

Lexicon DOO-025II-041 | Campagnano > La Storta



Itinerario di Pellegrinaggio ↩



Percorso Spirituale ↩



Percorso Storico Culturale Religioso ↩



Percorso Avventura ↩



Percorso Leggende e Folklore ↩



Percorso Saperi ↩

Itinerario

La Tratta da **📍 Campagnano di Roma** a **📍 La Storta** si riferisce alla **quarantesima tratta del Percorso Dupont OO** e alla **Tappa 44** delle vie Francigene italiane ([AEVF ufficiale](#)) e “*Mansio*” (tappa) indicata da **Sigerico**. Percorso di transizione che abbandona i borghi medievali della campagna laziale per attraversare il cuore del Parco Regionale di Veio, l'antico territorio della potente città etrusca rivale di Roma.

Tratta Dupont OO e Francigena:

Distanza: ~22 km | **Dislivello Totale:** Significativo ~(P+450m N-550m) | **Difficoltà:** Medio-Facile

↪Tappa Locale 1: Formello (~8 KM)

Dislivello: Moderato ~(P+250m N-300m) | **Terreno:** Asfalto, Sterrato | **Difficoltà:** Medio-Facile

Il percorso scende decisamente nella suggestiva **Valle del Sorbo**. Questo tratto iniziale è uno dei più affascinanti dal punto di vista naturalistico. Si costeggia il torrente **Sorbo** e si raggiunge il **Santuario della Madonna del Sorbo**, un'oasi di pace incastonata nella gola. Il cammino prosegue nel fondovalle, tra una vegetazione rigogliosa, per poi risalire con pendenza costante verso l'altopiano su cui sorge **Formello**, offrendo ampie vedute sul paesaggio circostante.

↪Tappa Locale 2: Isola Farnese (~11 KM)

Dislivello: Moderato ~(P+100m N-250m) | **Terreno:** Sterrato, Sentieri nel Parco | **Difficoltà:** Medio-Facile

Usciti da **Formello**, ci si immerge completamente nell'area archeologica dell'antica città etrusca. Il sentiero, ben segnalato, attraversa un paesaggio di pascoli e macchie boschive, passando a breve distanza da importanti testimonianze etrusche. Il percorso scende poi verso il fondovalle per poi risalire brevemente e rapidamente verso la meta: il borgo medievale di **📍 Isola Farnese**, arroccato scenograficamente su uno sperone di tufo, che coincide con l'antica **acropoli di Veio**.

↪Tappa Locale 3: La Storta (~3 KM)

Dislivello: Lieve ~(P+100m) | **Terreno:** Sterrato, Asfalto | **Difficoltà:** Facile

L'ultima frazione della tappa segna il graduale abbandono della natura selvaggia del parco per entrare nell'orbita di **Roma**. Dopo aver lasciato **Isola Farnese**, si attraversa un'area ancora rurale per poi incrociare la storica **Via Cassia**. Il percorso si sviluppa in parte su sentieri e in parte su strade secondarie a basso traffico, attraversando un paesaggio che si fa progressivamente più antropizzato. L'arrivo a La Storta, identificata come la XXXIX *submansio* dell'itinerario di **Sigerico** (*Johannis IX*), segna la fine del cammino rurale e l'inizio dell'ultimo tratto, quasi interamente urbano.

Alternativa: Percorso lungo la Via Cassia

Esiste una variante che evita l'attraversamento del Parco di Veio. Questo percorso alternativo segue più fedelmente il tracciato della moderna Via Cassia (SS2). È un percorso più breve, quasi interamente su asfalto, con una navigazione più semplice e un minore impegno fisico, non presentando i continui saliscendi del parco. Si svolge quasi interamente su una strada ad alto scorrimento e privo di qualsiasi valore paesaggistico, storico e spirituale.

Classificazione di difficoltà escursionistica soggettiva comparata:

- CAI: T
- AEVF: **Medium**
- Stima soggettiva: **Medio-Facile**.
- **Impegno fisico: Basso**. Tratta percorribile con poco o senza allenamento.
- **Difficoltà tecnica: Basso**. I sentieri sono generalmente agevoli. In caso di pioggia, i tratti nel fondovalle e sul tufo possono diventare molto fangosi e scivolosi.
- **Segnaletica: (Ufficiale | Cartelli | Segnavia) 7/Buona**. Il percorso è ben segnalato. Tuttavia, la fitta rete di sentieri all'interno del Parco di Veio richiede attenzione per non perdere la traccia corretta.

