valle del Gail e l'alta val d'Incarojo.

9. Sentiero dei malgari (da Casera Valbertat Bassa a Stranig). Era, ed è, la più semplice via di comunicazione tra i malgari carinziani e carnici, fulcro di scambi culturali e commerciali.

10. Sentiero dei contrabbandieri (dal Cason di Lanza a Straniger Alm). Era un sentiero poco conosciuto frequentato soprattutto dai contrabbandieri di sale e tabacco.

11. Sentiero del formaggio (da Casera Cason di Lanza a Rattendorf). Dominato dalla Creta di Aip, è tra i tratti più panoramici della Traversata Carnica. Alla Casera Cason di Lanza si può assistere alla lavorazione del latte e acquistare i prodotti di malga.

12. Sentiero dell'amicizia (dal Cason di Lanza a Tröpolach). Collega tre comprensori montani (Gailtal - Valcanale - Carnia) e da anni è frequentato da gruppi di escursionisti transfrontalieri che si incontrano sulla Creta di Aip (cima dell'Amicizia).

13. Sentiero dal codarûl (da Sauris di Sotto al santuario di Maria Luggau). Il sentiero è dedicato ai ragazzi che salgono in malga per una o più stagioni di apprendistato e che costituiscono la 'coda', nel senso di parte terminale di un'organizzazione, a cui vengono affidati i lavori più semplici.

14. Sentiero della farina (da Paulizza a Gundersheim). Questo sentiero è dedicato alle donne carniche che salivano in malga trasportando sulle spalle pesanti gerle cariche di vettovaglie (soprattutto farina per polenta), per poi ridiscendere a valle con i prodotti caseari.

15. Sentiero della ricotta (da Paularo a Watschig). Attraversa pascoli e malghe dove si può assaggiare la tipica *scuete di sedòn*, ricotta appena tolta dalla caldaia.

Ospitalità unica, a misura di famiglia

L'espressione 'Turismo in Carnia' ha un significato molto ampio che include i concetti di ospitalità, benessere e gusto del vivere. Il primo ha trovato in queste terre una modalità nuova di accoglienza, l'albergo diffuso, grazie al quale le persone e le famiglie entrano nelle case e non si sentono turisti estranei ma 'gente del posto'. Provare per credere. Il desiderio di benessere ha fatto riscoprire nell'Ottocento qualcosa che i nostri antenati conoscevano da millenni, le proprietà benefiche delle acque termali di Arta. La necessità di vivere non quanto offrivano la montagna e il bosco ha favorito la nascita di una cucina originale, fatta di sapori semplici ed essenziali ma decisi e inconfondibili.

ALBERGO DIFFUSO

Di «albergo diffuso» si è iniziato a parlare in Friuli negli anni Ottanta del Novecento, per riutilizzare intere borgate distrutte dal terremoto. Le case, completamente ristrutturate, offrono alla clientela la possibilità di soggiornare negli antichi borghi colmi di storia e cultura, apprezzarne il territorio, vivere a contatto con i residenti, sentirsi parte del vicinato, condividere costumi e tradizioni. Gli alloggi dispongono di cucina attrezzata e riscaldamento autonomo e sono predisposti con lenzuola, coperte e asciugamani.

Borgo Soandri - Sutrio. Il Borgo Soandri nasce da un'intuizione: mettere in rete una serie di unità abitative con un'unica reception. Le residenze sono state ottenute attraverso il recupero del patrimonio edilizio già presente nell'area comunale e di particolare pregio storico e architettonico. Il risultato è stato un ripristino dell'area, in cui si sono bilanciati i diversi elementi che interagiscono in



Borgo Soandri a Sutrio

un processo di sviluppo economico, senza invadere in modo pesante l'ambiente di vita della popolazione. Tra i pregi e le originalità di Borgo Soandri vi è il fatto che le realtà economiche, sociali e naturalistiche sono oggi elementi essenziali dell'offerta turistica. **Lauco.** Anche l'albergo diffuso dell'altopiano di Lauco è un innovativo modello di ospitalità turistica, dove gli alloggi sono ricavati da edifici già esistenti, con caratteristiche diverse e localizzati nelle frazioni di Trava, Avaglio, Lauco e Vinaio. Fanno tutti capo a un'unica reception che accoglie i clienti e fornisce le chiavi delle abitazioni e tutte le informazioni necessarie al soggiorno.

