

Sagre, feste e altri appuntamenti gastronomici con le piante spontanee alimentari, mese per mese

Aggiornato a gennaio 2020

Area/Località: vale come riferimento a luoghi determinati o aree più o meno ampie, in cui si svolgono le iniziative. Quando si tratta dello stesso periodo sono raggruppati per regioni e poi vicini per provincia o area geografica.

Appuntamento: sono indicati gli appuntamenti gastronomici ricorrenti o seriali con sagre, feste, rassegne e altre iniziative che dedicano attenzione alle piante spontanee alimentari, organizzate da istituzioni e organizzazioni di vario genere. Si tratta di iniziative di cui abbiamo avuto notizia negli ultimi anni, o perché rilevati in Rete oppure, nella maggior parte dei casi, perché ci sono state segnalate per il nostro sito. È opportuno comunque verificare sempre, in Rete o direttamente presso gli organizzatori, l'attualità dell'iniziativa in elenco.

P. S.: Non abbiamo ovviamente la possibilità di navigare sempre in Rete e quindi siamo sicuri che le informazioni che seguono sono solo una parte delle iniziative che si svolgono nel corso di tutto l'anno nel nostro Paese. Ai nostri visitatori che sono interessati in particolare a questo aspetto va quindi il consiglio di effettuare in proprio ulteriori verifiche di luoghi, date e orari. Iniziative, periodi, date e programmi sono da verificare in Rete o direttamente presso gli organizzatori anche per eventuali rinvii dell'ultima ora. Iniziative occasionali o episodiche non sono segnalate in queste pagine del file pdf, ma eventualmente nell'apposita pagina del Sito.

Data/periodo iniziativa: sulla base delle ultime informazioni che abbiamo, sono indicate le date - quando l'iniziativa ricorrente avviene sempre nello stesso giorno - o il periodo di svolgimento delle iniziative. Quest'ultimo è nella maggior parte dei casi più o meno ampio anche se indicativo e quindi è da verificare per i giorni e gli orari (oltre che per i programmi). In grigio sono date le informazioni meno recenti, per le quali è proprio necessario che gli interessati verifichino l'attualità del suo svolgimento (e delle altre informazioni). Soltanto quando siamo certi che l'iniziativa non verrà più svolta provvediamo infatti alla sua cancellazione.

Info e dettagli: sintetiche informazioni aggiuntive e links utili.

Area/Località	Appuntamento	Data/periodo iniziativa	Info e dettagli
Villaga (VI)	A tavola con il Ranpussolo de Villaga	Da fine gennaio a fine febbraio	I ristoratori del comune di Villaga, nel Vicentino, propongono i loro menù basati sulle prelibate radici di raperonzolo (<i>Campanula rapunculus</i>), accompagnate da altre prelibatezze e dai vini delle aziende vitivinicole del luogo.
Aliano (MT)	Carnevale con il rafano dei "frazzul"	Carnevale	In occasione del Carnevale si festeggia con "i frazzul", piatto tipico di questo paese, una pasta fresca fatta in casa e condita, con rafano grattugiato. www.comune.aliانو.mt.it

Gorgoglione (MT)	Sagra della "Rafanata"	Carnevale	In occasione della sfilata dei carri allegorici di Carnevale degustazione della "rafanata". http://www.comune.gorgoglione.mt.it/
Armento (PZ)	Sagra del Rafano	Carnevale	In occasione del Carnevale degustazione di prodotti a base di rafano "Armentese", quali "rafanate" e "ferricelli" con rafano e mollica. www.prolocoarmento.it info@prolocoarmento.it
Calvello (PZ)	Sagra del Re Carnevale - Sua maestà Il Rafano	Carnevale	In occasione del sabato di Carnevale si gusta "La Rafanata", piatto tipico del posto e di altri comuni lucani, preparato con uova, formaggio, salsiccia e la piccante radice del rafano. www.comune.calvello.pz.it
Marsico Nuovo (PZ)	Sagra della "Rafanata"	Carnevale	Si svolge la sera del martedì grasso. Degustazione della classica frittata con la radice grattugiata del rafano. Inoltre pasta fatta in casa e buon vino locale. comunemarsiconuovo@rete.basilicata.it
Pietrapertosa (PZ)	Sagra della "Rafanata"	Carnevale	A conclusione del Carnevale si tiene la Sagra della "Rafanata", preparazione tipica di Pietrapertosa e del carnevale lucano. La rafanata è una torta salata "dal sapore forte che una volta gustata si fa desiderare". info@comune.pietrapertosa.pz.it
Tito (PZ)	Il Carnevale Titesse	Carnevale	Carnevale si conclude con la possibilità di degustare <i>ferretti e rafano</i> , piatto tipico del Carnevale, oltre al buon vino locale. www.comune.tito.pz.it
San Donato di Lecce - Fraz. Galugnano (LE)	Festa de li Pampasciuni	Inizi di marzo	Stand gastronomici e gara di ricette a base di lampascioni "Ieu li cucinu cussi". Organizza il Comune di San Donato di Lecce e l'Associazione "I Gallo". www.comunesandonatodilecce.gov.it
Acaya - Fraz. di Vernole (LE)	Sagra te li pampasciuni	Inizi di marzo	La sagra è legata a un'antica leggenda popolare di un naufragio e alla conseguente venerazione della Madonna Addolorata, detta anche Madonna dei pampasciuni, i selvatici lampascioni ormai noti a tutti. www.comunedivernole.it
Riolo Terme (FC)	Il Piatto verde	metà marzo	Pluriventennale edizione della nota rassegna gastronomica organizzata dall'Istituto Alberghiero P. Artusi di Riolo Terme. Alla base della rassegna è il concorso per la migliore ricetta con erbe aromatiche, rivolto agli Istituti alberghieri italiani e stranieri e agli appassionati di cucina. http://www.alberghieroriolo.gov.it/pagina.asp?id=266

