



Ph. Intraordinario

The Taste Trail / La Route du Goût / La Via del Gusto

Via Francigena and Parmigiano Reggiano: a thousand-year-long journey

Walking the Via Francigena in the area of Parma means travelling through the kingdom of Parmigiano Reggiano. It is not just any cheese. It is a more than nine-century-old story, cherished in a multi-faceted and unique product. It is possible to assume that the Archbishop of Canterbury Sigeric could already taste a chunk of the ancestor of Parmigiano Reggiano – i.e., the *Caseus Parmensis* – on his way back from Rome in 990. Basically, the making of this cheese has never changed since the Middle Ages: the same ingredients (milk, salt and rennet), the same craftsmanship and almost the same making process, which has been completely natural and with no additives ever since.

A story, that of the Via Francigena and Parmigiano Reggiano, which has been intertwining since the 9th century and which put the two in the spotlight of a project in 2017. In

that year, the European Association of the Via Francigena ways, the Consortium of Parmigiano Reggiano and Studio Guidotti – expert partner of the Association – launched the project “Stop & Taste”. The concept underpinning the project was to allow pilgrims to get to know the real taste and unique features of this cheese directly at dairy farms scattered throughout the thirteen Municipalities in the area of Parma situated along the Via Francigena. The focus of the first part of the

project was on dairy farms as stop-off places where to discover the cheese manufacturing phases. The second part of the project aimed to pinpoint Parmigiano Reggiano tasting points and outlets along the section of the Via Francigena from Fidenza to the Cisa Pass, where pilgrims can now taste Parmigiano Reggiano in various aging stages and discover its biodiversity without getting off their route.

A further piece of the jigsaw will be added in 2021: pilgrims who will have their pilgrim passport stamped at the three Tourist Offices in Fidenza, Fornovo and Berceto will receive a single serving of Parmigiano Reggiano. A unique opportunity to taste a kind of food that is universally appreciated for its basic qualities; in fact, this cheese is pilgrims' best friend because it is a source of ready-to-use energy. Pilgrims will also be given a "Stop & Taste" map showing useful addresses along the Fidenza – Cisa Pass section; this useful tool is also available on the website and on the official App of the European Association of the Via Francigena ways, as well as on the pages dedicated to the "Stop & Taste" project.

Parmigiano Reggiano features are numerous and all related to its intrinsic qualities: digestibility, high content of bio-available calcium, absence of additives and preservatives, source of minerals. Thanks to its manufacturing process, it is also naturally lactose-free already after 48 hours because all the sugar (lactose) is transformed into lactic acid by lactic bacteria. Thanks to its characteristics, Parmigiano Reggiano is an essential kind of food in everybody's diet, from children to elderly people, and is perfect for people taking physical effort because it provides loads of completely natural energy.

The history of Parmigiano Reggiano starts in the Middle Ages, when Benedictine and Cistercian monks first produced it, trying to create a long-lasting cheese. They got this result by drying the cheese and making bigger wheels: in this way, the product could preserve longer and travel along the main transport routes of that time, including the Via Francigena, going farther and farther from its production area. Due to this characteristic, Parmigiano Reggiano has been able to spread worldwide over the centuries, becoming the symbol of agri-food Made in Italy.

"For over 900 years, Parmigiano Reggiano has been accompanying pilgrims along the Via Francigena", says Nicola Bertinelli, president of the Consortium Parmigiano Reggiano. "Our cheese is a symbol of tradition as well as an extremely contemporary product that is in tune with a healthy and dynamic lifestyle. Thanks to the project "Stop & Taste",

pilgrims can now refresh at our dairy farms to taste a product that not only is delicious, but it is also a source of ready-to-use energy before, during and after any physical effort".

FR

Via Francigena et Parmigiano Reggiano : un voyage qui dure depuis mille ans

Emprunter la Via Francigena dans la province de Parme c'est faire un voyage au royaume du Parmigiano Reggiano. Ce n'est pas un simple fromage, mais l'histoire d'un produit aux multiples facettes qui dure depuis neuf siècles. Il est raisonnable de penser que, pendant son retour de Rome en 990, l'archevêque Sigéric de Canterbury a pu goûter un morceau de l'ancien *Caseus parmensis*, le Parmigiano Reggiano originaire, dont la préparation n'a presque changé depuis le Moyen Âge : les mêmes ingrédients (du lait, du sel et de la présure), la même maîtrise artisanale et presque le même processus de réalisation, qui est encore aujourd'hui complètement naturel et sans aucun ajout d'additifs.

