

Lexicon DOO-025II-039 | Vetralla > Sutri



Itinerario di Pellegrinaggio ↩



Percorso Spirituale ↩



Percorso Storico Culturale Religioso ↩



Percorso Avventura ↩



Percorso Leggende e Folklore ↩



Percorso Saperi ↩

Itinerario

La Tratta da **Vetralla** a **Sutri** si riferisce alla **trentottesima tratta del Percorso Dupont OO** e alla **Tappa 42** delle vie Francigene italiane ([AEVF ufficiale](#)) e “*Mansio*” (tappa) indicata da **Sigerico**, **Matteo da Parigi** e **Nikulás da Munkapverá**. Rappresenta un'immersione profonda nel paesaggio della **Tuscia** viterbese, segnando il passaggio dalle pendici vulcaniche dei **Monti Cimini** alle antiche terre falische dominate da **Sutri**. Con una lunghezza di circa 24 km, la tappa è classificata come di difficoltà Media/Medio-Facile non tanto per singole asperità, quanto per il suo profilo altimetrico costantemente ondulato, un susseguirsi di saliscendi che richiede un buon passo e una discreta resistenza.

Tratta Dupont OO e Francigena:

Distanza: ~24 km | **Dislivello Totale:** Significativo ~(P+450m N-500m) | **Difficoltà:** Medio-Facile

↳Tappa Locale 1: Vico Matrino (~11 KM)

Dislivello: Lieve ~(P+250m N-100m) | **Terreno:** Asfalto, Sentieri Boschivi | **Difficoltà:** Facile

I primi chilometri si sviluppano su strada asfaltata in leggera salita, attraversando la località **Giardino** prima di abbandonare l'abitato. Il percorso si immerge quindi nei boschi alle pendici di **Monte Fogliano**, parte della **Riserva Naturale del Lago di Vico**, alternando sentieri ombreggiati a strade asfaltate. Dopo qualche chilometro, il sentiero scende deciso verso la Strada Statale 2 Via Cassia. Questo punto rappresenta la prima criticità della giornata: l'attraversamento della SS2 è pericoloso a causa del traffico intenso e veloce, anche di mezzi pesanti, e richiede la massima attenzione. Superata la statale, si entra in un vasto nocciolo, al cui interno sorge il sito archeologico di **Vico Matrino**, identificato dalle evocative **Torri d'Orlando**, che segnano la fine di questo primo segmento.

↳Tappa Locale 2: Capranica (~7 KM)

Dislivello: Lieve ~(P+50m N-150m) | **Terreno:** Strade Bianche, Asfalto | **Difficoltà:** Medio-facile

Il cammino prosegue attraverso i noccioli su una combinazione di strade sterrate e tratti asfaltati a basso traffico. Il percorso in questo tratto è caratterizzato da diversi sottopassaggi della linea ferroviaria, che serpeggia parallelamente al cammino. Il paesaggio si apre su ampie vedute della campagna della **Tuscia**. L'avvicinamento a **Capranica** è segnalato da un graduale ritorno alla civiltà, con l'ingresso nella periferia del paese.

↳Tappa Locale 3: Sutri (~6 KM)

Dislivello: Lieve ~(P+150m N-250m) | **Terreno:** Mulattiere, Asfalto | **Difficoltà:** Medio-Facile

la tratta affronta ora una discesa ripida su strada asfaltata per poi imboccare uno dei tratti più affascinanti. Il sentiero si addentra in una serie di profonde e ombrose valli scavate nel tufo, tra cui la nota **Valle Mazzano**. Questo segmento si sviluppa quasi interamente su sentieri e mulattiere, attraversando piccoli corsi d'acqua su ponti di legno. Questa sezione, tuttavia, rappresenta la seconda criticità della tratta: in caso di piogge abbondanti, il sentiero può diventare estremamente fangoso, scivoloso e potenzialmente pericoloso, con rischio di guadi impraticabili. Usciti dalla forra, il paesaggio si apre nuovamente e la città di **Sutri** appare in lontananza, spettacolarmente adagiata sulla sua rupe.