Villanova Truschedu (OR)	Sagra degli asparagi	metà marzo	Appuntamento con la degustazione di piatti a base di asparagi selvatici. Iniziative collaterali. http://www.comune.villanovatruschedu.or.it/
Serra de' Conti (AN)	Grugni e crespigne. Le erbe nella cucina delle monache	fine marzo	Dai quaderni di cucina delle monache custoditi nel locale Museo delle Arti Monastiche alla cucina con le erbe nei ristoranti. www.comune.serradeconti.an.it www.cicerchiadiserradeconti.it www.serradecontiturismo.it www.facebook.com/proserradeconti
Spello (PG)	Subasio con gusto	Prima decade di aprile	Rassegna delle erbe campagnole e dei sapori montani, con mostre, mercatino, seminario ed escursioni alla scoperta di specie vegetali spontanee commestibili e delle tecniche di raccolta. E naturalmente "A tavola con le erbe" presso i ristoranti convenzionati. http://www.comune.spello.pg.it
Valli del Natisone (UD e GO)	Profumi di primavera sul Natisone	Dai primi di aprile ai primi di giugno	Ogni weekend, previa prenotazione telefonica, i ristoranti aderenti all'Associazione "Invito a pranzo" offrono il meglio delle tradizionali ricette a base di erbe e fiori. Nei comuni di Pulfero, San Pietro al Natisone, Grimacco, San Leonardo, Cividale del Friuli, Stregna, Drenchia. www.invitoapranzo.it info@invitoapranzo.it www.nediskedoline.it
Conco (VI)	A tavola con il tarassaco di Conco	Dal primi di aprile a fine maggio	Decennale rassegna enogastronomica promossa dai ristoratori di questo centro di villeggiatura dell'Altopiano dei Sette Comuni, in provincia di Vicenza. http://www.ristoratoriconco.com info@ristoratoriconco.com
San Giovanni in Galilea - Fraz. di Borghi (FC)	Sagra del Raperonzolo	Prima decade di aprile	Tradizionale sagra dedicata al "raperonzolo", erbetta di sapore particolare e unico nelle sue radici. Stand gastronomici e orchestra folcloristica romagnola. https://www.facebook.com/sagradelraperonzolo http://www.terredelrubicone.it
Boroneddu (OR)	Sagra degli Asparagi e dei finocchietti selvatici	Prima decade di aprile	Trentennale appuntamento sardo con la degustazione di piatti a base di asparagi e finocchietti selvatici. In abbinamento con la Sagra del Gusto di Sardegna. http://www.comune.boroneddu.or.it/index.asp
Gesturi (SU)	Sagra dell'Asparago selvatico	Prima decade di aprile	Appuntamento con la degustazione di piatti a base di asparagi selvatici. Iniziative collaterali https://it-it.facebook.com/gesturi.proloco/
Gallicano (LU)	La minestrina di Gallicano	Prima decade di aprile	Giornata dedicata alla Minestrina, una preparazione tradizionale che si compone di moltissime erbe di campo e fagioli giallorini della Garfagnana. Contorno di altri prodotti tipici locali. Attività collaterali e raccolta di erbe nei campi. www.buffardello.it Cell. 349 8526937 - 3207979925

Noci (BA)	Sagra dell'asparago selvatico	Secondo fine settimana di aprile	Appuntamento con la degustazione di piatti a base di asparagi e prodotti tipici locali. Iniziative collaterali. Www.lacompagniadelfungo.it
Cazzano S. Andrea (BG)	Sagra della Cicoria	Metà aprile	Manifestazione che da diversi anni celebra la "cicoria", come da queste parti è chiamato il tarassaco. Oltre alle proposte gastronomiche con le erbe iniziative a tema e proposte culturali legate alla tradizione popolare. Www.valseriana.eu
Valdagno (VI)	Festa della maresina	Metà aprile	Festa tutta dedicata alla "Maresina" (<i>Tanacetum parthenium</i>), erba aromatica selvatica che nel Vicentino trova forse l'area di maggiore apprezzamento culinario in Italia. Preparazioni tipiche con l'erba, dalla torta alle <i>fritole</i> . Info: https://www.comune.valdagno.vi.it
Marcellina (Roma)	Sagra dell'Asparago Selvatico	Metà aprile	L'appuntamento con gli asparagi selvatici è abbinato alla Rassegna dell'organetto. Mercatino artigianale e stand gastronomici. Prodotti tipici locali e piatti a base di asparagi selvatici. Organizzata dal Comitato C'era una Volta. http://www.comune.marcellina.rm.it
San Marco di Resana (TV)	Festa del Bruscardolo	Fine aprile	Sagra dedicata ai bruscardoli - come vengono chiamati i teneri getti del luppolo da queste parti - all'interno dei giorni di festa in occasione della celebrazione di San Marco. Iniziative collaterali. www.prolocoresana.it
Castel Mella (Bs)	Sagra dei <i>Loértis</i>	Fine aprile	Fiera con bancarelle, stand gastronomico, ristoranti con menù a prezzo fisso. Protagonisti naturalmente i <i>loértis</i> , i giovani getti del luppolo. http://www.comune.castelmella.bs.it
Provincia di Treviso	Superbe	aprile-maggio	Manifestazione promossa da oltre vent'anni dai ristoratori trevigiani e dedicata, assieme alle erbe spontanee, anche agli asparagi IGP della Marca. Appuntamenti gastronomici nei migliori ristoranti per diverse settimane. http://www.ristoratorimarcatrevigiana.it
Pietrafitta - fraz. di Piegaro (PG)	Sagra degli Asparagi di bosco	Fine aprile	Tradizionale sagra che si svolge nella frazione Pietrafitta. Gastronomia tradizionale e specialità con gli asparagi. Iniziative collaterali. http://www.prolocopietrafitta.it/