Une histoire, celle de la Via Francigena et du Parmigiano Reggiano, qui s'entrelace depuis le IX^e siècle et arrive jusqu'à nos jours, en faisant les deux protagonistes d'un projet commencé en 2017.



Cette année-là, l'Association Européenne des chemins de la Via Francigena, le Consortium du Parmigiano Reggiano et le Studio Guidotti – partenaire expérimenté de l'Association – donnent vie au projet « S'arrêter & Goûter », conçu pour permettre aux pèlerins de connaître le goût, les vertus et les caractéristiques uniques de ce fromage directement chez les fromageries parsemées dans le territoire des treize Communes de la Province de Parme situées le long de la Via Francigena. La première partie du projet s'est focalisée sur les laiteries, en tant que lieux d'accueil pour les visiteurs, où il est possible de découvrir les phases de fabrication du fromage. La deuxième partie s'est focalisée sur l'individualisation de points de dégustation et vente du Parmigiano Reggiano tout au long du tronçon qui va de Fidenza au Col de Cise : ici, les pèlerins peuvent goûter du Parmigiano Reggiano aux différents degrés d'affinage ainsi qu'apprécier sa biodiversité sans s'éloigner de la route.

Une autre pièce du puzzle va s'ajouter en 2021 : les pèlerins qui feront tamponner leur crédenciale chez les trois Offices de Tourisme de Fidenza, de Fornovo et de Berceto recevront une portion individuelle de fromage Parmigiano Reggiano. Ce sera une occasion unique pour se restaurer en goûtant un aliment qui est universellement apprécié pour ses qualités

fondamentales ; en effet, ce fromage est un allié indispensable des pèlerins, qui nécessitent toujours d'énergie prête à l'emploi. Les pèlerins recevront également une carte « S'arrêter & Goûter » avec l'indication d'adresses utiles le long du tronçon Fidenza – Col de Cise. La carte est également disponible sur le site et sur l'Application de référence de l'Association Européenne des chemins de la Via Francigena ainsi que dans les pages dédiées au projet « S'arrêter & Goûter ».

Les propriétés du Parmigiano Reggiano sont nombreuses et toutes liées aux qualités intrinsèques du produit : digestibilité, forte teneur en calcium biodisponible, absence d'additifs et d'agents de conservation, source de minéraux. Grâce à son pro-

cessus de fabrication, il est naturellement exempt de lactose déjà 48 heures après sa création, vu que tout le sucre (lactose) est transformé en acide lactique par des bactéries lactiques. Grâce à ses caractéristiques, le Parmigiano Reggiano est un aliment essentiel dans le régime de tout le monde, des plus petits aux plus âgés ; c'est l'aliment idéal pour ceux qui aiment l'effort physique parce il peut fournir une charge d'énergie complètement naturelle.

L'histoire du Parmigiano Reggiano commence au Moyen Âge : les moines Bénédictins et Cisterciens en ont été les premiers producteurs, étant à la recherche d'un fromage capable de se conserver longtemps. Ils ont obtenu ce résultat en séchant la pâte du fromage et en augmentant la dimension des meules. Le produit a ainsi été capable de se conserver et de parcourir les voies de communication principales de l'époque, y compris la Via Francigena, ce qui lui a permis de s'éloigner de sa zone d'origine. Grâce à cette caractéristique, le Parmigiano Reggiano a pu se diffuser pendant les siècles et dans le monde entier, devenant l'expression la plus authentique du Made in Italy agroalimentaire.

« Depuis plus de 900 ans le Parmigiano Reggiano accompagne les pèlerins le long de la Via Francigena » affirme Nicola Bertinelli, président du Consortium Parmigiano Reggiano. « Notre fromage est non seulement un symbole de la tradition, mais aussi un produit extrêmement contemporain qui s'accorde bien avec un mode de vie sain et dynamique. Grâce au projet « S'arrêter et Goûter », les pèlerins peuvent maintenant se restaurer chez nos fromageries et goûter un aliment délicieux, qui est aussi une source d'énergie prête à consommer avant, durant et après n'importe quel effort physique ».

IT

Via Francigena e Parmigiano Reggiano: un viaggio lungo mille anni

Attraversare la Via Francigena nel Parmense rappresenta un viaggio nel regno del Parmigiano Reggiano. Non si tratta di un semplice formaggio, ma di una storia lunga oltre nove secoli che si incarna in un prodotto unico dalle molteplici sfaccettature. È possibile ipotizzare che, all'epoca del suo viaggio di ritorno da Roma nell'anno 990, l'arcivescovo Sigerico di Canterbury abbia potuto assaggiare una forma pri-



PARMIGIANO REGGIANO

Sosta & Gusta

Una sosta di energia con il Parmigiano Reggiano.
Chiedilo qui!

