

La Val di Rabbi alla scoperta dei segreti e delle virtù del tarassaco Torna lo Zicoria FestiVal di Sole tra tradizione e benessere

Dal 24 aprile al 3 maggio si svolgerà la sesta edizione della rassegna dedicata alle peculiarità (curative e culinarie) del tarassaco, più conosciuto come cicoria selvatica, e di altre erbe spontanee: due week-end con escursioni guidate, laboratori creativi e appuntamenti gastronomici. Sacco: "Attorno a un elemento semplice costruiamo un'esperienza condivisa, che valorizza il territorio e il lavoro della comunità"

Rabbi (TN), 10 aprile 2026 – In Val di Sole la primavera ha il sapore autentico e lievemente speziato del tarassaco, pianta millenaria dai tanti nomi (cicoria selvatica, dente di leone, soffione). Da queste parti è noto come "Zicoria" ed è il protagonista indiscusso di una rassegna ad hoc: lo **Zicoria FestiVal di Sole**, giunto alla sua sesta edizione, che ne declina le innumerevoli virtù (curative e culinarie) in un programma dinamico che per due fine settimana (**dal 24 al 26 aprile e dal 1° al 3 maggio**) trasformerà la Val di Rabbi in un laboratorio a cielo aperto, intrecciando benessere naturale e tradizioni contadine.

Noto fin dall'antichità per le sue proprietà medicamentose, il tarassaco racchiude nel nome la sua missione: dal greco tarakè (agitazione) e akos (rimedio), è un potente alleato depurativo, digerente e antiossidante. Durante il festival, questa "erba miracolosa" verrà celebrata non solo per i benefici fisici, ma anche per la sua eccezionale versatilità: dalle radici ai petali, il tarassaco è infatti un ingrediente diffusamente utilizzato in cucina, dagli antipasti ai dessert, oltre che per decotti e tisane.

"Abbiamo costruito un modello di evento che non si limita a celebrare un prodotto, ma lo rende tangibile attraverso il lavoro di chi vive la valle ogni giorno," spiega **Fabio Sacco, direttore dell'ApT Val di Sole**. "Mettere a sistema tanti esperti e professionisti che conoscono alla perfezione il tarassaco e le sue caratteristiche significa trasformare una risorsa spontanea della nostra terra in un'opportunità concreta di crescita e identità. Chi partecipa non è un semplice spettatore, ma entra a far parte di una filiera di saperi che è la vera forza del nostro territorio".

Il programma si sviluppa su due weekend con attività diffuse sul territorio. **Venerdì 24 aprile** si parte con le esperienze all'Agritur Ruatti, dedicate all'agricoltura di montagna e ai prodotti locali, e al Maso Fior di Bosco, dove una passeggiata guidata introduce al riconoscimento e alla raccolta delle erbe spontanee, seguita da un laboratorio pratico per la preparazione dei canederli. **Sabato 25 aprile** spazio alle attività per famiglie con laboratori didattici per bambini e, in serata, musica con Nadia e la sua fisarmonica il tutto organizzato dal gruppo Avis di Rabbi. **Domenica 26 aprile** la giornata ruota attorno al Mercatino di Primavera in località Plan, affiancato da un'attività di approfondimento sulle erbe spontanee.

Il secondo weekend si apre **venerdì 1° maggio** con laboratori di pasticceria dedicati ai sapori primaverili e nuove esperienze all'Agritur Ruatti. **Sabato 2 maggio** propone escursioni guidate nei prati per la raccolta delle erbe con "Andar per monti – Quel mazzolin di fiori", visite alla Segheria Veneziana dei Bégoi con dimostrazione del funzionamento storico, passeggiate a piedi nudi nei prati guidati da una esperta naturopata e pranzo in malga presso la Malga Monte Sole con menù a base di erbe spontanee e birre artigianali locali. **Domenica 3 maggio** la rassegna si chiude con le visite al Casél di Somrabbi, dedicate alla tradizione casearia trentina.

In questa cornice si inserisce **Magnamour Primavera**, la rassegna gastronomica che celebra la cucina del territorio con menù inediti proposti da diversi ristoranti locali della Val di Sole e della Val di Non. In occasione dei due week-end dello Zicoria FestiVal di Sole, sarà infatti possibile assaggiare una serie di piatti legati al tema delle erbe spontanee e ai fiori abbinati alla birra artigianale dei birrifici soci della Strada della Mela. D'altronde, il nome della manifestazione, l'unione delle parole "Mangiare" e "Amore", è un invito a scoprire la stagione primaverile con tutti i sensi, tra ingredienti di qualità e abbinamenti particolari.

Queste le strutture aderenti in Val di Sole: agritur Volpaia a Vermiglio, Maso Fior di Bosco a Rabbi, osteria Alla corte dei Toldi a Terzolas. Queste, invece, quelle in Val di Non: Antica trattoria a Cles, ristorante Alla Pineta a Tavon di Predaia, osteria Casa de Gentili a Sanzeno, ristorante Viridis a Cagnò di Novella. Lo Zicoria FestiVal di Sole rientra inoltre nel ricco calendario di **Aprile Dolce Fiorire**, manifestazione organizzata dalla Strada della Mela e delle Valli di Sole e Non che celebra lo spettacolare fenomeno della fioritura dei meli.

Il programma completo della sesta edizione dello Zicoria FestiVal di Sole (organizzato da Apt Val di Sole) è disponibile su <https://www.visitvaldisole.it/it/eventi/zicoria-festival-di-sole>

FOTO: <https://drive.google.com/drive/u/3/folders/1-uSAthMSZT7imrfDjhez6O7cuRO1O4FY>