Comeglians. L'idea dell'albergo diffuso a Comeglians nasce già nel 1978, quando la comunità locale cercava un modello di riconversione e valorizzazione delle risorse della montagna. Dopo anni di costante lavoro, l'albergo diffuso apre finalmente i battenti nel 1999. Il modello propone come vero e proprio sistema di gestione territoriale, dove all'ospite/turista viene offerta l'opportunità di vivere un'esperienza unica, all'interno di alloggi antichi ricchi di



La casa dal Boter a Comeglians

storia e di cultura, al cospetto di una natura incontaminata e affascinante, in antiche residenze ristrutturate e attrezzate.

Il Grop - Ovaro, Raveo, Prato Carnico. La Carnia non è solo sport, cultura e tradizione, è soprattutto un nodo di sensazioni che Il Grop (nodo in friulano) traduce nella nuova forma di ricettività dell'albergo diffuso. Si tratta di



Il centro di Raveo

una rete che unisce tre comuni – l'ufficio per le prenotazioni si trova a Ovaro – con tutte le loro sorprese, la tradizione e anche il comfort negli alloggi indipendenti, ma dotati di tutti i servizi tipici dell'albergo, diffusi sul territorio. Ne risulta la possibilità di vivere una vacanza attiva con l'opportunità di non sentirsi solo ospiti, ma diventare parte attiva del grande villaggio di nome Carnia.

Sauris. L'albergo diffuso Borgo San Lorenzo a Sauris significa un modo nuovo di fare accoglienza rispettando l'ambiente e la struttura originale del paese. Grazie all'albergo diffuso si sono potute realizzare strutture d'accoglienza di dimensione significativa, recuperando ad arte case non più abitate e fienili non utilizzati, progettando ai piani terra degli stessi edifici, lungo i percorsi pedonali, i servizi di ristorazione, di svago e commerciali e riunendo in un Centro servizi, facilmente accessibile a tutti, la portineria e l'assistenza agli ospiti.

Val d'Incarojo, Paularo. Dal 2007 un nuovo grande servizio turistico è a disposizione di chi vuole trascorrere anche un solo weekend nella val d'Incarojo, senza rinunciare alla comodità e intimità di una casa propria. I proprietari di



Tipica cuona carnica a Paularo

ben dodici alloggi, tutti da poco ristrutturati, si sono consorziati per offrire in affitto case vacanze durante tutto l'anno con il più ampio ventaglio di spazi e prezzi.

CARNIA TREKKING & RIFUGI

Il CT è una grande traversata escursionistica, distinta in 11 tappe, che si svolge su sentieri CAI ben segnalati attraverso i luoghi di maggior interesse alpinistico, ambientale e paesaggistico delle Alpi Carniche e Dolomiti Friulane. Il CT collega in rete i principali rifugi alpini

in grado di offrire nel periodo estivo ospitalità e ristoro in quota. Qui, in una magica atmosfera fatta di spazi incontaminati, si possono assaggiare gustosi piatti tipici locali e riposare in comode camerette, magari accompagnati da un buon libro della fornita biblioteca tematica, dove anche alla musica e ai racconti di montagna vissuta è riservata a volte un'accoglienza speciale.

TERME DI ARTA

Immerse nella rilassante cornice paesaggistica delle Alpi Carniche, dove l'aria pura e balsamica ritempra dallo stress e dalle fatiche quotidiane, le Terme di Arta permettono agli ospiti di trarre importanti benefici per la propria salute. Gli effetti terapeutici dell'acqua minerale, che sgorga dalla fonte Pudia, sono infatti conosciuti e sfruttati sino dall'antichità.

