

Tra sapori e scoperte, sulle colline e tra i laghi: il “menù” della Mangia Bevi Bici 2025

Pubblicato: Lunedì 7 Luglio 2025



Sarà come sempre una domenica da gustare e da pedalare: domenica 13 luglio torna la Mangia Bevi Bici, la pedalata nella zona del Lago Maggiore.

Immutata la formula: partenza e arrivo a Ispra, due diversi percorsi (da 25 e 38 km), quattro tagliandi da “spendere” nelle soste con specialità e bevande locali, tutte da gustare. E in mezzo anche una serie di tappe culturali, quest’anno accomunate da una serie di anniversari.

Ogni anno la “Mangia Bevi Bici” – organizzata da La Bottega del Romeo di Ispra e giunta alla 13esima edizione – propone un percorso nuovo e **quest’anno da Ispra ci spinge verso i laghi “minori” di Lonate e Comabbio e fin quasi alle porte di Sesto Calende**, prima di rientrare verso il Lago Maggiore.

Immane la curiosità per il menù che verrà proposto: **quali sono le specialità e le novità che si potranno gustare?**

A pochi chilometri dalla partenza – passati dalla splendida zona della Quassa – il **Golf Cafè di Barza** – ristorante immerso nel verde – **offrirà il “Golfaperitivo”** con *bruschettoni* per tutti i partecipanti, sia quelli del percorso breve che quelli del percorso lungo.

A Corgeno di Vergiate i pedalatori del “lungo” saranno accolti dai simpatici ragazzi di “**Natura in moto**” (l’azienda agricola di Capronno, partner fedelissimo della manifestazione) che proporranno

quest'anno i **“maltagliati della terra dei laghi”**.



A **Taino** tutti i partecipanti – sia del percorso lungo che del percorso corto – potranno assaggiare il **“farro ai colori d'estate”** proposto dalla **Pro Loco di Taino**.

Ci si rimette in sella per qualche chilometro e nel minuscolo villaggio di **Capronno** ecco l'altra sosta gastronomica, con l'**associazione Il Castellaccio** che sotto gli alberi delle vecchie scuole del paesino proporrà la **grigliata “dell'allegria”**, accompagnata da una rievocazione storica coi **“Piott”**, la compagnia di lettori che portano avanti tradizioni, storie e leggende della zona del lago.

All'arrivo a **Ispra** sarà il momento del **dolce**, con **doppia proposta tra cui scegliere**, con due esercizi del paese, partner ormai storici della **“Mangia Bevi Bici”**: la pasticceria San Gabriele proporrà il **Dolce Anniversario al caramello salato**, mentre la gelateria Il Capriccio ha pronto il rinfrescante **gelato**.

Strade nel verde, opere d'arte e anniversari

Lungo la strada poi non mancano **le proposte culturali**, quest'anno dedicate ad una serie di **anniversari**: la partenza da Ispra quest'anno sarà dalla Sala Serra, dove si potrà assistere a un breve documentario sui 90 anni della Bottega del Romeo, il negozio di biciclette aperto da Romeo Franzetti e portato avanti oggi dal nipote Lorenzo, instancabile organizzatore della **“Mangia Bevi Bici”**.

A Corgeno compie 80 anni Mario da Corgeno, lo scultore che apre le porte del suo piccolo e fascinoso atelier nel paese sul lago.

A Taino il punto di ristoro sarà all'aperto nella zona del parco del paese, che è quasi un museo a cielo aperto: per i cento anni dello scultore Giancarlo Sangregorio si potranno scoprire le opere nel parco, mentre subito accanto ci sarà un'esposizione sugli ottant'anni dell'esplosione della polveriera che sorgeva vicino al paese, avvenimento mitologico per la zona del Basso Verbano.

E non va dimenticato che **cultura è prima di tutto il paesaggio del Basso Verbano**, con i suoi boschi e

i campi coltivati, le ville e le cascine, paesi e villaggi (come il minuscolo abitato di Oriano Ticino), da scoprire su un percorso tracciato per offrire a tutti una bella esperienza, pedalando su strade secondarie o su vie sterrate ma facili da percorrere.

E non mancherà qualche sorpresa che verrà svelata all'ultimo.



Come si partecipa alla “Mangia Bevi Bici”

Iscrizione obbligatoria entro il 10 luglio, alla Bottega del Romeo: ci si può iscrivere direttamente lì (piazza San Martino, Ispra) oppure a distanza per telefono 348 8516760 o attraverso canali social (Facebook, [qui](#), e Instagram, [qui](#)).

La quota d'iscrizione è 30 euro per gli adulti, 18 euro per i ragazzi fino a 15 anni.

Quando si parte?

Ci si mette in sella quando si vuole, a partire dalle 10 del mattino, dopo aver ritirato il kit per partecipante.

C'è la **possibilità di noleggiare bici alla Bottega** e c'è anche la possibilità di acquistare prodotti lungo il percorso e farseli consegnare all'arrivo, per portarsi a casa i sapori provati durante la giornata.

Roberto Morandi

roberto.morandi@varesenews.it