Pigozzo (VR)	Festa della Sparasina	Fine aprile	Trentennale tradizionale festa della Sparasina, i giovani getti dell'asparago selvatico che si tiene a Pigozzo, antico borgo cimbri a una decina di chilometri a nord est da Verona, in Val Squaranto. http://www.sparasina.it
S. Angelo Le Fratte (Pz)	Festa degli Asparagi Selvatici	Fine aprile	Gastronomia tradizionale e specialità con gli asparagi. Iniziative collaterali. Info: http://www.comunesantangelolefrattepz.it/
Spoletto - Eggi (PG)	Sagra "de li Strangozzi co' li Sparici"	Da fine aprile ai primi di maggio	Piatti della tradizione culinaria spoletina ed umbra, principalmente a base di asparagi, con programma a latere, per una decina di giorni. Info: Pro Loco Amici di Eggi - info@amicidieggi.it
Ascrea - Lago del Turano (Pz)	Festa degli Asparagi Selvatici	Fine aprile	Gastronomia tradizionale e specialità con gli asparagi. Iniziative collaterali. Info: https://it-it.facebook.com/ProLocoAscrea/ https://www.visitascrea.com/
Alta Val di Non (Bz)	Settimane del dente di leone	Da fine aprile ai primi di maggio	Ventennale rassegna che, come ogni anno, nei paesi di lingua tedesca dell'Alta Val di Non (Senale - San Felice, Lauregno, Proves), pone al centro dell'attenzione gastronomica il dente di leone (tarassaco), che la fa da padrone nei ristoranti partecipanti all'iniziativa come nelle manifestazioni collaterali. www.deutschnonsberg.it info@deutschnonsberg.it
Tissi (SS)	Sagra dell'Asparago selvatico	Fine aprile	Decennale appuntamento con la degustazione di piatti a base di asparagi. Iniziative collaterali. http://www.comune.tissi.ss.it/ https://www.facebook.com/events/303618583500158/
Masio (AL)	Sagra dei Subrich	Fine aprile	L'ass.turistica Proloco di Masio e Abazia organizza la pluridecennale sagra delle famose frittelle di verdure di Masio. Iniziative collaterali. http://www.comune.masio.al.it/ Email: francodellaalba@gmail.com
Eggi - Fraz. di Spoleto (PG)	Sagra de "Li Strangozzi co' li Sparici"	Fine aprile	Pluriventennale sagra che si svolge nella frazione spoletina di Eggi. Gastronomia tradizionale e specialità con gli asparagi. Iniziative collaterali. www.amicidieggi.it
Squille - fraz. di Castel Campagnano (CE)	Sagra degli asparagi selvatici	Fine aprile	Degustazioni a base di sparagi selvatici innaffiate dal pallagrello, il vino locale. Animazione e appuntamenti collaterali. https://www.facebook.com/SagraAsparagiSquille https://www.facebook.com/associazionesilla

Ascrea (RI)	Festa degli asparagi	Fine aprile	Gastronomia a base di asparagi selvatici ma anche escursioni naturalistiche e possibilità di apprezzare le bellezze naturali del Monte di Tora e del Lago del Turano e quelle culturali del vecchio centro. https://it-it.facebook.com/ProLocoAscrea/
Satriano di Lucania (PZ)	Sagra dell'asparago selvatico dell'Appennino Lucano	Fine aprile	Degustazioni gastronomiche a base di asparagi e iniziative collaterali, comprese escursioni alla ricerca di asparagi. Info: alparcolucano@gmail.com
Montopoli Sabina (RI)	Sagra dell'asparago selvatico	Fine aprile	Più di venti le edizioni della sagra dedicata all'asparago selvatico. Menù gastronomico a base di asparagi selvatici e erbe aromatiche. Appuntamenti gastronomici ma anche iniziative collaterali. prolocomontopolisab@libero.it http://www.prolocomontopoli.it/
Quinto Vicentino (VI)	Sagra Del Bruscardolo 2018	Fine aprile	Sagra con gastronomia e piatti con i noti germogli di luppolo. Info: http://www.comitatosagraquinto.com
Torrita Tiberina (Roma)	Sagra dell'Asparago Selvatico	Fine aprile	Appuntamenti con la pasta con gli asparagi selvatici e altre pietanze nel centro sabino. https://it-it.facebook.com/pages/Proloco-Torrita-Tiberina/332759093474820
San Nicola Baronia (AV)	Sagra dell'asparago selvatico	Fine aprile	Intrattenimenti e gastronomia con frittata con gli asparagi, penne rigate con gli asparagi, p rovolone impiccato con crema di asparagi e pizzillo all'asparago. http://www.comune.san-nicola-baronia.av.it/home.html
Ponzano Romano (Roma)	Sagra dell'Asparago Selvatico	Fine aprile	Appuntamenti con la pasta con gli asparagi selvatici e altre pietanze nel centro sabino. www.comune.ponzanoromano.rm.it
Lana (BZ) e comuni vicini	"Wildkrauter einheimisch und gesund - Erbe selvatiche sane e genuine	Da fine aprile a fine maggio	Ormai decennale manifestazione. I ristoranti di Lana e dintorni presentano i loro gustosi piatti a base di erbe selvatiche. Molte le iniziative collaterali che riguardano le piante alimurgiche e le saporite specialità alle erbe selvatiche! http://www.wildkraeuter.bz.it/
Galeata (FC)	Sagra dello Stridolo	Fine aprile	Pluridecennale manifestazione gastronomica con piatti tipici a base di stridoli (<i>Silene vulgaris</i>). Iniziative collaterali. cultura@comune.galeata.fc.it http://www.comune.galeata.fc.it/