L'espresso analizza le diverse

Per informazioni e escursioni:
Segreteria Terme di Arta
Friuli-Venezia Giulia
tel. 0433/929320 - www.termefugiti.it

Il rifugio alpino G. e O. Marinelli sullo sfondo del massiccio del Cugnet



Il complesso termale di Arta

riva dal latino *aqua putens*, termine che le fu probabilmente attribuito dagli abitanti di Iulium Carnicum (52 a.C.), importante insediamento romano lungo la via del Natisone. L'acqua termale era già utilizzata in epoca romana, come dimostrano alcuni scavi archeologici. Il territorio comunale si avvale della classificazione come acqua minerale - calcico - magnesiana - solfurea, l'acqua della fonte Pudia è incolore, limpida, di sapore di 'uova fradice' e dal caratteristico odore di zolfo. La temperatura della sorgente è di 9°C, mentre la durezza è di 160° F costante ed è dovuta alla presenza di sali di calcio e magnesio.

Sono numerosi gli effetti terapeutici conosciuti dell'acqua sulfurea: agisce sul sistema neurovegetativo, con aumento dei meccanismi di difesa e antinfiammatori con stimolazione del sistema reticoloendoteliale, aumenta l'attività granulopessica a livello polmonare, fa diminuire la Ves e aumentare le IgA secretorie; protegge le cellule epatiche (in via sperimentale nella degenerazione grassa da tetracloruro di carbonio) e ha

un particolare tropismo per le articolazioni e le strutture periarticolari, cartilagini e tessuti connettivi. Possiede inoltre proprietà cheratoplastiche, esfoliative, cheratolitiche e antiseborroiche, con effetti benefici nella psoriasi, dermatiti atopiche e acne giovanile. Ha anche un'azione batteriostatica e antimicotica, grazie alla presenza dell'idrogeno solforoso e del suo potere riducente.

Come acqua solfato - calcico - magnesiana, l'acqua Pudia è indicata nelle affezioni epatobiliari con riduzione della steatosi indotta sperimentalmente: produce una stimolazione vagale e un incremento di ormoni digestivi e svuotamento biliare e aiuta la secrezione degli enzimi pancreatici. Il solfato di calcio e di magnesio aumentano la velocità del transito intestinale, con effetti benefici in particolare nella stipsi cronica, inoltre funziona da blando lassativo per la stimolazione della peristalsi.

Per informazioni e escursioni:
Terme di Arta
via Nazionale 1, Arta Terme (UD),
tel. 0433/929320.

VIE DEL GUSTO

La Carnia è un gioiello non solo ambientale, ma anche gastronomico. Gustosissima e rigorosamente stagionale, la cucina carnica si basa su ingredienti poveri e genuini della montagna, come farina di mais e grano saraceno, patate, carne suina e ancora selvaggina, funghi, erbe e prodotti delle malghe (latte, burro, formaggi, con un'eccezionale varietà di ricotte salate e affumicate). Ingredienti ai quali le donne usavano mescolare, con accostamenti inediti e tuttora unici, spezie, frutta secca e aromi orientali portati a casa d'inverno dai *cramàrs*, (venditori ambulanti carnici di spezie, erbe medicinali e stoffe) dopo aver viaggiato a piedi Oltralpe nella bella stagione.

L'accostamento tra dolce e salato è alla base anche del più tipico piatto carnico, i *garsòns*, sorta di agnolotti con ripieno dolce a base di ricotta, di cui ciascuna famiglia, ciascun ristorante, vanta una ricetta particolare. Altro piatto della cucina povera è la polenta con il frico, un formaggio sciolto lentamente in padella fino a formare una crosta croccante, con o senza l'aggiunta di

Tradizionali prodotti della gastronomia carnica



La copertina del volume alle vie del gusto e agriturismo in Carnia

patate. Gustosissimo è il *risolt* e *brovade*: cotechino accompagnato da rape inacidite nella vinaccia.