Suggerimenti:

- **Preparazione:** Tratta percorribile con poco o senza allenamento.
- **Equipaggiamento:** Qualsiasi, meglio Trekking. È fondamentale partire con un'adeguata scorta d'acqua, specialmente nella stagione calda. I punti di rifornimento tra Formello e Isola Farnese sono inesistenti.
- **Controllo Meteo:** Verificare le condizioni meteo. Con piogge intense, alcuni guadi minori potrebbero diventare problematici e i sentieri scivolosi. Si consiglia l'uso di una traccia GPS come supporto alla segnaletica, data la complessità dei sentieri nel parco.

Percorso Spirituale

Campagnano di Roma: 9 Parrocchia di San Giovanni Battista

Punto di interesse Spirituale

Principale luogo di culto di **Campagnano**, la **Collegiata di San Giovanni Battista** fu edificata nel 1515 EC su una chiesa preesistente. La sua imponente torre campanaria barocca domina il profilo del centro storico. L'interno custodisce pregevoli opere d'arte, tra cui un soffitto ligneo di **Giacomo Del Duca**. La chiesa è il centro delle celebrazioni per il santo patrono, **Giovanni Battista**, figura evangelica fondamentale che invita alla conversione e alla preparazione.

S Patrono Campagnano (29 Agosto)

Accesso: Generalmente aperta, con orari per le funzioni.

Indirizzo: Piazza Cesare Leonelli, 00063 Campagnano di Roma (RM).

Diocesi: Diocesi di Civita Castellana.

Campagnano di Roma: 9 Santuario della Madonna del SorboPunto di interesse Spirituale e [Leggende](#)

Situato su uno sperone di tufo che domina la valle omonima, questo santuario è uno dei luoghi spirituali più sentiti dell'area, meta di pellegrinaggio e devozione popolare. La sua fondazione è legata a un'apparizione miracolosa della Vergine a un giovane pastore nel XV secolo.

Accesso: Generalmente aperto, con orari specifici per le funzioni.

Indirizzo: Località Madonna del Sorbo, 00063 Campagnano di Roma (RM).

Diocesi: Diocesi di Civita Castellana.

La Storta: 9 Cappella della Visione di Sant'Ignazio di Loyola

Punto di interesse Spirituale

Questo piccolo e modesto oratorio, situato lungo la **Via Cassia** a **La Storta**, è uno dei luoghi più importanti al mondo per la **Compagnia di Gesù**. Qui, nel novembre del 1537 EC, **Ignazio di Loyola** e i suoi compagni, in viaggio a piedi verso **Roma** per mettersi a disposizione del Papa, ebbero una visione mistica fondamentale. Ignazio vide Dio Padre che, indicandogli Gesù con la croce, gli disse le parole: "**EgrovobisRomaepropitiusero**" ("*Io vi sarò propizio a Roma*"). Questa esperienza confermò la sua vocazione e diede il nome alla "*Compagnia di Gesù*".

Accesso: Generalmente aperta, gestita dai Padri Gesuiti.

Indirizzo: Via Cassia, 1729, 00123 La Storta, Roma (RM)

Diocesi: Diocesi di Porto-Santa Rufina

Percorso Storico Culturale Religioso

📍 Isola Farnese: Area Archeologica dell'antica città di Veio

Punto di interesse Storico

Il cuore storico di questa tratta è il vasto altopiano (circa 190 ettari) su cui sorgeva **Veio**, per secoli la più potente e ricca città dell'Etruria meridionale. La sua storia è una saga di arte, commercio e guerra. Per quasi un secolo, **Veio** e **Roma** si scontrarono per il controllo del basso corso del **Tevere**. La sua caduta, nel 396 AEC dopo un assedio decennale condotto dal dittatore **Marco Furio Camillo**, segnò una svolta epocale: fu la prima grande conquista di **Roma** e l'inizio della sua inarrestabile espansione in **Italia**. Camminare attraverso il parco significa attraversare il campo di battaglia, le necropoli e l'area urbana di questa metropoli scomparsa.

Isola Farnese: 📍 Santuario di Portonaccio (Veio)

Punto di interesse Storico

Il più famoso e importante santuario extraurbano di **Veio**, dedicato alla dea **Minerva** (**Menrva** in etrusco) e ad **Apollo**. Risalente al VI secolo AEC, è celebre in tutto il mondo per il ritrovamento del gruppo scultoreo in terracotta policroma che ne decorava il tetto, tra cui la straordinaria statua dell'**Apollo di Veio**, capolavoro dell'arte etrusca arcaica oggi conservato al **Museo Nazionale Etrusco di Villa Giulia a Roma**. Il santuario testimonia non solo l'alto livello artistico raggiunto da **Veio**, ma anche la sua profonda religiosità e i suoi stretti contatti culturali con il mondo greco.