An energy break with Parmigiano Reggiano.
Ask for it here!

VIA FRANCIGENA
road to Rome

migenia di Parmigiano Reggiano, il *Caseus parmensis*, la cui lavorazione è rimasta sostanzialmente invariata dal Medioevo a oggi: stessi gli ingredienti (latte, sale e caglio), stessa la cura artigianale e quasi immutata la tecnica di realizzazione, grazie alla scelta di conservare una produzione del tutto naturale e priva di additivi. Una storia, quella della Via Francigena e del Parmigiano Reggiano, che si intreccia dal IX secolo sino ad arrivare ai nostri giorni, rendendoli i protagonisti di un progetto che prende il via nel 2017. In questo anno, infatti, l'Associazione Europea delle Vie Francigene, il Consorzio del Parmigiano Reggiano e lo Studio Guidotti, expert partner dell'Associazione, hanno dato vita al progetto "Sosta & Gusta", pensato per permettere ai pellegrini di conoscere sempre di più la bontà e le caratteristiche uniche di que-

sto formaggio presso le strutture produttive che disseminano i tredici comuni parmensi coinvolti lungo la Via Francigena. La prima parte del progetto ha visto protagonisti i caseifici come luoghi di accoglienza per i visitatori, in cui scoprire le fasi di lavorazione del prodotto. Nella seconda, si sono individuati i punti di ristoro e vendita del Parmigiano Reggiano ubicati sull'itinerario francigeno nel tratto da Fidenza al Passo della Cisa, in cui i pellegrini possono assaporare le diverse stagionature e la biodiversità senza discostarsi dal tracciato.

Nel 2021 si aggiunge un ulteriore tassello: ai pellegrini che si fermeranno a timbrare la Credenziale presso i tre IAT di Fidenza, Fornovo e Berceto, verrà infatti distribuita una porzione monodose di Parmigiano Reggiano. Questa sarà un'occasione unica per ristorarsi assaporando un alimento che, universalmente riconosciuto per le sue qualità fondamentali, è un alleato irrinunciabile dei pellegrini nel loro costante bisogno di energia pronta all'uso. Ai pellegrini verrà inoltre fornita una cartina "Sosta & Gusta" con la segnalazione di vari indirizzi del percorso Fidenza - Passo della Cisa: un utile strumento consultabile sul sito e sull'App di riferimento dell'Associazione Europea delle Vie Francigene e nelle pagine dedicate al progetto Sosta & Gusta.

Le proprietà del Parmigiano Reggiano sono molteplici e tutte legate alle qualità intrinseche del prodotto: digeribilità, alto contenuto di calcio presente in forma biodisponibile, assenza di additivi e conservanti, fonte di minerali. Grazie al suo processo produttivo, è anche naturalmente privo di lattosio già dopo 48 ore dalla nascita, dal momento che tutto lo zucchero (lattosio) viene trasformato in acido lattico a opera dei batteri lattici. Per queste caratteristiche, il Parmigiano

Reggiano è un alimento essenziale nella dieta di tutti, dai più piccoli agli anziani, ideale per chi si sottopone a uno sforzo fisico perché vi può trovare una carica di energia totalmente naturale.

La storia del Parmigiano Reggiano comincia nel Medioevo: i monaci Benedettini e Cistercensi ne furono, infatti, i primi produttori, spinti dalla ricerca di un formaggio che avesse una caratteristica su tutte: quella di durare nel tempo. Ottennero questo risultato asciugando la pasta e aumentando le dimensioni delle forme, consentendo così al prodotto di conservarsi e di viaggiare sulle principali vie di comunicazione dell'epoca, Via Francigena inclusa, allontanandosi dalla zona di nascita. Questa caratteristica è stata la fortuna del Parmigiano Reggiano, che così ha potuto diffondersi lungo i secoli in tutto il mondo, diventando espressione autentica, diciamo oggi, del Made in Italy agroalimentare.

"Da oltre 900 anni il Parmigiano Reggiano accompagna i pellegrini lungo la via Francigena", afferma Nicola Bertinelli, presidente del Consorzio Parmigiano Reggiano. "Il nostro formaggio è un'icona della tradizione, ma allo stesso tempo è un prodotto estremamente contemporaneo, in linea con uno stile di vita sano e dinamico. Grazie al progetto 'Sosta & Gusta', i pellegrini possono ora ristorarsi presso i nostri caseifici, assaporando un alimento che non solo è delizioso, ma rappresenta anche una riserva di energia ready-to-use prima, durante e dopo ogni sforzo fisico".



Sosta & Gusta 2021