Alla gastronomia più preziosa della Carnia dedica, in tutto l'arco dell'anno, molti appuntamenti che costituiscono un ottimo spasso per un week-end o una serata. All'insegna della buona tavola, la primavera protagoniste delle feste delle feste sono le erbe, ingrediente per frittate, *garsòns*, zotti, insalate), in estate i frutti di bosco, il prosciutto e i prodotti di malga, in autunno i funghi, d'inverno la cacciagione e gli insaccati.

Fra i prodotti più tipici che si possono acquistare vi sono il prosciutto di Sauris, gli insaccati (molte le macellerie che producono salami, cotechini e coppe), il burro e i formaggi (latteria più o meno invecchiata, ricotte affumicate e non, stracchini, formaggi di capra, in vendita nei caseifici e d'estate anche in alcune malghe), i funghi freschi e secchi, i biscotti secchi (i più tradizionali sono chiamati 'esse' per la loro forma), e ancora miele d'o-

gni tipo, marmellate, sciroppi di frutta, ortaggi (patate, fagioli, verze), frutti di bosco, grappe aromatizzate al ginepro, alla genziana, alle erbe, ai frutti di bosco e la caratteristica grappa di prugne di Cabia, lo Slivowitz. In Carnia, nel corso di tutto l'anno, vengono organizzate numerose feste e fiere strettamente legate alla gastronomia tradizionale e ai tipici prodotti della montagna carnica. Questi appuntamenti sono vere e proprie occasioni per gustare i sapori tradizionali delle valli. Ecco alcune:

- Festa dei funghi di primavera, del bosco e del radice di montagna, Arta (maggio).
- Festa del gine, Ampezzo (giugno).
- Festa di primavera, Timau di Paluzza (giugno).
- Festa delle erbe di primavera, Forni di Sopra (giugno).
- Festa del Solstizio d'estate, Ravascletto (giugno).
- Il mondo delle malghe, Sauris, Prato Carnico e Ovaro (giugno-ottobre).
- Festa del prosciutto, Sauris (luglio).
- Festa dei frutti di bosco e dei piccoli frutti, Forni Avoltri (luglio).
- Fasin la mede - Festa della fienagione, Sutrio (luglio).
- Fiesta tas cortis, Ravascletto (agosto).
- Festa dei *garsòns*, Cleulis di Paluzza (agosto).
- Palio das cjarogiulse, Paluzza (agosto).



- Festa della polenta, Prato Carnico (fine agosto).
- *Mistirs*, Paularo (ultima domenica di agosto).
- Mostra mercato della ricotta e del formaggio di malga, Enemonzo (settembre).
- Arlois e fasoì, Prato Carnico (metà settembre).
- Festa di tutti i funghi, Ravascletto (settembre, si effettua presso le strutture alberghiere).
- Festa dei funghi, Forni di Sopra (settembre).
- Festa della mela, Tolmezzo (ultima domenica di settembre).
- Festa del pastore, Vuerpa di Lauco (ultima domenica di settembre).
- Sapori di Carnia, Raveo (dicembre).

In alto. Tipico piatto carnico a base di frico, accompagnato da formaggio salato ed erbe, polenta, salumi o carne.

Sotto. Radice di mont, zuppa di radicchia di montagna



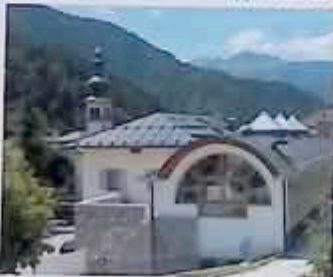
Una tradizione dalle radici profonde

La Carnia non è solo natura. La più che millenaria frequentazione di questi luoghi da parte dell'uomo ha lasciato testimonianze importanti sia nella cultura che nell'architettura tradizionale. Ogni vallata ha una storia a sé: un viaggio in Carnia è quindi anche un percorso a ritroso nel tempo, dove le tradizioni sono espressione di una cultura che ha radici molto profonde.