Classificazione di difficoltà escursionistica soggettiva comparata:

- CAI: T
- AEVF: **Medium**
- Stima soggettiva: **Medio-Facile**.
- **Impegno fisico: Basso**. Tratta percorribile facilmente.
- **Difficoltà tecnica: Basso**. Non sono presenti passaggi esposti o tecnicamente complessi. Il tratto nella Valle Mazzano può diventare scivoloso e fangoso in caso di pioggia.
- **Segnaletica:** (Ufficiale | Cartelli | Segnavia) 7/Buona. Il percorso è generalmente ben segnalato.

Suggerimenti:

- **Preparazione:** Tratta percorribile con leggero allenamento.
- **Equipaggiamento:** Trekking. È fondamentale partire da con un'adeguata scorta d'acqua, l'acqua delle fontane di Vetralla è indicata come non potabile.
- **Controllo Meteo:** Verificare le condizioni meteo. Il tratto finale nella forra tra Capranica e Sutri è fortemente sconsigliato e potenzialmente pericoloso dopo forti piogge.

Percorso Spirituale

Vetralla: 9 Duomo di Vetralla (Collegiata di Sant'Andrea e San Francesco)

Punto di interesse Spirituale

Chiesa madre di Vetralla, edificata a partire dal 1711 EC su progetto di Giovan Battista Contini. Domina la piazza principale con la sua imponente facciata settecentesca e rappresenta il cuore della vita religiosa. L'interno, a navata unica con cappelle laterali, custodisce opere di pregio e la statua lignea della Santissima Concezione, portata in processione ogni 25 anni. La sua costruzione, che comportò la demolizione della più antica chiesa di Sant'Andrea, segnò un rinnovamento urbanistico e spirituale per la città.

Accesso: Generalmente aperta, con orari per le funzioni.

Indirizzo: Piazza Umberto I, 01019 Vetralla (VT)

Diocesi: Diocesi di Viterbo

Capranica: 9 Chiesa di San Francesco

Punto di interesse Spirituale

Fondata nel XII secolo e successivamente ampliata, questa chiesa romanica è una delle più importanti di Capranica. L'interno, a tre navate, custodisce opere di varie epoche ma è celebre soprattutto per il magnifico monumento funebre in stile gotico dei gemelli Francesco e Nicola Anguillara, signori di Capranica nel XV secolo.

Accesso: Generalmente aperta.

Indirizzo: Piazza San Francesco, 01012 Capranica (VT)

Diocesi: Diocesi di Civita Castellana

Sutri: 9 Concattedrale di Santa Maria Assunta

Punto di interesse Spirituale e di Accoglienza

Chiesa madre di Sutri e concattedrale della diocesi, questo edificio di origine romanica (XII secolo) è un palinsesto di storia e arte. Sebbene la facciata sia stata rimaneggiata in epoca barocca, conserva il magnifico campanile medievale.

Accesso: Generalmente aperta, con orari per le funzioni.

Indirizzo: Piazza del Duomo, 01015 Sutri (VT)

Diocesi: Diocesi di Civita Castellana

Percorso Storico Culturale Religioso

Vetralla: 9 La Rocca di Vetralla(Resti)

Punto di interesse Storico

I resti della Rocca, che dominano il punto più alto di **Vetralla**, sono la testimonianza del passato medievale della città come fortezza strategica a controllo della **Via Cassia**. Documentata fin dal XII secolo, la fortezza fu a lungo contesa tra le potenti famiglie della **Tuscia**, in particolare i Prefetti di **Vico**, che ne fecero un caposaldo del loro dominio. La sua struttura, con un maschio centrale, mura alte dieci metri e un fossato, era tipica delle fortificazioni feudali. Il suo declino iniziò nel XVI secolo, quando fu trasformata prima in caserma e poi in monastero carmelitano. I bombardamenti del 1944 EC la rasero quasi completamente al suolo, lasciando solo poche, evocative vestigia che narrano secoli di lotte per il potere.

