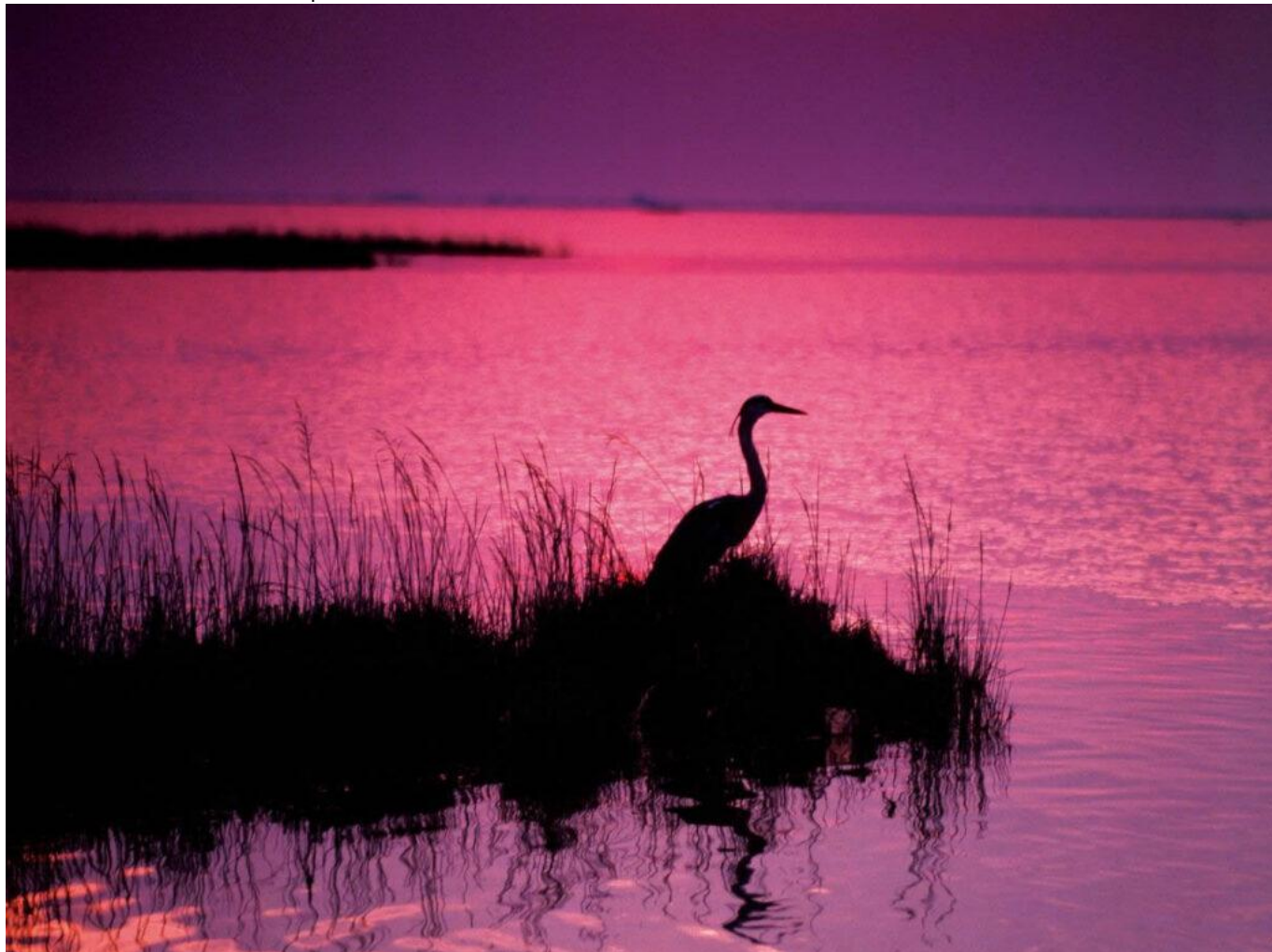


# Tra natura e buona tavola, Lignano Sabbiadoro è tutta da vivere anche fuori stagione

scritto da Silvia Fissore | 15/02/2023



**I percorsi ciclopedonali lungo le spiagge, le riserve naturali dove fare birdwatching, le case sull'acqua dove fare meditazione o sostare per un aperitivo. Per non parlare della buona tavola che qui attinge ai sapori dell'alto Adriatico, alla cucina semplice dei pescatori, accompagnata da vini imperdibili, come il Refosco dal Peduncolo rosso. Ecco 4 idee per vivere questo piccolo gioiello sulle coste del Friuli**

**Lignano Sabbiadoro fuori stagione** è un piccolo gioiello che può regalare emozioni e

divertimento, al di là del turismo balneare. A chi ama le escursioni in bicicletta, il contatto con la natura e, in generale una vacanza dai ritmi lenti, con cui ricaricare le energie dedicandosi alle attività outdoor e alla buona tavola, la località friulana è l'ideale.

