

# **GUIDA PRATICA AL CENTRO DI ASSISI**

## **1. CONSIGLI UTILI PER VISITARE ASSISI**

### Parcheggi consigliati

- Parcheggio Mojano (P1): comodo per salire verso la Basilica di San Rufino e il centro.
- Parcheggio Matteotti (P3): ideale per iniziare la visita da Piazza del Comune.
- Parcheggio Giovanni Paolo II (Porta Nuova): vicino alla Basilica di Santa Chiara.

Assisi è molto ripida: scarpe comode e abbigliamento leggero a strati.

### **Quando visitare cosa**

- Basilica di San Francesco: meglio al mattino presto (meno affollata, luce più bella nella Basilica inferiore).
- Basilica di Santa Chiara: tardo pomeriggio, atmosfera serena e tramonto fantastico fuori.
- Rocca Maggiore: salita ripida, ma panorama incredibile; ottimo verso le 17:00.

### **Acqua & praticità**

- Fontanelle presenti in tutto il centro (acqua potabile).
- Molti locali chiudono tra le 15:00 e le 19:00: organizza i pasti.

## **2. COSA MANGIARE AD ASSISI**

### **Prodotti tipici umbri**

- Olio extravergine DOP Umbria – Colli Assisi-Spoleto (uno dei migliori d'Italia).
- Prosciutto e salumi umbri (capocollo, lonza, corallina).
- Formaggi pecorini stagionati e freschi.
- Tartufo nero di Norcia.
- Legumi umbri: lenticchie, farro, ceci.

- Vini: Sagrantino di Montefalco, Montefalco Rosso, Assisi Grechetto.

### **Piatti tradizionali**

- Strangozzi al tartufo
- Tagliata di Chianina
- Zuppa di farro
- Panzanella umbra
- Palomba alla ghiotta
- Torta al testo

## **3. RISTORANTI CONSIGLIATI NEL CENTRO DI ASSISI**

Ristorante Il Vicoletto – Storico, familiare, prezzo di favore con biglietto da visita.

Osteria Piazzetta delle Erbe – Cucina umbra moderna.

Trattoria Pallotta – Tradizione in Piazza del Comune.

Taverna dei Consoli – Vista sulla piazza.

Il Menestrello – Specialità al tartufo.

### **Pranzo veloce**

La Bottega dei Sapori – Torta al testo.

Alimentari Ricci – Panini gourmet.

### **Dolci e pause**

Pasticceria Sensi – Rocciate ottime.

Bar della Minerva – Vista Tempio di Minerva.

### **Prodotti da comprare**

- Olio DOP, tartufi, pecorino, salumi, vini.

### **Consigli locali**

- Prenotare la cena.
- Attenzione alle strade scivolose.
- Per risparmiare, allontanarsi dalle vie centrali.
- Migliori viste: Rocca Maggiore e Belvedere Porta Nuova.