Vico Matrino/Capranica: 9 Le Torri D'Orlando(Vicus Matrini)Punto di interesse Storico e [Leggende](#)

Questo sito archeologico è una delle testimonianze più significative della presenza romana lungo il percorso. Il complesso è composto da due imponenti monumenti funerari del I secolo AEC. e dai resti di una torre campanaria medievale, unica vestigia di un monastero benedettino del X secolo, **Sancta Maria in campis**. La torre funeraria più grande, con base quadrata e corpo cilindrico, testimonia la ricchezza delle famiglie che abitavano le ville della zona. Il sito prende il nome dalla leggenda del paladino **Orlando**, che si dice si accampasse qui.

Sutri: 9 Chiesa della Madonna del Parto - Mitreo di SutriPunto di interesse Storico Religioso Archeologico e [Leggende](#)

Questo è uno dei luoghi più affascinanti e stratificati della zona. Scavato interamente nel tufo, nasce come tomba etrusco-romana, viene poi trasformato in un mitreo per il culto di **Mitra** e infine, nel IV secolo, consacrato come chiesa cristiana. Gli affreschi interni, seppur frammentari, sono di eccezionale interesse e narrano questa transizione religiosa, con figure di santi (tra cui un monumentale San Cristoforo e San Michele Arcangelo) che si sovrappongono a un luogo di culto pagano. Rappresenta la perfetta metafora della cristianizzazione del mondo antico.

Accesso: A pagamento, con ingresso contingentato per motivi di conservazione.

Indirizzo: Via Cassia (Parco Archeologico), 01015 Sutri (VT)

📍 Parco archeologico dell'Antichissima Città di Sutri Necropoli Rupestre

Punto di interesse Storico

Lungo l'antica Via Cassia, di fronte all'anfiteatro, si sviluppa per circa 180 metri una vasta necropoli incastonata nella parete di tufo. Il complesso ospita circa 64 tombe, scavate direttamente nella roccia su più livelli. Le sepolture presentano una notevole varietà tipologica: si osservano tombe a camera singola o doppia, arcosoli e nicchie destinate alle urne cinerarie. Questa diversità testimonia la contemporanea pratica dei riti di inumazione e incinerazione. Sebbene saccheggiate a partire dal Medioevo, ciò che resta ha permesso agli storici di datare l'uso della necropoli dal I secolo AEC. fino al III-IV secolo EC.

La Donazione di 📍 Sutri

Punto di interesse Storico

Sebbene non sia un monumento fisico, la "*Donazione di Sutri*" è l'evento storico che conferisce alla città un'importanza cruciale nella storia europea. Nel 728 EC, il re longobardo **Liutprando**, dopo aver conquistato la città, la donò formalmente non all'Imperatore bizantino, ma direttamente a Papa **Gregorio II**. Questo atto è considerato dagli storici il primo nucleo del **Patrimonium Sancti Petri**, ovvero l'atto fondativo dello **Stato Pontificio**. Camminare a **Sutri** significa quindi trovarsi nel luogo dove ebbe origine il potere temporale dei Papi, un'istituzione che ha plasmato la storia d'Italia e d'Europa per oltre un millennio.

Percorso Avventura

Birdwatching nella Riserva Naturale del **Lago di Vico**

Zona di interesse Avventura

Con le sue zone umide, i canneti e le foreste circostanti, è un'area di eccezionale valore ornitologico e una Zona di Protezione Speciale. Per gli appassionati di birdwatching, rappresenta un'avventura alla scoperta di una ricca avifauna, sia stanziale che migratoria. Armati di binocolo e pazienza, è possibile osservare numerose specie di uccelli acquatici come svassi, aironi e germani reali, ma anche rapaci come il falco pellegrino e il nibbio bruno che nidificano nei boschi. Esistono sentieri e capanni di osservazione specifici per minimizzare il disturbo e massimizzare le possibilità di avvistamento.

Ubicazione: Rive del Lago di Vico, sentieri e capanni di osservazione.

Kayak e Sport Acquatici sul **Lago di Vico**

Zona di interesse Avventura

Esplorare il **Lago di Vico** in kayak o canoa offre una prospettiva unica e avventurosa. Pagaiare sulle acque tranquille del lago permette di apprezzare appieno l'immensità della caldera vulcanica e la lussureggiante vegetazione che la ricopre. È un'attività che unisce lo sforzo fisico alla contemplazione, permettendo di raggiungere angoli nascosti della costa e di godere del silenzio, interrotto solo dai suoni della natura. Diverse strutture lungo le rive offrono il noleggio di attrezzature per sport acquatici.