Bonito (AV)	Festa della Migliazza e de le Spalece	Fine aprile	Tradizionale appuntamento con gli asparagi selvatici e con la polenta (<i>migliazza</i>). https://it-it.facebook.com/prolocobonitoav http://www.comunedibonito.it
Roscigno (SA)	Festa dell'Asparago Selvatico	Primi di maggio	Degustazioni gastronomiche e musica, con incontro dibattito sull'asparago selvatico (sabato). http://www.comune.roscigno.sa.it www.viviroscigno.it
San Pietro Irpino - Chianche (AV)	Sagra degli asparagi	Fine aprile	Nella frazione di San Pietro Irpino da oltre venti anni piatti a base di asparagi selvatici raccolti sulle colline vicine. E' anche una manifestazione di solidarietà con il ricavato devoluto per intero in beneficenza. https://www.facebook.com/Associazione-Agor%C3%A0-Bagnara--80757586854/
Isola del Liri (FR)	Sagra dell'asparago selvatico ciociaro	Fine aprile	Giovane sagra dedicato all'asparago selvatico che cresce nel centro ciociaro. Organizzatore: Good Luck Eventi Telefono: 342.1029041
Itri (LT)	Festa dell'Asparago selvatico delle colline Itrane	Fine aprile	Ormai consueto appuntamento con gli asparagi selvatici della cittadina laziale https://www.facebook.com/LokomotivMusik
Oniferi (NU)	Sagra del Finocchietto Selvatico	fine aprile	Prima edizione nel 2017. Si propongono le antiche ricette a base di erbe spontanee, tra le quali spicca proprio il finocchietto selvatico. Associata anche la mostra mercato "Garrelas de sa vajone". https://www.facebook.com/PRO-LOCO-Oniferi-Nu-Associazione-turistica-347762182014862/
Colle di Tora (RI)	Sagra del <i>Pizzillu coll'Erbe</i>	Fine aprile	Decennale appuntamento organizzato dalla Pro Loco di Colle di Tora, piccolo borgo sul sponde del Lago Turano. Celebra uno dei piatti tipici locali, il " <i>Pizzillu coll'erbe</i> ", ricetta locale con cicoria e salsiccia. Mostra sulle erbe e altre iniziative. Info: procolleditora23@gmail.com
Pozzovetere fraz. di Caserta	Fiera dell'Asparago di Montagna	Fine aprile	Quasi cinquanta le edizioni della fiera. Durante i giorni della sagra degustazione delle squisite "frittelle" e di tante altre pietanze a base di asparago di montagna. http://www.fierasparagopozzovetere.info
Sellano (PG)	Festa delle erbe dimenticate	Primi di maggio	Al lago Vigi di Sellano: conferenza, iniziative e pranzo con degustazione di piatti a base di erbe spontanee. www.comune.sellano.pg.it

Valchiusella (TO)	<i>El sabat d'le erbe in Valchiusella</i>	Mese di maggio	Pluriventennale edizione degli ormai tradizionali appuntamenti con i menù basati sulla tradizione gastronomica che utilizza le erbe spontanee, proposti in diversi ristoranti della valle, con i pomeriggi dedicati alle escursioni guidate con gli esperti di erbe e con altre iniziative sul tema. http://www.erbedivalchiusella.it
Ormea (CN)	Menù delle erbe	Mese di maggio	Menù proposti dai ristoranti della zona, con erbe e prodotti della tradizione e della cultura della Val Tanaro e di tutto il territorio delle Alpi Liguri, in collaborazione con Slow Food e Consorzio Prodotti Tipici Valle Tanaro. https://www.comune.ormea.cn.it
Avacelli di Arcevia (AN)	Sagra dell'Asparago selvatico	Primi di maggio	Oltre cinquanta le edizioni di questa sagra dedicata all'asparago selvatico, nata nell'ormai lontano 1963. A mezzogiorno pranzo con prodotti tipici. Iniziative collaterali. http://www.avacelli.it/
Berra (FE)	Sagra mondiale del Bruscardolo	Prima decade di maggio	La sagra è tornata dopo la pausa per il terremoto. Il bruscardolo è il nome dialettale del germoglio del luppolo. Durante la sagra momenti gastronomici, culturali e ricreativi. www.acsberra.it
Comuni diversi del Parco dell'Oglio Sud (CR-MN)	Festa del Luartìs	Da primi di maggio ai primi di giugno	Pluridecennale manifestazione organizzata dal Parco dell'Oglio Sud con la collaborazione di diversi comuni delle provincie di Cremona e Mantova. Protagonisti i <i>luartìs</i> , i germogli del luppolo, ma anche un'occasione per scoprire il Parco. Cucina, musica, esplorazioni, prodotti tipici e biologici. http://www.ogliosud.it/dettaglio.php?id=47381
Brunelli - Fraz. di Borgo Val di Taro (PR)	Sagra del salame e della torta d'erbe	Prima decade di maggio	A Brunelli, verde frazione sopra il capoluogo, i protagonisti sono il salame e la torta d'erbe selvatiche preparata come da tradizione. http://www.comune.borgo-val-di-taro.pr.it/
Vezzano sul Crostolo (RE)	Festa dell'Asparago Selvatico	Prima decade di maggio	Stands gastronomici a base di asparago selvatico e iniziative collaterali. http://www.comune.vezzano-sul-crostolo.re.it
Selvapiana (FC)	Festa delle erbe spontanee	Prima decade di maggio	Sapori e profumi primaverili della tradizione popolare, con menù a base di erbe. http://www.prolocoselvapiana.it/

