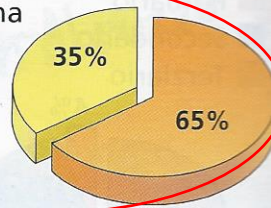


# Dagli alti Appennini alle coste adriatiche

IMPORTANTE SUPERFICIE: 10 736 km<sup>2</sup>

## Il territorio

- Montagna
- Collina
- Pianura



NON STUDIARE

MONTI

L'Abruzzo è una regione prevalentemente **montuosa**. Gran parte dell'interno è occupato dal **sistema montuoso dell'Appennino**, che presenta varie vette più elevate dei 2000 metri. Tra i versanti delle montagne si aprono alcune conche pianeggianti, come la fertile **Piana del Fucino**: un tempo era un lago, che è stato prosciugato nel XIX secolo.

PIANURA

Verso est, i rilievi scendono fino a raggiungere **la zona collinare, dall'aspetto arido e brullo**, per poi arrivare fino al **Mare Adriatico**, che segna il confine orientale della regione. **Le coste a nord sono basse e sabbiose mentre più a sud diventano alte e rocciose.**

MARE E COSTE

Una parte del territorio abruzzese, di carattere montuoso, è inclusa nel parco più antico d'Italia: il **Parco Nazionale d'Abruzzo**. Istituito nel 1923, comprende grandi foreste di faggi, frassini, querce e pini. È importante anche per la tutela di alcuni animali ormai rari, come il lupo e l'orso marsicano.

## Le tradizioni

### Oggi si mangia...

La cucina dell'Abruzzo ha sapori forti e decisi. Uno degli ingredienti tipici è lo **zafferano**, coltivato in particolare nella zona di Avezzano. Lo si adopera anche per condire la pasta: si prepara un soffritto con la pancetta, poi si unisce la ricotta di pecora e lo zafferano disciolto in acqua.

Pistilli di zafferano. ▼



## Clima di mare, clima di montagna

SUI MONTI

Il clima dell'Abruzzo varia notevolmente a seconda delle zone. **All'interno è di tipo continentale, con inverni freddi e abbondanti precipitazioni in ogni stagione**, che diventano nevose sulle cime più elevate.

SULLE COSTE

Lungo le coste il clima è invece **più mite grazie all'influenza delle acque del mare**, con inverni freschi ed estati calde e prevalentemente asciutte.

Il massiccio del Gran Sasso, all'interno del Parco Nazionale d'Abruzzo. ▼



Stabilimenti balneari sull'Adriatico. ▼

