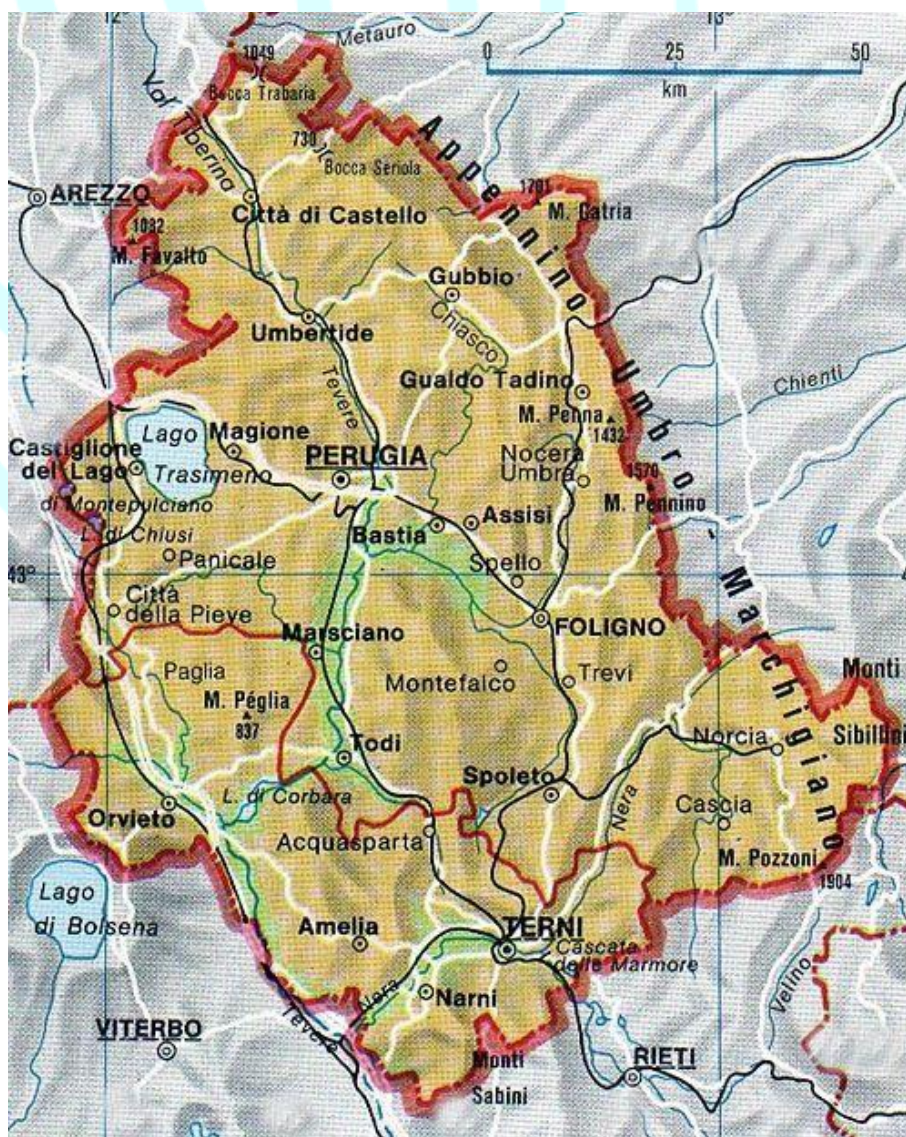






MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos





MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

DESCRIZIONE

Paesaggi incontaminati, immersi nel verde delle valli sinuose, e antichi borghi fanno dell'Umbria una regione incantata.

Una terra, fatta di colline, monti e valli, che nasce nel cuore dello stivale e si estende sul medio bacino del Tevere.

L'Umbria è anche la regione del **Lago Trasimeno**, il maggiore lago dell'Italia centrale, nel cui territorio sono presenti, ancora oggi, i resti di insediamenti etruschi, specie nell'area di Castiglione del Lago, località che unisce al fascino del paesaggio naturale, il romanticismo e la quiete delle acque del lago.

Dalle acque del Trasimeno si passa alle acque delle **Cascate delle Marmore** nei pressi di Terni, considerate tra le più belle d'Europa. Le cascate che si tuffano nel fiume Nera con un salto spettacolare di 165 metri, sono avvolte da una vegetazione rigogliosa e sono meta di sportivi amanti di canoa, kayak e non solo.