San Cono - fraz. Di Rometta (ME)	Sagra dell'Asparago selvatico pungitopo	Prima decade di maggio	Sagra dedicati ai turioni del pungitopo nella frazione San Cono, frazione collinare. Degustazioni di pietanze a base di pungitopo e iniziative collaterali. www.rometta.net
Bagno di Romagna - Selvapiana (FC)	Festa delle Erbe Spontanee	Prima decade di maggio	Passeggiata alla scoperta delle erbe spontanee e pranzo gastronomico conseguente Info: Gruppo Micologico Botanico AMB Valle del Savio e http://www.prolocoselvapiana.it/
Sogliano al Rubicone (FC)	Sagra dello "strigolo"	metà maggio	Appuntamento nel centro storico della frazione Rontagnano per imparare a conoscere e ad apprezzare gli strigoli (<i>Silene vulgaris</i>). Iniziative collaterali e spettacoli. http://www.comune.sogliano.fc.it/
Blufi (PA)	Sagra del Finocchietto Selvatico	metà maggio	Manifestazione organizzata dalla locale Pro Loco, in collaborazione con il Comune e le associazioni locali. Preparazioni secondo le ricette della tradizione locale, dall'antipasto al dolce al liquore. https://www.facebook.com/sagrafinocchietto
Percile (Roma)	Sagra degli Sparaci	metà maggio	Decennale sagra che si svolge nel comune del Parco dei Monti Lucretili. Al centro delle proposte gastronomiche la pasta condita con gli asparagi selvatici e la frittata. prolocopercile@yahoo.it
Montecorvino Pugliano (SA)	Sagra dell'asparago selvatico e <i>du raviul cu a pettula</i>	Seconda decade di maggio	Appuntamento con gli asparagi selvatici organizzato dall'associazione culturale Asparago d'oro. http://comune.montecorvinopugliano.sa.it
Canneto - fraz. di Postiglione - (SA)	Sagra degli asparagi selvatici	Seconda decade di maggio	Quasi venti anni della festa a Canneto, organizzata dal ristorante Oasi degli Alburni. Piatti a base di asparagi accompagnati da altre specialità locali. Escursione guidata nel Parco Nazionale del Cilento alla ricerca degli asparagi. trottagerardo@virgilio.it
Torriana - Fraz. di Poggio Berni(FC)	La collina incontra il mare _ Festa delle erbe	Intorno a metà maggio	Festa popolare organizzato dalla Proloco Torriana e Montebello, a base di erbe di campagna e pesce. Stand e musica. http://www.prolocotorriana.it
Verrayes (AO)	Feta de la Sarieula	Seconda decade di maggio	La Pro Loco Amis de Verrayes organizza in località Rapy da una decina d'anni la Festa de la <i>sarieula</i> (un timo selvatico), erba selvatica che viene utilizzata per cucinare numerosi piatti. Info: https://it-it.facebook.com/prolocoAmisdeVerrayes/ info@chapellu.com

Mel (BL)	Radicele. I Sapori della Primavera	Seconda decade di maggio	Manifestazione organizzata dalla Pro Loco Zumellese. L'evento promuove la tradizionale cucina locale nella quale entrano come protagoniste le erbe. http://www.radicele.it/
Monte di Malo (VI)	Festa delle erbe spontanee	Intorno a metà maggio	Abbinata da tempo alla "Sagra di San Giuseppe", vi si possono assaporare piatti a base di "Pisacan" (tarassaco) o altre erbe come ortiche e "carlett" (Silene vulgaris). Www.montedimalolive.it
Arta Terme (UD)	Festa dell'asparago di bosco, del radicchio di montagna e dei funghi di primavera	Seconda decade di maggio	Oltre venti le edizioni di una festa ormai tradizionale. Degustazioni, iniziative, escursioni per conoscere le erbe e altro ancora. www.carnia.it
Farnetta - Fraz. di Montecastrilli (TR)	Sagra della ciriola all'Ortica	Da metà maggio ai primi di giugno	Si svolge all'interno della manifestazione La Taverna del Curato. Appuntamento gastronomico nell'ambito dei festeggiamenti di Santa Rita, la tradizionale sagra delle cirirole, gli "spaghetti" locali, lepropone condite con sugo di ortiche. http://www.prolocofarnetta.it/
Capracotta (IS)	Festa dell'Ortica	Terza decade di maggio	Appuntamento con questa erba preziosa. Preparazioni sul tema e si gustano anche dolci e birra all'ortica. Iniziative collaterali sulle erbe spontanee. Info: http://www.prolococapracotta.com
Visinale del Judrio, Corno di Rosazzo (UD)	Sagre dai glaudins	fine maggio	Sagra più che trentennale, resa celebre per l'appetitosa frittata che viene cucinata con i "glaudins" (germogli del luppolo). Diverse le iniziative di contorno alla sagra, nelle quali abbondano altri piatti locali e i vini dei colli friulani orientali. http://www.comune.corno-di-rosazzo.ud.it
Cineto Romano (Roma)	Sagra della Fettuccine con Asparagi	Ultima domenica di maggio	Sagra con distribuzione di piatti di fettuccine guarnite con asparagi del posto e altri prodotti della cucina locale. Iniziative collaterali. https://prolococineto.weebly.com/
Nerola (Roma)	Sagra degli Asparagi selvatici e degli arrosticini	Ultima domenica di maggio	Sagra con menù composto di pane, olio e fave, pasta con asparagi selvatici e arrosticini di pecora. http://asscultnerola.wix.com/acnerola ass.cult.nerola@gmail.com
Montecorvino - Pugliano (SA)	Sagra dell'asparago selvatico	Ultima decade di maggio	Intrattenimenti e iniziative varie, con gastronomia a base di asparagi selvatici. Info: http://www.comune.montecorvinopugliano.sa.it/