📍 La Storta: L'ultima stazione di posta sulla Via Cassia

Punto di interesse Storico

Il nome stesso "**La Storta**" deriva probabilmente da una curva della **Via Cassia**. Fin dall'epoca romana, e per tutto il Medioevo e l'età moderna, questa località è stata l'ultima stazione di posta (mansio o statio) prima di arrivare a **Roma**. Qui i viaggiatori, i mercanti e i pellegrini trovavano alloggio, ristoro e cambiavano i cavalli prima dell'ultimo sforzo per raggiungere la città. **Sigerico** la menziona nel suo diario come **Johannis IX** (San Giovanni in Nono, ovvero al nono miglio da Roma). La sua funzione storica di soglia, di ultimo avamposto prima della meta finale, è ancora percepibile e carica di significato per il pellegrino moderno.

Percorso Avventura

Le Cascate della Mola nella Valle del Sorbo

Zona di interesse Avventura

A pochi passi dal **Santuario della Madonna del Sorbo**, il torrente Cremera crea una serie di piccole ma suggestive cascate che si gettano in un laghetto. L'area, raggiungibile con una breve deviazione dal sentiero principale, è un luogo perfetto per un'avventura rinfrescante. Esplorare le rive del torrente, ascoltare il suono dell'acqua e godersi la frescura del sottobosco è una pausa rigenerante dal cammino, specialmente nelle giornate calde.

Ubicazione: Valle del Sorbo, nei pressi di Formello (RM).

Le Cascate della Mola (Veio): Il Segreto Etrusco (Lo Sbocco del Cunicolo)

Zona di interesse Avventura e Curiosità

Il punto identificato da GMaps come **Cascate della Mola (Veio)** con le coordinate 42.02283,12.38908 è la manifestazione più spettacolare di un'opera di ingegneria idraulica vecchia di oltre duemila anni. Le ricerche e le esplorazioni documentate rivelano l'esistenza di un cunicolo, un tunnel scavato nel tufo dagli **Etruschi**. Questo tunnel non è un semplice canale, ma un vero e proprio fiume sotterraneo progettato per uno scopo preciso: deviare una parte significativa delle acque del **Fosso Piordo** (un altro nome locale del corso d'acqua) per evitare le piene e le inondazioni a valle, proteggendo così i terreni coltivati. Le coordinate corrispondono esattamente al punto in cui questo fiume sotterraneo, dopo aver attraversato la collina, riemerge con una portata impressionante, creando una cascata artificiale potente e fragorosa. Un luogo di incredibile suggestione, dove si può percepire fisicamente la potenza dell'acqua incanalata e la sapienza dei suoi antichi costruttori.

Percorso Leggende

Leggende e Folklore regione Toscana

Il **Lazio** è un territorio intriso di leggende e folklore, dove le narrazioni popolari fondono storia e soprannaturale. Queste storie si snodano tra foreste un tempo subissate da briganti, figure ambivalenti tra criminali ed eroi popolari; attraversano borghi dimora di streghe e mazzamurelli; e giungono a rovine antiche e palazzi nobiliari, infestati da fantasmi di imperatori, papi e popolane ([Compendium ITLA-024XII-000](#)). Tramandate da secoli, esse costituiscono la memoria storica, un veicolo per decifrare eventi inspiegabili, rendere omaggio a personaggi storici ed esorcizzare timori atavici.

Il Miracolo del Santuario della Madonna del Sorbo

Punto di interesse Leggende e [Spirituale](#)

Intorno al 1402 EC, in una valle isolata, un giovane pastore, privo della parola e di una mano, pascolava i suoi maiali nei pressi di una chiesa in rovina. Un giorno, un'icona della **Madonna** gli apparve tra i rami di un albero di sorbo e gli parlò, chiedendogli di esortare la gente del posto a ricostruire la sua casa. Per dare al giovane un segno che convincesse gli increduli, la Vergine compì un miracolo: gli disse di infilare il braccio monco nella sua bisaccia. Quando il pastore lo estrasse, la mano era ricresciuta, sana e perfetta. Di fronte a tale prodigio, la popolazione si adoperò per edificare il nuovo santuario, che da allora è un faro di devozione nella valle.