Tra le perle della regione spicca **Assisi**, che ha dato i natali a San Francesco, patrono d'Italia, e a Santa Chiara. In provincia di Terni sorge **Orvieto**, famosa per il suo spettacolare Duomo, per i palazzi, i vicoli medievali e il mitico Pozzo di San Patrizio.

Arroccati sulle pendici delle montagne ci sono altri magnifici villaggi a "presepe", come Bevagna e Spello. Altro bellissimo centro medievale umbro è Gubbio, un pittoresco borgo legato anch'esso alla vita di San Francesco.

Le province sono: **Perugia** (capoluogo), **Terni**.

COSA VEDERE

Il fascino dell'Umbria nasce dalla fusione tra arte e natura, dalla pace e serenità che ispirano i suoi luoghi evocativi, dalla presenza di capolavori rinascimentali e dai borghi medioevali incastonati nelle colline.

Gubbio è uno di questi, la città più antica dell'Umbria che nel medioevo raggiunse il massimo splendore; la cattedrale, il palazzo dei Consoli simbolo della città, il palazzo Ducale, sono solo alcune testimonianze che fanno di questa città un vero e proprio gioiello.





MIAMICA ITALIANA
Italiano para Latinos

Altri luoghi di fascino tra gli innumerevoli che troviamo in Umbria, sono **Orvieto** con il suo famoso Duomo, uno dei capolavori dell'arte gotica italiana ed il Pozzo di San Patrizio, capolavoro di ingegneria intorno al quale girano due scale elicoidali non comunicanti con 248 scalini da percorrere per raggiungere l'acqua a 62 metri di profondità.

Come non ricordare **Spoleto**, città pittoresca che vanta storia millenaria di cui ancora conserva le vestigia nell'architettura medioevale e rinascimentale.

I suoi viottoli in pietra ed i suoi monumenti più illustri fanno da scenario a manifestazioni culturali internazionali come il **Festival dei due Mondi**: una grande occasione per immergersi in un'atmosfera artistica di grande qualità.

Tra arte e spiritualità, indimenticabile sarà la visita alla **città medioevale di Assisi**, iscritta nella lista dei siti Unesco "Patrimonio Mondiale dell'Umanità" che rappresenta "un insieme di capolavori del genio creativo umano".

Tutto parla del suo cittadino più illustre, San Francesco, Patrono d'Italia, dalla Basilica a lui dedicata con la tomba del Santo, all'Eremo delle Carceri, poco fuori le mura della città, dove San Francesco si ritirava in preghiera.

Assisi è molto accogliente e festosa ed i suoi abitanti sembra vogliano condividere con la gente le loro antiche tradizioni, tra cui il **Calendimaggio**, una splendida rievocazione storica che trasforma la città nell'antico borgo medioevale popolato da cavalieri, dame, arcieri e sbandieratori di un tempo ormai passato.



Perugia, capoluogo dell'Umbria, è una città di origini antiche. Il centro storico è un pullulare di capolavori di arte ed architettura con un patrimonio museale tra i più ricchi d'Italia. Perugia è un vero e proprio centro culturale: due università e alcune manifestazioni di eco internazionale ne fanno una città cosmopolita di grande interesse turistico.

COSA FARE

Incastonata come una pietra nel cuore verde dell'Italia, l'Umbria è il luogo ideale per chi ama stare a contatto con la natura e, attraverso itinerari cicloturistici, scoprire boschi, castelli, santuari, borghi e magnifici paesi come Assisi e Spello.

Nei pressi di Terni, le **Cascate delle Marmore** attirano visitatori da tutta l'Europa non solo per la spettacolarità delle acque ma anche per la possibilità di praticare canoa, kayak. Inoltre lungo il sentiero del parco vengono organizzate per i bambini delle visite animate alla scoperta del territorio.



Un altro affascinante percorso in luoghi senza tempo è quello della fede e della spiritualità che vede come testimoni i figli più illustri di questa terra, San Francesco d'Assisi, Santa Chiara e San Benedetto da Norcia.

La **Via Francigena di San Francesco**, da percorrere a piedi, ci mette in contatto con paesaggi sconfinati in una dimensione intimistica, da un lato, e di convivialità con gli altri pellegrini, dall'altro. Lungo il cammino è possibile trovare diverse strutture ricettive presso cui dormire e sostentarsi.