Portaria - Fraz. di Acquasparta (TR)	Sagra dell'asparago selvatico di Portaria	fine maggio	Intrattenimenti e iniziative varie, con gastronomia in taverna a base di asparagi selvatici. Organizza la Pro Loco del piccolo centro. http://www.portaria.it/
Configni (RI)	Sagra del Prugnolo e dell'Asparago selvatico	fine maggio	Tradizionale evento organizzato dalla Pro-loco per gli amanti del fungo prugnolo e degli asparagi selvatici, rigorosamente raccolti nei boschi del paese e cucinati secondo tradizione. proloco.rinascita@libero.it https://www.facebook.com/prolocorinascita.configni?fref=ts
Chiaromonte (PZ)	Giornata del Sambuco	fine maggio	L'associazione "Amici del sambuco" organizza da oltre dieci anni l'ormai tradizionale appuntamento con i prodotti che si ricavano da questa pianta e con le specialità locali. Inoltre gara di velocità e destrezza nella realizzazione delle frittelle di sambuco e altre iniziative. http://amicidelsambuco.it/
Novafeltria (RN)	Sagra del cascione e delle erbe spontanee	Inizi di giugno	Due giorni dedicati alle tradizioni alimentari con le erbe della Romagna. A cominciare dai cascioni. Iniziative collaterali sulle erbe spontanee. Info: urp@comune.novafeltria.rn.it
Alta Val Brembana (BG) Località diverse	Rassegna "Erbe del Casaro"	Prima decade di giugno	Erbe del Casaro verso il decennale. Iniziativa di Altobrembo, operatore turistico che raggruppa le amministrazioni comunali dell'Alta Val Brembana e che invita a trascorrere alcuni week-end in Val Brembana per scoprire e gustare le erbe spontanee e i formaggi locali. Numerose le iniziative e le attività sul tema. www.erbedelcasaro.it info@altobrembo.it
Poggio a Moiano (RI)	Sagra Dell'Asparago Selvatico	Fine maggio o primi di giugno	Decennale sagra che si svolge nel centro storico di Poggio a Moiano. Stands con degustazione di asparagi selvatici. http://www.prolocopoggiomoiano.it
Quincinetto (TO)	Sagra delle Ajucche	Prima decade di giugno	Le ajucche sono i giovani getti di alcune specie di <i>Phyteuma</i> , un genere delle Campanulaceae, tradizionalmente utilizzate nel Torinese e nel Canavese per zuppe e altre preparazioni. http://www.comune.quincinetto.to.it
Picinisco (FR)	Festa degli orapi	Inizi di giugno	Nel Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise. Escursioni, lezioni sul campo, pranzo con <i>òrapi</i> e prodotti tipici. Mercato artigianale e dei sapori. Musica e altro. Info: prolocopicinisco@libero.it

Fossombrone (PU)	Festa della Vitalba	Inizi di giugno	Collaudata sagra popolare con piatti a base di vitalba, prodotti tipici e iniziative collaterali. Info: http://www.comune.fossombrone.ps.it/
Piovà Massaia (AT)	Fiera della Menta	Prima decade di giugno	Mostre tematiche, conferenze sul tema della menta e ristorazione con menù tutto a base di menta, drink e varie bevande alla menta. Attività collaterali. http://www.comune.piovamassaia.at.it/
Galdo - fraz. di Sicignano degli Alburni (SA)	Sagra degli asparagi selvatici	Prima decade di giugno	Festa degli Asparagi Selvatici a Patricelle. Diversi i piatti a base di asparagi accompagnati da altre specialità locali. https://it-it.facebook.com/AssociazionePatricelle/
Petina (SA)	Sagra della fragolina di bosco	metà giugno	Festa cinquantennale. Percorso gastronomico, mercato di prodotti tipici, visite turistiche e altre iniziative di contorno. www.fragolinapetina.info
Troina (EN)	Sagra della <i>Vastedda du sammucu</i>	Metà giugno	Sagra ventennale che celebra una ormai famosa preparazione tipica, la <i>vastedda du sammucu</i> , una focaccia farcita con fellata e tuma e aromatizzata coi fiori del sambuco. Info: www.comune.troina.en.it
Levanto (SP)	Festa del <i>Gattafin</i>	Intorno alla metà di giugno	La Sagra del Gattafin celebra la specialità culinaria locale, una frittella con ripieno di erbe di campo, acciughe e altri ingredienti. http://www.comune.levanto.sp.it/
Forni di Sopra (UD)	Festa delle erbe di primavera	metà giugno	Il consorzio turistico della località carnica organizza da diversi anni con un ricco programma quest'interessante appuntamento con le erbe. http://www.fornidisopra.it http://www.fornidisopra.it/eventi/175-festa-delle-erbe-di-primavera.html
Pasian di Prato (UD)	Pasian di Prato in festa	metà giugno	Kermesse culmine dell'attività della locale Pro Loco, che ha come protagonista anche la gastronomia a base di erbe spontanee. www.prolocopasiandiprato.org
Tavarnelle Val di Pesa - Loc. Sambuca (FI)	Sagra dell'Ortica	metà giugno	Sagra, con festa paesana. Degustazione di piatti a base di ortica. https://www.facebook.com/proloco.sambucavaldipesa
Castel Goffredo (MN)	Sagra del tortello amaro	metà giugno	Più di venti le edizioni di questa sagra, ormai famosa, dedicata al tortello locale, che assume qui un sapore particolare per l'aggiunta fra gli ingredienti del ripieno dell'Erba San Pietro, altrimenti detta Erba amara (<i>Balsamita major</i>). www.tortelloamaro.it