La Strage dei Fabii al Fiume Cremera

Area di interesse Leggende (Civica e Storica)

Si racconta che... nel 477 AEC, nel pieno della lunga guerra tra **Roma** e **Veio**, la nobile gens Fabia si offrì di condurre la guerra privatamente, a proprie spese. Trecentosei uomini, tutti appartenenti alla stessa famiglia, stabilirono un presidio fortificato sulle rive del fiume **Cremera**, che segnava il confine. Per due anni, con audaci incursioni, tennero in scacco i Veienti. Ma l'eccessiva sicurezza fu loro fatale. I Veienti tesero un'imboscata, lasciando del bestiame incustodito come esca. I Fabii, spintisi troppo in avanti per razziare gli animali, furono circondati e massacrati fino all'ultimo uomo. La leggenda narra che si salvò solo un fanciullo, rimasto a **Roma** perché troppo giovane, dal quale la gloriosa famiglia poté rinascere. L'episodio, un misto di storia e mito, divenne un simbolo del valore e del sacrificio romano.

* Rielaborazioni e storytelling: Luca CM (CreativeCAT)

Percorso Saporì

Il percorso Sapori

Si propone di menzionare prodotti, preparati e i piatti tipici di un comune, una zona o una regione in base al **tratto** di percorrenza, questo per fare in modo da essere preparati sui sapori più consoni passando attraverso questi luoghi.

NB: Le preparazioni hanno uno scopo informativo e sono descritte in modo approssimativo.

L'Italia, si sa, è il paese da mangiare, non ha pari in quanto arte del cibo. Ogni angolo del bel paese è un tesoro di sapori, tradizioni, ingredienti e piatti unici. Vediamo quali sono i piatti tipici legati a questo percorso e in che zona cercarli.

Lazio:

La cucina laziale è una gastronomia di popolo, dai sapori decisi, diretti e senza compromessi. È una cucina "povera" che ha saputo nobilitare ingredienti umili, creando piatti oggi famosi in tutto il mondo. Pilastri di questa tradizione sono il [Guanciale Amatriciano](#), il [Pecorino Romano](#), l'[olio d'oliva della Sabina](#) e le verdure dell'Agro Pontino, come il celebre [carciofo romanesco](#). Questa cucina è un trionfo di primi piatti, conosciuti in tutto il mondo: la [Carbonara](#), l'[Amatriciana](#), la [Gricia](#) e la [Cacio e Pepe](#) rappresentano i quattro pilastri della pasta di questa regione. Tra i secondi, dominano i sapori forti dell'[abbacchio](#), cucinato "a **scottadito**" o alla cacciatora, e classici romani come i [Saltimbocca](#) e la [Coda alla Vaccinara](#). Contorni simbolo sono i [Carciofi alla romana](#) e alla [giudia](#), e le **puntarelle** condite con aglio e alici e molti altri. Il patrimonio vinicolo regionale vanta i bianchi dei Castelli romani come il [Frascati Superiore](#), e rossi corposi come il [Cesanese del Piglio](#).

Lazio - Tratta: Campagnano di Roma > La Storta

La cucina di questa tratta è un'espressione autentica dell'Agro Romano, un territorio dove le tradizioni pastorali e contadine si fondono con l'influenza della vicina Capitale. I sapori sono decisi e genuini, basati su ingredienti di alta qualità provenienti dagli allevamenti e dalle coltivazioni locali. È una gastronomia che celebra i prodotti della terra, come le verdure di stagione, i formaggi di pecora, le carni saporite e le paste fresche fatte in casa.

Prodotti, Preparati e Cibi generici della zona:

Carciofo Romanesco del Lazio IGP

Guanciale

Ricotta Romana DOP

Prodotti e Preparati Locali:

Pane Francigeno: Prodotto da Forno - **Campagnano di Roma**

Ciambelline al Vino (PAT): Biscotti rustici - **Campagnano e zone della Tuscia**

Miele del Parco di Veio: Miele - **Parco di Veio**

Piatti tradizionali:

Scarciofata Campagnanese

Tipico di: Campagnano di Roma.

Reperibile in: Sagre primaverili e case private. Difficile da trovare nei ristoranti.

Metodo tradizionale di cottura del carciofo romanesco (cimarolo) direttamente sulla brace di sarmenti di vite.

Composizione: Carciofi romaneschi (cimaroli), aglio fresco, mentuccia selvatica, olio extra vergine d'oliva, sale.

Preparazione: Si prepara una brace viva esclusivamente con sarmenti di vite. Si pulisce il carciofo tagliando il gambo e la punta e si allargano leggermente le foglie. Si condisce l'interno con sale, uno spicchio d'aglio e abbondante mentuccia. I carciofi vengono poi "piantati" a testa in giù direttamente nella brace. Durante la cottura si irrorano di tanto in tanto con olio d'oliva. Sono pronti quando le foglie esterne sono carbonizzate e il cuore è tenerissimo. Si mangiano sfogliandoli e intingendoli nell'olio.