Ubicazione: Stabilimenti e centri nautici sulle rive del Lago di Vico (Caprarola/Ronciglione).

Capranica: **Antico cippo Via Francigena Cippo del Giubileo del 2000**

Punto di interesse Curiosità

Situato lungo il percorso delle Vie Francigene nei pressi di **Capranica**, questo **cippo** in peperino è una testimonianza moderna della continuità storica e spirituale del cammino. Posizionato in occasione del Grande Giubileo del 2000, segna il passaggio dei pellegrini del nuovo millennio, creando un ponte simbolico tra i viandanti del passato e quelli contemporanei.

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.

📍 **Bosco di Monte Fogliano** Lo Sposalizio dell'Albero

Zona di interesse Leggende & Folklore

Si racconta che... ogni anno, l'8 di maggio, nel cuore del bosco di Montefogliano si celebra il più insolito dei matrimoni. Non si uniscono un uomo e una donna, ma due alberi: una giovane quercia e un cerro secolare, scelti per rappresentare l'intera foresta. Vestiti a festa con ghirlande di fiori, i due "sposi" ricevono la benedizione del sindaco di **Vetralla**, che officia un vero e proprio rito nuziale. Questa cerimonia, che si ripete dal 1470 EC, non è solo una bizzarra tradizione, ma un potente atto politico. La leggenda, infatti, è la memoria storica di un'antica contesa. Nel 1432 EC, Papa **Eugenio IV** donò il bosco ai vetralllesi, ma la vicina e potente **Viterbo** non accettò mai di buon grado questa decisione. Per riaffermare il loro diritto in modo solenne e inequivocabile, i cittadini di **Vetralla** istituirono questo "sposalizio", un atto pubblico che ogni anno, da oltre cinque secoli, dichiara al mondo che il bosco appartiene a loro e che, senza questa cerimonia, il diritto di possesso decadrebbe, tornando ai viterbesi.

📍 **Le Torri D'Orlando** L'Accampamento del Paladino

Punto di interesse Leggende & Folklore e [Storico](#)

Si racconta che... molto tempo fa, quando i paladini di **Carlo Magno** attraversavano l'Italia per difendere la cristianità, il più prode di tutti, **Orlando**, amava sostare in questo luogo. Le antiche torri romane, già allora avvolte dal mistero, divennero il suo rifugio. All'ombra delle grandi querce che circondavano i sepolcri, **Orlando** e i suoi compagni d'arme riposavano, curavano i cavalli e affilavano le spade, sempre pronti a ripartire per nuove avventure. La leggenda popolare ha così ribattezzato questi monumenti pagani, consacrandoli alla memoria dell'eroe. Sebbene la storia ci dica che queste sono tombe romane, la fantasia dei pellegrini e dei cantastorie le ha trasformate per sempre nel campo base del più celebre cavaliere della cristianità. (Tradizione orale locale, elaborata su base storica).

Orlando e la Fontana: La Spada nella Roccia

Punto di interesse Leggende & Folklore

Una leggenda locale, legata alla presenza dei Franchi, narra che il paladino **Orlando**, di ritorno da una battaglia, si fermò nei pressi di Vetralla per riposare. Assetato, non trovando acqua, piantò con rabbia la sua mitica spada, **Durlindana**, in una roccia. Da quel punto esatto sgorgò una sorgente d'acqua purissima. Anche se non vi è una fontana specifica legata al racconto, la storia fa parte del folklore cittadino e serviva a spiegare la ricchezza d'acqua del territorio, ammantando di epica la fondazione di una fonte. (Racconti e leggende popolari del viterbese).

