



ACCADEMIA DELLE ERBE DI MONTAGNA

Passo Monte Croce Carnico · Plöckenpass

COMUNICATO STAMPA

LA SECONDA GIORNATA PUBBLICA · 29 AGOSTO 2026

La pioggia cambia il percorso, non la giornata: il secondo raduno dell'Accademia delle Erbe di Montagna al Passo Monte Croce Carnico

Ventisei partecipanti, un'escursione botanica sotto la pioggia, una lezione improvvisata nella stalla di una malga e un pranzo che ha attraversato una trentina di erbe, bacche e resine del Passo

Passo Monte Croce Carnico, sabato 29 agosto 2026 — a quattro settimane dal suo primo grande raduno, l'Accademia delle Erbe di Montagna è tornata sul valico che collega la Carnia italiana alla Val Lesach e alla Gailtal austriache per la sua seconda giornata pubblica. Ventisei partecipanti, provenienti da entrambi i versanti, hanno preso parte all'escursione botanica e al pranzo gastronomico che ha chiuso la giornata.

La mattina non ha concesso il tempo che ci si augurava. La pioggia ha accompagnato il gruppo lungo i sentieri del Passo fin dalle prime battute e, invece di interrompere l'escursione, ha finito per darle una forma nuova. Con il consenso del proprietario, le spiegazioni botaniche sono state trasferite e sviluppate al riparo, nella stalla di una malga poco distante dal Passo: un ambiente di lavoro vero, tra la legna accatastata e gli attrezzi, che si è rivelato una cornice sorprendentemente adatta al racconto delle erbe di montagna.



L'escursione botanica lungo i sentieri del Passo, sotto la pioggia.

È lì che le due erboriste dell'Accademia — Ursula Puntel, di Cleulis nella Valle del But, e Klara Obernosterer, della Val Lesach e della Gailtal — hanno dato il meglio. Le loro spiegazioni, professionali e complementari, hanno intrecciato la lettura botanica delle specie con gli usi tradizionali, curativi e alimentari, delle due valli: due scuole di sapere che si completano a vicenda invece di sovrapporsi. Perché tutti i partecipanti potessero seguire nella propria lingua, la traduzione è stata assicurata da Ingo Ortner.



Le spiegazioni proseguono al riparo, nella stalla di una malga vicina al Passo.



Klara Obernosterer e Ursula Puntel, le erboriste dell'Accademia delle Erbe di Montagna.

Rientrato al Ristorante Al Valico, il gruppo ha ritrovato in cucina le stesse specie raccolte poco prima: mazzi di finocchiella, piantaggine, ortica e bacche di rosa canina, disposti sui banchi come un erbario di lavoro prima ancora che come ingredienti.



In cucina, le erbe raccolte in mattinata.



Finocchiella, piantaggine, ortica e bacche di rosa canina.



Lo chef Fabrizio Damiano Casali, l'alchimista delle erbe di montagna dell'Accademia.

Il pranzo, presentato piatto per piatto in sala, ha attraversato l'intero repertorio: dall'entrée «La mucca... il fieno» alla sfera friabile con spuma di ricotta alle quindici erbe e polline, dai tortelli di bacche di sambuco fermentato e camomilla selvatica alla jambonette di faraona con umami di rosa canina, resina di pino e gel di ginepro, fino alla meringa con gelato alla foglia di noce. Il menu completo, con l'elenco di tutte le erbe utilizzate — nomi italiani, tedeschi e botanici, piatto per piatto — è riportato in allegato.



La presentazione dei piatti ai tavoli.



Ogni portata è stata introdotta in sala.



L'entrée: «La mucca... il fieno».



Il millefoglie di burro montato alla corteccia di faggio.



La sfera friabile con spuma di ricotta alle quindici erbe e polline.



La zuppa di fieno con ciccioli croccanti all'aceto di aglio vittoriale.



I tortelli di bacche di sambuco fermentato e camomilla selvatica.