Borgo Fornari di Ronco Scrivia (GE)	Sagra del raviolo casalingo	Primo fine settimana di luglio	La sagra del raviolo è l'evento gastronomico delle estati valligiane. La ricetta, come da tradizione, usa la borragine, che viene raccolta dagli abitanti del luogo. Il tutto condito con sugo di carne e pesto di basilico di Prà. https://www.facebook.com/events/1184937781525106/
Bellegra (Roma)	Sagra del fallacciano	Metà luglio	Organizza la Pro Loco di Bellegra e si celebra il fico locale, il fallacciano. Stand gastronomici e spettacoli musicali. Punti di ristoro e vendita dei fichi fallacciani freschi e variamente conservati. www.bellegra.eu
Villetta Barrea (AQ)	Sagra degli Orapi	Fine luglio	Sagra dedicata agli <i>òrapi</i> , il buon Enrico (<i>Chenopodium bonus Henricus</i>), in questo comune del Parco Nazionale d'Abruzzo. www.comune.villettabarrea.aq.it/
Introbio (LC)	Festa del mirtillo	Fine luglio	Festa estiva In Valsassina. Menù con specialità a base di mirtilli e iniziative varie. http://www.comune.introbio.lc.it
Forni Avoltri (UD)	Festa dei frutti di bosco	Fine luglio e inizio agosto	Tradizionale appuntamento organizzato dalla Pro Loco. Escursioni guidate alla ricerca dei frutti di bosco, degustazione di piatti tipici e a base degli stessi frutti. Mercatino di prodotti tipici e artigianali. www.fornivoltri.eu
Sclafani Bagni (PA)	Sagra della salsiccia e del Finocchietto Selvatico	Inizi di agosto	Manifestazione dedicata all'insaccato e alla verdura, con distribuzione di pasta al finocchietto selvatico. http://www.comune.sclafanibagni.pa.it
Rasura (SO)	Sagra del Mirtillo	Inizi di agosto	Ventennale festa estiva della Valgerola. La Sagra prevede pranzi e cene con specialità a base di mirtilli e altri prodotti tipici della Valtellina. prolocobarrea@tiscali.it
Barrea (AQ)	Sagra degli Orapi	metà agosto	Tradizionale sagra dedicata agli <i>òrapi</i> , il nome con cui sono chiamati in questo comune del Parco Nazionale d'Abruzzo gli spinaci di montagna, il buon Enrico (<i>Chenopodium bonus Henricus</i>). http://www.comune.barrea.aq.it/ https://it-it.facebook.com/ProLocoBarrea/?fref=nf
Sellano (PG)	Sagra della Fojata e dell'Attorta	metà agosto	Appuntamento tradizionale con due prodotti tipici. L' <i>attorta</i> è un dolce e la <i>fojata</i> è una torta salata preparata con erbe, in parte (e originariamente tutte) selvatiche. Musica e altro. www.comune.sellano.pg.it http://prolocosellano.com/sagra-della-fojata-e-dell-attorta/

Avasinis (UD)	Festa del Lampone e del Mirtillo	metà agosto	Tradizionale festa dedicata ai due frutti estivi. In programma musiche ed altri eventi di contorno alla festa che propone una vasta gamma di preparazioni a base di lampone e mirtillo. Inoltre piatti tipici friuliani nella versione tradizionale di Avasinis. www.prolocoavasinis.it
Telti (SS)	Sagra del Mirto	metà agosto	Tradizionale festa pluriventennale dedicata al mirto. Mostre, stand e punti ristoro, degustazioni al mirto e dolci tipici di Telti. Iniziative collaterali. http://www.comune.telti.ot.it
Granaglione - Alto Reno Terme (BO)	Sagra delle tagliatelle all'ortica	metà agosto	Stands con degustazioni di tagliatelle all'ortica, con ragù o burro e salvia, e serate danzanti. Info: info@prolocogranaglione.it
Rassa (VC)	Sagra del Mirtillo	15 agosto	La sagra cinquantennale viene sempre organizzata con lo scopo di offrire ai numerosi turisti nel giorno di Ferragosto il raccolto dei mirtilli. Oltre all'importante appuntamento gastronomico si svolge anche un'esposizione di artigianato tipico valsesiano. http://www.comune.rassa.vc.it/multimedia/pdf/eventi-rassa.pdf
Olbia (SS)	Mirtò	metà agosto	Festival Internazionale del Mirto, nelle prime edizioni itinerante e nel 2018 da Olbia. http://www.sardiniamirtoinfestival.com/
Papiano di Marsciano (PG)	Sagra del Mirtillo e dei frutti di Bosco	Da fine agosto a inizio settembre	Trentennale sagra che si svolge nella frazione Papiano. Tutti i giorni gastronomia tradizionale e specialità ai frutti di bosco. In programma serate danzanti e iniziative collaterali. www.comune.marsciano.pg.it
Villavallelonga (AQ)	Festa degli òrapi	Fine agosto	Manifestazione gastronomica in questo paese della Marsica, in cui gli òrapi (<i>Chenopodium bonus-henricus</i>) vengono chiamati "i vòlatre". Menù con piatti a base di òrapi, <i>queriéseme</i> (<i>Silene vulgaris</i>) e altre preparazioni locali. https://it-it.facebook.com/Proloco-Villavallelonga-415197278643493/
Dualchi (NU)	Sagra del Fico d'India	Primo settembre	Pluriventennale manifestazione con stand di prodotti a base di fichidindia: dolci, sapa, liquore, ecc. Iniziative collaterali. https://it-it.facebook.com/Pro-LoCo-Dualchi-314667265596250/
Malalbergo (BO)	Sagra dell'Ortica	Prima decade di settembre	Oltre al menù a base di ortica, che è il piatto forte della festa, non mancano altre proposte gastronomiche. Oltre ovviamente a musica e iniziative varie. http://www.amicidellortica.it

