·P A R C O·

APUANE

La Via dei Pani delle Apuane

Il Pane di Regnano

Provincia Lucca Provincia Massa Carrara

Realizzato in attuazione del Protocollo di Intesa relativo alla "Via dei Pani delle Apuane"

·P A R C O·

APUANE

La Via dei Pani delle Apuane

La Schiacciata di Seravezza

Provincia Lucca Provincia Massa Carrara

Realizzato in attuazione del Protocollo di Intesa relativo alla "Via dei Pani delle Apuane"

·P A R C O·

APUANE

La Via dei Pani delle Apuane

Il pane di Farro della Garfagnana

Provincia Lucca Provincia Massa Carrara

Realizzato in attuazione del Protocollo di Intesa relativo alla "Via dei Pani delle Apuane"

Caratteristiche: il pane di farro è prodotto sia in forma di filetto (detto anche *frusta*) lungo circa 30 cm, che a forma di pagnotta del diametro circa 18 cm. La pezzatura è di 250—300 gr. La crosta di colore nocciola, leggermente brunita è di consistenza morbida e presenta, nella forma a pagnotta un taglio a stella e, nella forma a filetto, alcuni tagli trasversali. La parte interna del pane è di colore chiaro e di consistenza compatta e morbida.
Ingredienti: farina di farro della Garfagnana 60%, farina di frumento tipo 00 40%, pasta madre, lievito di birra, sale acqua.

Il pane di farro della Garfagnana è utilizzato come pane da tavola. Leggermente insipido, è ottimo con i salumi locali tradizionalmente saporiti. Tra questi il **prosciutto bazzone** della Garfagnana e della Valle del Serchio.

Particolarmente gustoso anche l'abbinamento con formaggi stagionati quali il **pecorino e il caprino della Garfagnana.**

Alcuni Produttori: Panificio "Profumo di Pane" Via Nicola Fabrizi n. 68 Castelnuovo Garfagnana Tel. 0583 65075
Panificio "Angela" via Garibaldi n. 12 Castelnuovo Garfagnana Tel. 0583 62656

Il pane di Farro della Garfagnana è prodotto tre volte la settimana e venduto direttamente in zona.

Come arrivare a Castelnuovo Garfagnana
Dalla Versilia per Seravezza, proseguire fino a Castelnuovo Garfagnana
Da Lucca : proseguire lungo la SS 12 fino a Borgo a Mozzano, quindi procedere lungo la SS 445.

Foto, testi e grafica : Angela Ulivi e Franco Giangrandi

Caratteristiche: focaccia cotta prevalentemente a legna. Emana un buon profumo di spezie e rosmarino. Di forma rotonda è preparata in due pezzature una di circa 250 gr. e l'altra di 350 gr. Il colore della crosta è castano dorato. Lo spessore di circa 3 cm.

Ingredienti: farina di mais e farina di frumento tenero in parti uguali, lardo, aglio, rosmarino, basilico, lievito e olio extra vergine di oliva.
Le focacce sono infornate a fine cottura del pane, utilizzando il calore residuo.

La Schiacciata di Seravezza, viene servita anche come antipasto, accompagnata da un buon bicchiere di **vino dei Monti di Ripa** corposo e profumato. Viene utilizzato lardo prodotto nell'area apuana.

La Schiacciata di Seravezza, ha origini lontane nel tempo, era un tipico prodotto domestico, preparato per i cavatori dalle donne dei paesi delle Alpi Apuane, in quanto energetica e ben conservabile.

Alcuni Produttori: Panifico Folini, via Aurelia 1043 Querceta Tel. 0584 773377

Panificio Andrea D'Angiolo, Via Corrado del Greco n. 8 Seravezza Tel. 0584 757233

Panificio Angelo Edifizi, Via Colle n. 11 Ruosina di Seravezza Tel. 0584/757325
La Schiacciata di Seravezza è prodotta tutti i giorni e venduta anche presso alcuni negozi di alimentari della Versilia, Massa e Carrara.

Come arrivare a Seravezza
Autostrada A 12, uscita Versilia, seguire indicazioni per Querceta, Seravezza e Ruosina.

Foto, testi e grafica : Angela Ulivi e Franco Giangrandi

Caratteristiche: pane di patate cotto a legna. Forma a pagnotta schiacciata. Pezzatura 800 gr. Colore della crosta castano dorato. La parte interna del pane è di colore tipico del semi integrale, compatta, emana un intenso profumo di frumento.

Ingredienti: farina di frumento tipo 0, patate di Regnano lessate, una manciata di fioretto, pasta madre, lievito di birra, acqua, sale.

Le **patate di Regnano** sono incluse nell'elenco dei prodotti agroalimentari tradizionali della Toscana.

Il pane di Regnano è un pane da tavola ma, la presenza delle patate tra gli ingredienti, gli conferisce un gradevole retrogusto dolce. Tagliato a fette è ottimo per zuppe e crostini.

Attualmente il pane di Regnano è prodotto solo a livello familiare, ma è prossima l'apertura di un forno, in Regnano, che ne assicurerà la continuità di produzione e la commercializzazione.

Per informazioni: Panificio "La Marocca di Casola" di Fabio Bertolucci ,Frazione Casciana—Casola (MS) tel. 340 6899209

A Regnano, da 26 anni, alla fine di luglio, si svolge la **"Sagra del Pane di Regnano"** a cura dell'Associazione "Amici di Regnano"

Come arrivare a Regnano
Autostrada A 15 La Spezia – Parma, uscita di Aulla. Prendere la SS 63 direzione Fivizzano e seguire indicazioni per Casola. Raggiunta Casola proseguire per circa 6 km.

Foto, testi e grafica : Angela Ulivi e Franco Giangrandi