Acquacotta di Formello

Tipico di: Formello e Agro Romano.

Reperibile in: Formello, La Storta e zone limitrofe.

L'**Acquacotta di Formello** è una zuppa contadina "povera" ma ricca di sapore, a base di verdure di stagione stufate, erbe selvatiche e servita su fette di pane casereccio raffermo, spesso completata con un uovo in camicia o strapazzato e una spolverata di pecorino.

Composizione: Verdure miste (cipolla, sedano, carote, patate, pomodori, bieta), erbe aromatiche (mentuccia), pane casereccio raffermo, uova, pecorino, olio extravergine d'oliva, peperoncino.

Preparazione: Si prepara un soffritto con olio e cipolla, a cui si aggiungono le altre verdure tagliate a pezzi e si lasciano insaporire. Si aggiunge acqua o brodo vegetale e si porta a cottura. A fine cottura si possono aggiungere le uova, cuocendole direttamente nella zuppa. Si serve caldissima versandola sulle fette di pane disposte nei piatti e condendo con un filo d'olio a crudo e pecorino grattugiato.

Riferimenti

Bibliografia e Sitografia

Associazioni e Portali Ufficiali della Via Francigena:

1. Associazione Europea Vie Francigene (AEVF), accesso 2025. <https://www.viefrancigene.org/>
2. Associazione Camminando sulla Via Francigena (CVF), accesso 2025. <https://viefrancigene.com/>

Enti Ecclesiastici:

3. Diocesi di Civita Castellana - Regione ecclesiastica: Lazio, Piazza Matteotti, 27, 01033 Civita Castellana (VT). Accesso 2025. <https://www.diocesicivitacastellana.it/>
4. Sede suburbicaria di Porto-Santa Rufina - Regione ecclesiastica: Lazio, Via del Cenacolo, 53, 00123 La Storta, Roma (RM). Accesso 2025. <http://www.diocesiportosantarufina.it/>
5. BeWeB - Beni Ecclesiastici in Web, Conferenza Episcopale Italiana, accesso 2025. <https://www.beweb.chiesacattolica.it/>

Enti Locali e Turistici:

6. Parco Regionale di Veio (Ente gestore), Via Castelnuovo di Porto, 14, 00060 Sacrofano (RM). Accesso 2025. <https://parcodiveio.it/>
7. Parchi Lazio (Portale dei Parchi Regionali), accesso 2025. <https://www.parchilazio.it/>
8. Comune di Campagnano di Roma, Portale Turistico, accesso 2025. <https://turismo.comunecampagnano.it/>
9. Comune di Formello, Portale Ufficiale, accesso 2025. <https://comune.formello.rm.it/>
10. Ministero della Cultura (MiC), accesso 2025. <https://cultura.gov.it/>
11. Movimento Lento (Sloways), accesso 2025. <https://www.movimentolento.it/>

Musei, Fondazioni Culturali e Consorzi di tutela:

12. Arsial - Agenzia Regionale per lo Sviluppo e l'Innovazione dell'Agricoltura del Lazio, accesso 2025. <https://www.arsial.it/>

Blog, Guide e Portali Specializzati:

13. From Blue to Green (Blog), accesso 2025. <https://frombluetogreen.com/>
14. Siti Archeologici d'Italia, accesso 2025. <https://www.sitiarcheologiciditalia.it/>
15. Vivi Campagnano (Portale locale), accesso 2025. <https://vivicampagnano.it/>
16. Romano Impero (Blog storico), accesso 2025. <https://www.romanoimpero.com/>
17. Escursionismo.it (Portale di trekking), accesso 2025. <https://www.escursionismo.it/>

Fonti Storiche e Accademiche:

18. «Iter de Londinio in Terram Sanctam», Matthew Paris, studi e approfondimenti, accesso 2025.
19. «Itinerarium Sigerici», Sigeric the Serious, studi e approfondimenti, accesso 2025.
20. «Leiðarvísir», Nikulás Bergþórsson, studi e approfondimenti, accesso 2025.

Riferimenti Generali e Crediti:

21. Luca CM > The Creative CAT. <https://creative.cat>
22. Wikipedia e le sue fonti correlate per riferimenti incrociati <https://www.wikipedia.org/>
23. Altre origini digitali e cartacee (ricettari, cartografie, diari di viaggio, blog)

N.B. Nella maggior parte dei casi la veridicità delle informazioni sono verificate attraverso la tecnica di controlli incrociati multifonte (specifica ARCA CF).