La jambonette di faraona, con rosa canina, resina di pino e ginepro.



La meringa con gelato alla foglia di noce e crumble salato alla menta d'acqua.

Il numero contenuto dei partecipanti — ventisei, contro i quaranta della prima giornata — si è rivelato un vantaggio: ha permesso un contatto diretto con le erboriste, domande a voce alta lungo il sentiero e, a tavola, una conversazione che ha continuato la mattinata invece di chiuderla.



La sala del Ristorante Al Valico, al termine dell'escursione.

Con questa seconda giornata l'Accademia delle Erbe di Montagna chiude la sua prima stagione pubblica al Passo. Due appuntamenti in un mese, un centinaio di persone rimaste in lista d'attesa dopo il primo, e la conferma che un patrimonio botanico condiviso tra Carnia e Carinzia — uno dei punti d'incontro più preziosi tra la flora alpina e quella illirica — trova pubblico quando viene raccontato da chi lo pratica ogni giorno. Il maltempo del 29 agosto, e la malga che lo ha accolto, resteranno probabilmente il ricordo più vivo della giornata.



I soci dell'Accademia delle Erbe di Montagna, raduno di questa estate.

L'Accademia delle Erbe di Montagna

Fondata ufficialmente il 4 gennaio 2026 da sei soci: per l'anima botanica, curativa e cosmetica, le erboriste Ursula Puntel (Cleulis, Valle del But) e Klara Obernosterer (Val Lesach / Gailtal), insieme a Barbara Klauss; per l'anima gastronomica, didattica e narrativa, lo chef Fabrizio Damiano Casali

(Ristorante Al Valico), la chef lussemburghese Marie-Louise Loos e la food blogger Chiara Selenati. Un'iniziativa nata sul Passo Monte Croce Carnico per custodire e trasmettere il patrimonio delle erbe di montagna come bene comune tra Carnia e Carinzia.

Contatti per la stampa — Accademia delle Erbe di Montagna, Ufficio Comunicazione

Chiara Selenati · accademiadelleerbe@hotmail.com

Instagram @accademiaerbemontagna · Facebook Accademia delle Erbe di Montagna



ALLEGATO · ANHANG

Il menu del 29 agosto 2026 e le sue erbe

Das Menü vom 29. August 2026 und seine Kräuter

Nomi italiani, tedeschi e botanici, piatto per piatto · Italienische, deutsche und botanische Namen, Gang für Gang

ITALIANO	DEUTSCH	NOME BOTANICO
ENTRÉE · ENTRÉE		
La mucca... il fieno <i>Die Kuh... das Heu</i>		
Fieno di prato alpino	Bergwiesenheu	<i>graminacee ed erbe di prato</i>
Canapa (semi)	Hanf (Samen)	<i>Cannabis sativa</i>
Filipendula, olmaria	Mädesüß	<i>Filipendula ulmaria</i>
Bocconcino di muffa nobile con mela selvatica candita al timo serpillio <i>Edelschimmel-Happen mit in Sand-Thymian kandiertem Wildapfel</i>		
Mela selvatica	Wildapfel	<i>Malus sylvestris</i>
Timo serpillio	Feld-Thymian, Quendel	<i>Thymus serpyllum</i>
ANTIPASTI · VORSPEISEN		
Millefoglie del mio burro montato alla corteccia di faggio <i>Millefeuille von aufgeschlagener Butter aus Buchenrinde</i>		
Faggio (corteccia e foglie)	Rotbuche (Rinde und Blätter)	<i>Fagus sylvatica</i>
La sfera friabile con spuma di ricotta alle 15 erbe e polline <i>Mürbe Kugel mit Ricotta-Schaum aus 15 Kräutern und Blütenpollen</i>		
Achillea millefoglie	Gemeine Schafgarbe	<i>Achillea millefolium</i>
Geranio odoroso	Duftpelargonie	<i>Pelargonium graveolens</i>
Menta d'acqua	Wassermintze	<i>Mentha aquatica</i>
Aglio orsino	Bärlauch	<i>Allium ursinum</i>
Levistico	Liebstockel	<i>Levisticum officinale</i>
Timo serpillio	Feld-Thymian, Quendel	<i>Thymus serpyllum</i>
Origano di montagna	Wilder Dost, Oregano	<i>Origanum vulgare</i>
Menta crespa	Krauseminze	<i>Mentha spicata var. crispa</i>
Erba Luigia	Zitronenverbene	<i>Aloysia citrodora</i>