Altro itinerario interessante è quello delle famose **"strade del vino"**: un percorso fatto di natura, sapori, storia e tradizioni. Un viaggio nei centri più importanti dell'Umbria, dove, oltre a degustare i buoni vini, si possono conoscere tradizioni enogastronomiche ed artigianali del posto. Sono molte infatti le botteghe artigiane in cui si lavora la ceramica, il vetro, e il legno: tipiche espressioni di una cultura tradizionale di origini antiche.

Obbligatoria anche una visita ad uno dei tanti **frantoi** sparsi sul territorio; un modo per conoscere la grande cultura dell'olio umbra, un fiore all'occhiello di tutte le aziende, consorzi oleifici che hanno ottenuto anche l'olio DOP Umbria.





MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

COSA ASSAGGIARE

Piccola terra dai grandi sapori, l'Umbria riesce a soddisfare ogni tipo di palato: per gli amanti della carne il fiore all'occhiello è il **maiale**. Quest'ultimo grazie all'abilità dei norcini viene trasformato in prelibate salsicce o in saporiti prosciutti e salumi, conosciuti quelli di **Norcia**, da gustare con il pane sciapo che ne esalta il sapore.

Dai gusti decisi anche i formaggi, tra questi degni di nota sono il pecorino stagionato, i caprini freschi o stagionati.

Nelle pietanze o come contorno, le **lenticchie di Castelluccio di Norcia**, gustoso ingrediente di minestre e zuppe, che hanno ottenuto dall'Unione Europea l'Igp (indicazione geografica protetta).

Il ricco assortimento di pietanze va di pari passo con la qualità genuina dei prodotti della terra, tra i quali il **tartufo** è il principale protagonista. La varietà più diffusa è quella del tartufo nero, molto apprezzato come condimento per la pasta e con la selvaggina soprattutto nella zona di Norcia e Spoleto ma anche il pregiato tartufo bianco, che si può trovare soprattutto nella Valle Tiberina, nelle zone di Orvieto e Gubbio.

Altro prodotto simbolo di queste terre è l'**olio**, dorato e fruttato, che arricchisce ogni piatto senza coprirne il sapore, raggiungendo un livello di qualità tale da conseguire la Dop (Denominazione di origine protetta).

Tra i dolci non si può rinunciare al dolce tipico, il **panpepato**. Ci sono inoltre molti dolci locali, le cui ricette vengono tramandate da secoli.

Il terreno umbro, infine, è particolarmente adatto alla viticoltura ed il clima temperato ha permesso a questa terra di produrre pregiati vini bianchi e rossi doc, tra cui ricordiamo, tra i tanti conosciuti, l'Assisi Grechetto ed il Vino Sagrantino di Montefalco. *(Testo tratto da Italia.it)*



LA LINGUA

All'interno dell'Umbria il dialetto latino si è mescolato intrinsecamente con la lingua precedente, quella delle popolazioni locali, dando vita ad una parlata originale e unica.

Contrariamente alle altre regioni, la situazione linguistica umbra è piuttosto omogenea, anche se i confini della regione sono cambiati nel tempo, ed è oggi difficile stabilire le frontiere nette della lingua umbra. Abbiamo infatti influenze umbre nelle Marche e si trovano influenze toscane nell'Umbria nord-occidentale.

In questo gioco di influenze, si nota subito quella centromeridionale che porta al passaggio del suono "nd" in "nn" e di "mb" in "mm", come per "mondo" che diviene "monno" o "profondo" che diviene "profonno".

C'è anche il cambio della "e" finale in "i", così il plurale "cani" diviene "cane", amici diviene "amice" e cognati "cugate".

Stessa sorte tocca alla "o" chiusa che si trasforma in "u", così "mattuni" sostituisce mattone e "tunnu", tondo.

Per quel che riguarda il vocabolario, si trovano diverse forme di origine latina, come "arbo", per albero, "nepo" per nipote, ma molti vocaboli sono andati per lo più persi nel tempo, e ne restano tracce solo nei testi medievali.

DESCRIPCIÓN

Paisajes vírgenes, inmersos en el verde de los valles sinuosos, y antiguos pueblos hacen de Umbría una región encantada.

Una tierra, hecha de colinas, montañas y valles, que nace en el corazón de “la bota” y se extiende sobre la cuenca media del Tíber.