La Fondazione Divina di **☛ Sutri: La Città di Saturno**

Punto di interesse Leggende & Folklore

Si racconta che... agli albori del tempo, quando gli dei camminavano sulla terra, **Saturno**, padre di **Giove**, fu detronizzato e cacciato. Giunse in **Italia**, dove fondò un regno di pace e abbondanza, un'Età dell'Oro. Per la sua capitale, scelse un luogo speciale: uno sperone di tufo fertile e imprendibile. Lì fondò una città che da lui prese il nome etrusco di **Sutrinas**. Per questo motivo, ancora oggi, lo stemma della città di **Sutri** raffigura il dio **Saturno** a cavallo, che al posto della falce brandisce un fascio di spighe di grano, simbolo eterno della prosperità che donò a questa terra "antichissima". (Mito fondativo della città).

☛ Chiesa della Madonna del Parto - Mitreo di Sutri **Il Culto Segreto di Mitra**

Punto di interesse Leggende e [Storico Religioso](#) Archeologico

Nelle viscere della terra di Sutri, lontano dalla luce del sole, i soldati romani celebravano un dio venuto da Oriente: **Mitra**. Si diceva fosse nato da una roccia, armato di pugnale e torcia, simbolo della luce che vince le tenebre. Il suo era un culto per soli uomini, un percorso iniziatico fatto di sette gradi e prove di coraggio. Nel segreto del **Mitreo**, gli adepti banchettavano sui banchi di pietra, rievocando il sacrificio del toro primordiale il cui sangue, secondo il mito, aveva generato la vita sulla Terra. Leggende narrano di rituali notturni, di giuramenti di fratellanza e di un sapere esoterico che prometteva la salvezza dell'anima. Con l'avvento del Cristianesimo, il dio solare fu dimenticato, ma la sua eco rimase intrappolata nel tufo, trasformata nella devozione per una nuova madre divina. (Studi sull'archeologia dei culti mitraici e tradizioni locali riportate da guide turistiche).

* Rielaborazioni e storytelling: Luca CM (CreativeCAT)

Percorso Saporì

Il percorso Saperi

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: Vetralla > Sutri

Questa sezione della Tuscia Viterbese celebra una gastronomia di sostanza, legata alla stagionalità e ai prodotti a chilometro zero. I primi piatti sono spesso a base di pasta fresca fatta in casa, come i "cechi" di Capranica, conditi con sughi robusti. Le zuppe, come l'acquacotta o quella di ceci e castagne, rappresentano il comfort food per eccellenza, piatti unici nutrienti e saporiti. Tra i secondi, dominano le carni, in particolare l'agnello, e i salumi artigianali. I dolci, semplici e genuini, vedono quasi sempre la presenza della nocciola, utilizzata per creare i famosi tozzetti.

Prodotti, Preparati e Cibi generici della zona:

Castagna dei Monti Cimini
Nocciole dei Monti Cimini
Tartufo Nero Estivo (Scorzzone)

Prodotti e Preparati Locali:

Fagiolo di Sutri (PAT): Fagiolo borlottedo di grandi dimensioni - **Sutri e zone limitrofe**
Susianella (PAT): Insaccato - **Viterbo e zone limitrofe**
Pecorino in grotta del viterbese (PAT): Formaggio - **Viterbo e zone limitrofe**

Piatti tradizionali:

Tozzetti con le Nocciole

Tipico di: Viterbo e Monti Cimini.

Reperibile in: Viterbo, Vetralla, e gran parte della Tuscia.

I **Tozzetti con le Nocciole** sono biscotti secchi croccanti, simili ai cantucci, ma realizzati con le pregiate Nocciole Romane DOP al posto delle mandorle.

Composizione: Farina, uova, zucchero, Nocciola Romana DOP intere e tostate, lievito, scorza di limone.

Preparazione: Si crea un impasto con tutti gli ingredienti, a cui si incorporano le nocciole. Si formano dei filoncini che vengono cotti in forno. Una volta cotti e ancora caldi, i filoncini vengono tagliati a fette diagonali e rimessi in forno per qualche minuto per la "biscottatura", che li rende croccanti. Sono ideali da inzuppare nel vin santo o in un vino dolce locale.

Cechi di Capranica (Strozzapreti)

Tipico di: Capranica e dintorni

Reperibile in: Capranica e zone limitrofe (spesso preparati in casa).

Con il nome locale di "cechi" (o "cecignoli"), a Capranica si indica una pasta fresca semplice, fatta a mano solo con acqua e farina, simile agli strozzapreti o ai picci. Pasta rustica e porosa, ideale per trattenere sughi semplici ma saporiti.

