



Il Viaggiatore Magazine – Active Park Piz La Ila – La Villa – Alta Badia, Bolzano

Nel cuore dell'**Alta Badia** ristoranti, bar e rifugi sono protagonisti di una stagione all'insegna del gusto, tra tradizione altoatesina e voglia di leggerezza e benessere, con particolare attenzione alle esigenze degli sportivi, specialmente al **Boè**. L'edizione 2017 di "**In vetta con gusto**" offre una tavolozza di menù stellati dedicati ai colori dell'arcobaleno, mentre in tutta l'Alta Badia si propongono serate dal format creativo e originale.

Una quindicina di **rifugi** con vista sulle montagne, raggiungibili comodamente con una **rete di sentieri** nel verde, un **calendario di appuntamenti** dedicati alla **gastronomia in quota**, un'altissima concentrazione di **ristoranti segnalati** dalle migliori guide di settore. **Movimënt** non è solamente un'**oasi immersa nella natura** dell'Alta Badia, dove vivere tante esperienze, tra sport e attività all'aperto: l'altopiano, raggiungibile solo con gli impianti di risalita, offre l'occasione di scoprire i **profumi e i sapori ladini** in una cornice di assoluta bellezza.



Il Viaggiatore Magazine – Piz Boè Alpine Lounge – Corvara – Alta Badia, Bolzano

Dopo avere assaporato **il piacere di un'escursione o una pedalata** in sella alle mtb o alle nuove e-bike attraverso gli scenari delle **Dolomiti** e del **Sella** è il momento di una **sosta** in rifugio, per conoscere i sapori, i profumi e i colori della tavola locale in compagnia di amici e famiglia. **Al Piz Sorega, al Piz La Ila, al Col Alt, al Pralongià e al Boè** si trovano bar e ristoranti dove gustare le **ricette del territorio**, in particolare i canederli, gnocchi di pane farciti con speck e cotti nel brodo, i "cajencí", mezzelune ripiene di spinaci, o bietola, e ricotta, le "tutres", tortelli fritti ripieni di

spinaci e ricotta, e dolci come lo strudel o i krapfen, il tutto accompagnato da ottimi vini altoatesini. In particolare al **Boè**, l'area preferita dagli escursionisti e dagli amanti dello sport, ricca di sentieri con vari livelli di difficoltà: qui, a 2.700 metri, si può approfittare delle proposte del rifugio **Piz Boé Alpine Lounge** che ha appositamente ideato un **piatto speciale** con pollo e verdure fresche, formaggio locale e noci, per una **pausa leggera**, una **parentesi di gusto** tra una passeggiata e una corsa fitness. Da associare, magari, a una centrifuga, un pieno di energia per ricaricare le pile.



Il Viaggiatore Magazine – Piz Sorega Bear Park – San Cassiano – Alta Badia, Bolzano

Per tutta l'estate torna **"In vetta con gusto"**, che quest'anno ha scelto il **tema dell'arcobaleno**. L'edizione 2017, **dal 17 giugno al 24 settembre**, vuole dare enfasi proprio ai colori in cucina, creando una tavolozza di proposte: **8 chef stellati**, abbinati ad **8 rifugi** lungo i sentieri dell'Alta Badia, hanno scelto ciascuno il proprio colore. Il verde delle verdure ricche di clorofilla, l'arancione e giallo degli agrumi e degli alimenti contenenti beta-carotene e vitamina C, il blu e il viola di frutti di bosco, melanzane e cavoli rossi, potenti antiossidanti, il rosso di pomodori, fragole, rabarbaro e peperoni, dall'effetto vitale ed energetico. Un modo per esplorare il legame tra alimentazione e colori, puntando a un menu che valorizzi **leggerezza e benessere**, perfetto anche per gli **sportivi**.



Il Viaggiatore Magazine – Piz Boè – Corvara – Alta Badia, Bolzano

Cinque degli otto rifugi partecipanti all'iniziativa si trovano nell'area Movimënt (Ütia de Bioch, Col Alt, Cröp de Munt, Pralongiá e I Tablà), e sono facilmente raggiungibili

con le cabinovie **Piz La Ila, Piz Sorega, Col Alto e Boé.**

Un altro format molto particolare è **“Tra scienza e gastronomia”**: venerdì 21 e lunedì 28 luglio appuntamento al **Museo dedicato all’orso ladino**, a San Cassiano, per un aperitivo o una cena nelle sale del museo. Tra un drink e una delizia preparata dai ristoratori locali si potrà passeggiare tra le sale in compagnia di geologi e naturalisti, che racconteranno le meraviglie del territorio e **i segreti dell’orso**, protagonista anche del Bear-Park Movimënt con minigolf al Piz Sorega . Parteciperanno anche gli **chef dei ristoranti stellati** della zona, **St. Hubertus a San Cassiano** (2 stelle Michelin) **La Siriola**, sempre a **San Cassiano**, e **La Stüa de Michil**, a **Corvara** (entrambi 1 stella).