Umbría es también la región del **Lago Trasimeno**, el mayor lago de Italia central, en cuyo territorio están presentes, aún hoy, los restos de asentamientos etruscos, especialmente en la zona de Castiglione del Lago, localidad que une al encanto del paisaje natural, el romance y la tranquilidad de las aguas del lago.

Desde las aguas del Trasimeno se pasa a las aguas de las **Cascadas de Marmore**, cerca de Terni, consideradas entre las más bellas de Europa. Las cascadas que se sumergen en el río Negro con un salto espectacular de 165 metros, están rodeadas de una exuberante vegetación y son meta de deportistas amantes de la canoa, kayak y mucho más.

Entre las perlas de la región destaca **Asís**, que dio a luz a San Francisco, patrono de Italia, y a Santa Clara. En la provincia de Terni surge **Orvieto**, famosa por su espectacular Duomo, por los palacios, las callejuelas medievales y el mítico Pozzo di San Patrizio.

Encaramados en las laderas de las montañas hay otros magníficos pueblos "pesebre", como Bevagna y Spello. Otro hermoso centro medieval de Umbría es Gubbio, un pintoresco pueblo ligado también a la vida de San Francisco.

Las provincias son: **Perugia** (capital), **Terni**.

QUÉ VER

El encanto de Umbria nace de la fusión entre arte y naturaleza, de la paz y serenidad que inspiran sus lugares evocativos, de la presencia de obras maestras renacentistas y de los pueblos medievales enclavado en las colinas.

Gubbio es uno de ellos, la ciudad más antigua de Umbría que en la Edad Media alcanzó su máximo esplendor; la catedral, el palacio de los cónsules símbolo de la ciudad, el palacio Ducal, son sólo algunos testimonios que hacen de esta ciudad una verdadera joya.

Otros lugares de encanto entre los innumerables que encontramos en Umbria son **Orvieto** con su famoso Duomo, una de las obras maestras del arte gótico italiano y el Pozzo de San Patrizio, obra maestra de ingeniería alrededor de la cual giran dos escaleras helicoidales no comunicantes con 248 escalones a recorrer para alcanzar el agua a 62 metros de profundidad.



MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

Cómo no recordar **Spoleto**, ciudad pintoresca que cuenta con una historia milenaria cuyos restos todavía conserva en la arquitectura medieval y renacentista. Sus callejones de piedra y sus monumentos más ilustres son escenario de manifestaciones culturales internacionales como el **Festival de los Dos Mundos**: una gran ocasión para sumergirse en un ambiente artístico de gran calidad.

Entre arte y espiritualidad, será inolvidable la visita a la ciudad medieval de **Asís**, inscrita en la lista de los sitios Unesco "Patrimonio Mundial de la Humanidad" que representa "un conjunto de obras maestras del genio creativo humano".

Todo habla de su ciudadano más ilustre, san Francisco, patrono de Italia, desde la basílica dedicada a él con la tumba del santo, a la ermita de las cárceles, a las afueras de las murallas de la ciudad, donde san Francisco se retiraba en oración.

Asís es muy acogedor y festivo y sus habitantes parecen querer compartir con la gente sus antiguas tradiciones, incluyendo el **Calendimaggio**, una espléndida evocación histórica que transforma la ciudad en el antiguo pueblo medieval poblado por caballeros, Damas, arqueros y fanfarrones de antaño.

Perugia, capital de Umbria, es una ciudad de orígenes antiguos. El centro histórico está repleto de obras maestras de arte y arquitectura con un patrimonio museístico entre los más ricos de Italia. Perugia es un verdadero centro cultural: dos universidades y algunas manifestaciones de eco internacional lo convierten en una ciudad cosmopolita de gran interés turístico.

QUÉ HACER

Ubicada como una piedra en el corazón verde de Italia, Umbria es el lugar ideal para quien ama estar en contacto con la naturaleza y, a través de itinerarios ciclo turísticos, descubrir bosques, castillos, santuarios, pueblos y magníficos pueblos como Asís y Spello.

Cerca de Terni, las **Cascadas de Marmore** atraen visitantes de toda Europa no sólo por la espectacularidad de las aguas sino también por la posibilidad de practicar canoa, kayak. Además, a lo largo del sendero del parque se organizan para los niños visitas animadas al descubrimiento del territorio.