Composizione: Per la pasta: farina di grano duro (o un mix con farina 00), acqua tiepida, sale. Per un condimento tipico: pomodoro fresco, aglio, basilico, olio extra vergine d'oliva e pecorino locale.

Preparazione: Si impasta la farina con acqua e sale fino a ottenere un panetto liscio. Si lascia riposare, poi si prelevano piccoli pezzi di impasto e si arrotolano a mano sulla spianatoia per formare dei cordoncini irregolari, lunghi circa 5-6 cm. Si cuociono in abbondante acqua salata e si condiscono con sughi semplici che ne esaltino la consistenza, come un sugo di pomodoro e basilico o la classica cacio e pepe.

Fagioli di Sutri "alla Ghiottona"

Tipico di: Sutri

Reperibile in: Sutri e dintorni, specialmente durante la sagra di settembre.

Piatto simbolo della gastronomia sutrina, che esalta il sapore del fagiolo locale PAT. Una preparazione in umido, ricca e saporita, perfetta come piatto unico o contorno robusto. La leggenda vuole che anche Carlo Magno ne fosse un grande estimatore.

Composizione: Fagioli di Sutri (borlotti), passata di pomodoro, aglio, cipolla, sedano, salvia, olio extra vergine d'oliva, sale, pepe, peperoncino (facoltativo).

Preparazione: Si prepara un soffritto con aglio, cipolla e sedano in olio d'oliva. Si aggiungono i fagioli (precedentemente ammollati e lessati) e la passata di pomodoro. Si lascia cuocere a fuoco lento, aggiungendo salvia e peperoncino, finché il sugo non si è addensato e i sapori non si sono amalgamati. Piatto tradizionalmente servito caldo con fette di pane casereccio tostato.

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 Viterbo - Regione ecclesiastica: Lazio, Piazza San Lorenzo, 9a, 01100 Viterbo (VT). Accesso 2025. <https://www.diocesiviterbo.it/>
4. Diocesi di Civita Castellana - Regione ecclesiastica: Lazio, Piazza Matteotti 27, 01033 Civita Castellana (VT). Accesso 2025. <https://www.diocesicivitacastellana.it/>
5. BeWeB - Beni Ecclesiastici in Web, Conferenza Episcopale Italiana, accesso 2025. <https://www.beweb.chiesacattolica.it/>

Enti Locali e Turistici:

6. Comune di Capranica, Portale Ufficiale, accesso 2025. <https://comune.capranica.vt.it/>
7. Comune di Sutri, Portale Ufficiale, accesso 2025. <https://comune.sutri.vt.it/>
8. Visit Lazio (Portale Turistico della Regione Lazio), accesso 2025. <https://www.visitlazio.com/>
9. Parchi Lazio (Portale dei Parchi Regionali), accesso 2025. <https://www.parchilazio.it/>

Musei, Fondazioni Culturali e Consorzi di tutela:

10. Soprintendenza Archeologia, Belle Arti e Paesaggio per la provincia di Viterbo e per l'Etruria meridionale, accesso 2025. <https://sabapviterboetruria.cultura.gov.it/>
11. Arsial - Agenzia Regionale per lo Sviluppo e l'Innovazione dell'Agricoltura del Lazio, accesso 2025. <https://www.arsial.it/>

Blog, Guide e Portali Specializzati:

12. A Zonzo con Zazzu (Blog), accesso 2025. <https://azonzoconzazzu.com/>
13. I Luoghi del Silenzio (Blog), accesso 2025. <https://www.iluoghidelsilenzio.it/>
14. Un Veneto in Viaggio (Blog), accesso 2025. <https://unvenetoinviaggio.it/>
15. Tuscia Turismo (Portale Turistico), accesso 2025. <https://www.tusciaturismo.com/>

Fonti Storiche e Accademiche:

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

Riferimenti Generali e Crediti:

19. Luca CM > The Creative CAT. <https://creative.cat>
20. Wikipedia e le sue fonti correlate per riferimenti incrociati <https://www.wikipedia.org/>
21. 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).