ITALIANO	DEUTSCH	NOME BOTANICO
Melissa	Zitronenmelisse	<i>Melissa officinalis</i>
Dragoncello	Estragon	<i>Artemisia dracunculus</i>
Maggiorana	Majoran	<i>Origanum majorana</i>
Erba medica (fiori)	Luzerne (Blüten)	<i>Medicago sativa</i>
Galium, asperula odorosa	Waldmeister	<i>Galium odoratum</i>
Camomilla selvatica	Echte Kamille	<i>Matricaria chamomilla</i>
PRIMI · ERSTE GÄNGE		
La zuppa di fieno con ciccioli croccanti all'aceto di aglio vittoriale <i>Heusuppe mit knusprigen Grieben an Allermannsharnisch-Essig</i>		
Fieno di prato alpino	Bergwiesenheu	<i>graminacee ed erbe di prato</i>
Aglio vittoriale, aglio serpentino	Allermannsharnisch	<i>Allium victorialis</i>
Tortelli di bacche di sambuco fermentato e camomilla selvatica, con sbriciolato di segale e achillea millefoglie <i>Tortelli mit fermentierten Holunderbeeren und Echter Kamille, Roggenstreuseln und Gemeiner Schafgarbe</i>		
Sambuco (bacche)	Schwarzer Holunder (Beeren)	<i>Sambucus nigra</i>
Camomilla selvatica	Echte Kamille	<i>Matricaria chamomilla</i>
Achillea millefoglie	Gemeine Schafgarbe	<i>Achillea millefolium</i>
Segale	Roggen	<i>Secale cereale</i>
SECONDO · HAUPTGANG		
Jambonette di faraona ripiena, con umami di bacche di rosa canina, emulsione di resina di pino e gel di ginepro <i>Gefüllte Perlhuhn-Jambonette mit Hagebutten-Umami, Kiefernharz-Emulsion und Wacholdergel</i>		
Rosa canina (bacche)	Hagebutte	<i>Rosa canina</i>
Pino mugo (resina)	Latschenkiefer (Harz)	<i>Pinus mugo</i>
Romice alpino	Alpen-Ampfer	<i>Rumex alpinus</i>
Abete rosso	Fichte	<i>Picea abies</i>
Levistico	Liebstockel	<i>Levisticum officinale</i>
Tarassaco (radice)	Löwenzahn (Wurzel)	<i>Taraxacum officinale</i>
Ginepro (aghi e bacche)	Wacholder (Nadeln und Beeren)	<i>Juniperus communis</i>
DESSERT · DESSERT		
Meringa con gelato alla foglia di noce, crumble salato alla menta d'acqua <i>Baiser mit Walnussblatt-Eis und salzigem Wassermintze-Crumble</i>		
Noce (foglie)	Walnuss (Blätter)	<i>Juglans regia</i>
Menta d'acqua	Wassermintze	<i>Mentha aquatica</i>

Tutte le erbe, le bacche e le resine provengono dal Passo Monte Croce Carnico e dalle valli confinanti.
Alle Kräuter, Beeren und Harze stammen vom Plöckenpass und aus den angrenzenden Tälern.

CREDITI FOTOGRAFICI · BILDNACHWEISE

Tutte le fotografie del 29 agosto 2026: Ingo Ortner. — Alle Fotografien vom 29. August 2026: Ingo Ortner.