Otro fascinante recorrido en lugares sin tiempo es el de la fe y de la espiritualidad que ve como testigos a los hijos más ilustres de esta tierra, San Francisco de Asís, Santa Clara y San Benito de Nursia.

La **Via Francigena di San Francesco**, que hay que recorrer a pie, nos pone en contacto con paisajes sin fin en una dimensión intimista, por un lado, y de convivencia con los demás peregrinos, por otro. A lo largo del camino es posible encontrar varias estructuras receptoras donde dormir y sustentarse.

Otro itinerario interesante es el de los famosos "**caminos del vino**": un recorrido hecho de naturaleza, sabores, historia y tradiciones. Un viaje a los centros más importantes de Umbria, donde, además de degustar los buenos vinos, se pueden conocer las tradiciones gastronómicas y artesanales del lugar.



MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

En efecto, son muchos los talleres artesanales en los que se trabaja la cerámica, el vidrio y la madera: expresiones típicas de una cultura tradicional de orígenes antiguos.

Obligatoria también una visita a una de las muchas **almazaras** esparcidas por el territorio; un modo de conocer la gran cultura del aceite de Umbria, orgullo de todas las empresas, consorcios oleícolas que también han obtenido el aceite DOP umbría.

QUÉ PROBAR

Pequeña tierra con grandes sabores, Umbria logra satisfacer todo tipo de paladar: para los amantes de la carne el buque insignia es el **cerdo**. Este último, gracias a la habilidad de los norcini, se transforma en exquisitas salchichas o en sabrosos jamones y embutidos, conocidos los de **Norcia**, para degustar con el pan chamuscado que exalta su sabor.

Por los gustos decididos también los quesos, entre estos dignos de mención son el pecorino curado, los caprinos frescos o curados.

En los platos o como guarnición, las **lentejas de Castelluccio di Norcia**, sabroso ingrediente de sopas, que han obtenido de la Unión Europea la Igp (indicación geográfica protegida).

El rico surtido de platos va de la mano con la calidad genuina de los productos de la tierra, entre los cuales la **trufa** es el principal protagonista. La variedad más difundida es la de la trufa negra, muy apreciada como condimento para la pasta y con la caza sobre todo en la zona de Norcia y Spoleto pero también la preciada trufa blanca, que se puede encontrar sobre todo en el Valle Tiberina, en las zonas de Orvieto y Gubbio.

Otro producto símbolo de estas tierras es el **aceite**, dorado y afrutado, que enriquece cada plato sin cubrir su sabor, alcanzando un nivel de calidad que permite alcanzar la Dop (Denominación de Origen Protegida).

Entre los dulces no se puede renunciar al postre típico, el **panpepato**. Además, hay muchos dulces locales, cuyas recetas se transmiten desde hace siglos.

El terreno umbro, por último, es particularmente adecuado para la viticultura y el clima templado ha permitido a esta tierra producir vinos blancos y tintos doc, entre los cuales recordamos, entre los muchos conocidos, el Asís Grechetto y el Vino Sagrantino di Montefalco. *(Texto extraído de Italia.it)*

EL IDIOMA

En el interior de Umbria el dialecto latín se ha mezclado intrínsecamente con la lengua anterior, la de las poblaciones locales, dando vida a una hablada original y única.

A diferencia de otras regiones, la situación lingüística de Umbría es bastante homogénea, aunque los límites de la región han cambiado con el tiempo, y hoy en día es difícil establecer las fronteras netas de



MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

la lengua de Umbria. De hecho, tenemos influencias umbras en la región Marche y se encuentran influencias toscanas en la Umbria noroccidental.

En este juego de influencias, se nota inmediatamente aquella centro meridional que lleva al paso del sonido "nd" en "nn" y de "mb" en "mm", como por "mondo" que se convierte en "monno" o "profondo" que se convierte en "profonno".

También está el cambio de la "e" final en "i", por lo que el plural "cani" (perros) se convierte en "cane", "amici" se convierte en "amice" y "cognati" en "cugate" (cuñados).

La misma suerte corresponde a la "o" cerrada que se transforma en "u", así "mattuni" substituye "mattone" (ladrillo) y "tunnu" en lugar de "tondo" (redondo).

En cuanto al vocabulario, se encuentran varias formas de origen latín, como "arbo", por "albero" (árbol), "nepo" por "nipote" (sobrino), pero muchas palabras se han perdido en el tiempo, y quedan rastros sólo en los textos medievales.