CARNIAMUSEI

Per valorizzare il patrimonio culturale del territorio, nel 1998, è nata CarniaMusei, la rete museale della Carnia, un progetto promosso dalla locale Comunità Montana e realizzato con fondi europei. Cinque i musei aderenti inizialmente: il Museo delle Arti Popolari di Tolmezzo, il Civico Museo Archeologico Iulium Carnicum di Zuglio, il Museo Geologico di Ampezzo, il Museo Storico della Grande Guerra di Timau e la Galleria d'Arte Moderna di Treppo Carnico. A questi si sono aggiunte numerose piccole strutture, collezioni private o esposizioni permanenti, come la *Mozartina* a Paularo, museo di strumenti musicali antichi – e un Museo della Miniera a Ovaro. Nel tempo il campo d'azione

Galleria d'Arte Moderna di Treppo Carnico



si è esteso, ampliando i servizi di didattica, come i laboratori e l'animazione estiva, e le azioni di promozione e di divulgazione. Altre iniziative – fiere, convegni, esposizioni temporanee, manifestazioni culturali – sono organizzate con gli operatori del settore turistico e di qualità locale.

ARCHEOLOGIA

Numerosi ritrovamenti archeologici testimoniano l'importanza della Carnia, in epoca tardoromana e medievale, come centro di scambi culturali, umani e commerciali. Di particolare importanza l'area archeologica di Zuglio, dove si possono vedere i resti dell'antica città romana di Iulium Carnicum, la chiesa paleocristiana di S. Martino di Ovaro, la pieve di S. Floriano a Illegio (sec. IX).

Per gli appassionati si segnala anche il castello di Sacuidic a Forni di Sopra, tra i cui resti sono stati reperti frammenti ceramici e metallici. A Lauro si segnalano le tombe altomedievali in località Curs e Clapò. A Villa Santina, infine, si possono osservare i rinvenimenti sul col Santino e sul col di Zuca, mentre a Paularo si trova la preromana necropoli di Misincinis.



Il Civico Museo Archeologico Iulium Carnicum a Zuglio

ARCHITETTURA TIPICA

Architettura spontanea. Nelle diverse vallate carniche è ancora possibile vedere alcune tra le forme più antiche di architettura spontanea, espressioni della vita agricola e silvopastorale. Un'importante testimonianza architettonica di questo tipo di organizzazione economica sono gli *stavoli*, abitazioni temporanee utilizzate nel passaggio dei bovini nei centri abitati di fondo valle al pascolo di alta quota. Nelle valli della Val Tagliamento e Chiarsò e nell'altopiano di Lauro si trovano esempi di quella che è stata definita la tradizionale *casa carnica* (edificio rettangolare a più piani con portico e loggia separati dall'esterno da una doppia serie di archi), ma ogni vallata ha le sue tipologie.

Palazzi signorili. Numerosi sono gli esempi di palazzi di pregio sparsi nelle varie frazioni: palazzo Calice Screm (1591) e palazzo Calice Valesio a Paularo (casa-fortezza che risale al '600), palazzo Micoli Toscano a Mione (Ovaro), detto anche 'casa dalle cento finestre', a Trava di Lauco, casa Beorchia (sec. XVIII), palazzo De Gleria a Povolaro (Comeglians), costruito nel 1768, palazzo della Pesa a Pesenias (Prato Carnico), secentesco, con la corte delimitata su tre lati da grandi arcate profilate di pietra, palazzo Linussio-Fabiani, edificio eretto verso la metà del XVII secolo a Paularo, e castel Valdajer, nei pressi del laghetto Dimon, oggi albergo.

Resti della chiesa paleocristiana a Col di Zuca, Villa Santina