Castel Morrone (CE)	Sagra del Fico d'India	Prima decade di settembre	La sagra del Fico d'India è una delle più longeve sagre della provincia di Caserta (siamo ben oltre le 40 edizioni). Il cannolo alla crema di fico d'India una delle sue specialità. www.castelmorrone.com proloco@castelmorrone.com
Bacchereto (Fraz. Di Carmignano) (PO)	Sagra del Fico	Prima decade di settembre	Quarantennale edizione della sagra che si tiene nella frazione Bacchereto. Stand gastronomici con gustosissimi piatti locali e fichi per tutta la durata della sagra. info@bacchereto.it www.bacchereto.it
Barletta	Sagra del Fico d'India	Prima decade di settembre	Pietanze a base di fichi d'India. Iniziative collaterali. Organizzato da GASC Gruppo di Acquisto Solidale e Critico Barletta https://www.facebook.com/gascbarletta/
Braidi - Fraz. di Montalbano Elicona (ME)	Sagra del Ficodindia	Prima decade di settembre	Degustazione di golosità e dolcezze al ficodindia. Il frutto si può mangiare fresco, in tutte le sue varietà (bianco, sanguigno, "bastardoni") o sotto forma di specialità come granita, gelato, dolci, mostarda. Iniziative collaterali. http://www.comune.montalbanoelicona.me.it/
Miglionico (MT)	Sagra dei Fichi secchi	Ultimo fine settimana di settembre	Manifestazione decennale. Stands e prodotti a base di fichi secchi. Iniziative collaterali. www.prolocomiglionico.it
Arquà Petrarca (PD)	Festa delle Giuggiole	Prime due domeniche di ottobre	Nel borgo trecentesco, incastonato tra il verde dei Colli Euganei, due domeniche interamente dedicate alla celebrazione del prodotto tipico locale: le giuggiole. www.arquapetrarca.com proloco@arquapetrarca.com
Belpasso (CT)	Sagra del Ficodindia DOP dell'Etna	Prima decade di ottobre	Un appuntamento con piatti e prodotti a base di ficodindia. Esposizione agroalimentare e intrattenimenti musicali. http://www.comune.belpasso.ct.it
San Cono (CT)	Sagra del Ficodindia	Prima decade di ottobre	Più di trenta le edizioni della Sagra dal 1984. Si celebra il "bastardone", il più buono dei fichidindia, anche con cibi inediti a base dei saporiti frutti. http://www.comune.sancono.ct.it/
Carignano (TO)	Sagra dei Ciapinabò	Prima decade di ottobre	In piemontese <i>ciapinabò</i> , nel linguaggio comune topinambour. In questa sagra ormai tradizionale si possono trovare sulle diverse bancarelle, spesso insieme ai tipici peperoni. Contorno di manifestazioni e appuntamenti diversi. http://www.comune.carignano.to.it/

Roccapalumba (PA)	Sagra del Ficodindia	Metà ottobre	Tradizionale sagra del frutto di fine estate. Manifestazioni culturali, spettacoli, mostre, meeting, gare gastronomiche, giochi, visite e degustazioni guidate. info@comune.roccapalumba.pa.it turismo@comune.roccapalumba.pa.it
Militello in Val di Catania (CT)	Sagra della Mostarda e del Ficodindia	Metà ottobre	Gastronomia e tante iniziative collaterali in questa sagra ormai pluridecennale. Info: http://www.comunemilitello.it/hh/index.php
Trinità (CN)	Sagra <i>dij Puciu</i>	Fine novembre	In occasione della Festa di San Francesco Saverio viene riproposta la Sagra <i>dij Puciu</i> , negli anni scorsi abbinata in altra data a quella dei <i>Bigat</i> (bachi da seta). I <i>puciu</i> (le nespole) sono gli ultimi frutti della stagione e forse i più poveri tra i frutti. www.comune.trinita.cn.it
Ragalna (CT)	Sagra della Salsiccia Caliceddi e Vino	Prima decade di novembre	Appuntamento autunnale con la salsiccia locale e il contorno dei saporiti <i>caliceddi</i> (<i>Brassica fruticosa</i>). Info: www.facebook.com/Ragalnaeventi www.comune.ragalna.ct.it/
Farigliano (CN)	Festa di San Nicolao e Fiera dei Puciu	Fne novembre	La sagra dedicata ai <i>puciu</i> , le nespole, uno dei più tipici frutti autunnali, si svolge in concomitanza con la festa patronale di S. Nicolao e insieme alla rassegna dei prodotti locali delle Langhe. http://www.proloco-farigliano.it