Lo scrittore **Ernest Hemingway** la soprannominò la "Florida d'Italia", incantato da quella sottile striscia di terra bagnata da tre diversi tipi di acqua: quella marina dell'**Adriatico a sud**; quella salmastra della **laguna di Marano a nord**; e quella dolce del **fiume Tagliamento a ovest**, col suo spettacolare estuario.

## Lignano Sabbiadoro fuori stagione: 4 motivi per visitarla

Suggerimenti letterarie a parte, ecco **4 buoni motivi per visitare Lignano Sabbiadoro** anche fuori stagione approfittando delle prime giornate primaverili in arrivo.

### Aperitivo nelle Case sull'Acqua

Le vere "star" da queste parti sono i **vecchi Casoni**, costruzioni simili a capanne su palafitte, realizzate con materiali locali, come la cannuccia palustre: qui, nell'unica stanza disponibile, i pescatori un tempo si riposavano e si scaldavano al fuoco, fino all'alba del giorno dopo. Oggi, tornati a nuova vita, **i Casoni sono location uniche** dove provare la meditazione o degustare aperitivi con i vini e le specialità della zona, immersi nella quiete del paesaggio di laguna. Sono raggiungibili dal porto di Marano Lagunare, piccolo borgo che vale una sosta anche solo per scattare una foto delle "batele", le tipiche barche da pesca di laguna, lunghe 4 metri e dal fondo piatto, studiate per navigare in acque non particolarmente profonde e sabbiose.

### Birdwatching tra i fenicotteri e gli aironi

L'incontro tra fiume e mare ha dato vita, in questi luoghi, a un ecosistema lagunare unico, popolato da più di 300 specie avifaunistiche tra cui anche i fenicotteri e gli aironi rossi. Nelle insenature lagunari circostanti, poi, non è raro avvistare **interi stormi di uccelli acquatici che si aggregano durante la stagione invernale**, tra i quali si distinguono soprattutto folaghe e anatidi come la canapiglia, l'alzavola, il mestolone, il moriglione, la moretta e il quattrocchi. Un'occasione unica, per gli amanti del **birdwatching**, che potranno avvistare esemplari rari come l'airone rosso, che si riproduce tra i canneti del delta del Fiume Stella, o il falco di palude, che in questa zona vanta una delle più elevate concentrazioni di tutta Italia.

### Camminare a pelo dell'acqua

Un'altro dei motivi per godersi **Lignano Sabbiadoro fuori stagione** è sicuramente la [riserva Valle Canal Novo](#): meno battuto rispetto ad altre aree protette, questo angolo di natura può essere percorso attraverso **suggestive passerelle di legno a pelo dell'acqua**. Un'esperienza incantevole dal fascino delicato, da vivere anche in inverno per seguire il ritmo lento, quasi dormiente, della natura.

### La Festa delle Cape

L'enogastronomia è un'altra punta di diamante di questo territorio. Tra i piatti tipici della laguna ci sono **specialità a base di pesce e crostacei**, come la *Zuppa di pesce alla maranese*, una minestra al pomodoro servita con crostini di pane, da gustare in modo particolare nel periodo invernale. Preparato dai pescatori che vivevano nei casoni, si cucina con prodotti semplici come olio extra vergine, aglio, sale, e pepe nero per esaltare il sapore del pesce locale.

Da non perdere anche i *Sievoli sotto sal*, cefali conservati sotto sale, e il *Bisato in speo*, piatto a base di anguilla allo spiedo preparata a lenta cottura sulla brace, accompagnato da un Merlot o dal vino locale Il Refosco del Peduncolo rosso.

Per chi volesse gustare queste pietanze tipiche, una tappa obbligata è la [Festa delle Cape](#) a Lignano Pineta nei primi due fine settimana di marzo: da sabato 4 a domenica 5 marzo e da sabato 11 a domenica 12 marzo. Si tratta di un evento enogastronomico storico nato dall'idea dei pescatori del territorio di far conoscere e gustare ai turisti le specialità ittiche dell'alto Adriatico.

Per informazioni: [www.lignanosabbiaodoro.it](http://www.lignanosabbiaodoro.it)