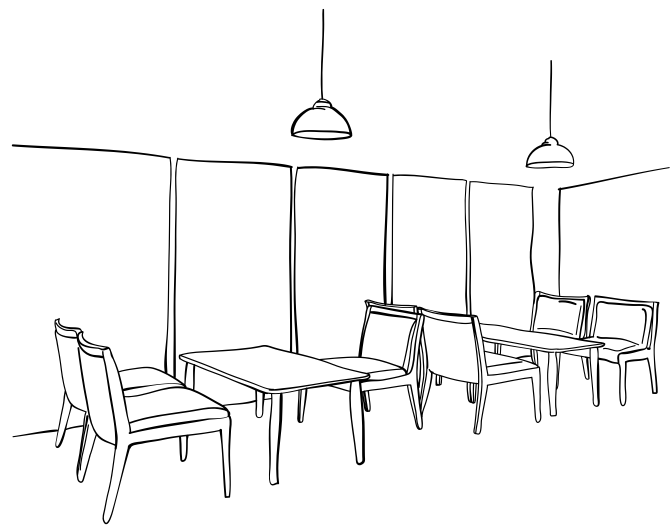


Il ristorante

La gestione mette la propria vasta e anche internazionale esperienza nella ristorazione e nei rapporti con il pubblico al servizio dei clienti, al fine di creare un **legame autentico col territorio**, sia con l'enogastronomia che con le comunità locali.

Situato a **Massa Martana, borgo medievale nel cuore dell'Umbria**, il ristorante "La Taverna del Capitano" propone un menù di pesce e un menù di terra legato alla cucina tipica umbra.



Massa Martana fa parte dell'**Unione dei Comuni dell'Olio e del Sagrantino** ed è **Città Amica delle Api** e vuole promuovere la sua Candidatura per il 2026 come Capitale Italiana della Cultura.



www.latavernadelcapitano.it



Via Giuseppe Mazzini 5
06056 - Massa Martana (PG)



info@latavernadelcapitano.it



+ 39 335 808 1300

Sapori autentici:

Degustazione delle eccellenze del territorio



Salumi e formaggi



Vino



Olio



Tartufo Nero



Dolci



Miele

L'apertura della nuova attività di ristorazione "**La Taverna del Capitano**" è stata effettuata grazie all'omonimo Progetto N. prot. della domanda BRG0000933 – CUP C75H23004860001– COR 22762148 – PNRR M1C3 Misura 2 "Rigenerazione di piccoli siti culturali, patrimonio culturale, religioso e rurale", Investimento 2.1: "Attrattività dei borghi storici", Linea B. Progetti locali di rigenerazione culturale e sociale dei piccoli borghi storici, finanziato dall'Unione Europea – NextGenerationEU



Finanziato
dall'Unione europea
NextGenerationEU



MINISTERO
DELLA
CULTURA

Ristorante
**La Taverna
Del Capitano**

Sapori di mare e
cucina tipica umbra
con degustazioni
d'eccellenza a km
zero



Menù mare



Antipasti:

Crudo di ostriche, gambero rosso e scampo, insalata di mare, fritti e sauté di molluschi

Primi:

Gnocchi agli scampi, spaghetti alle vongole, paccheri alla ricciola, risotto di mare, cacio e pepe di mare



Secondi:

Frittura di calamari e gamberi, spigola, orata, rombo al sale o in crosta



Menù terra



Antipasti:

Tagliere umbro con salumi locali, crostini al tartufo e torta al testo

Primi:

Tagliatelle al tartufo, strangozzi alla norcina, pappardelle al sugo di lepre o d'oca, gnocchi al ragù, ravioli ricotta e spinaci



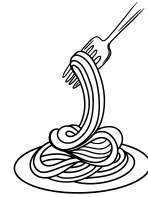
Secondi:

Grigliata mista, agnello, tagliata, pollo, coniglio



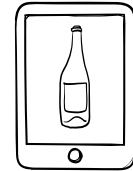
Progetto a Km Zero:

tradizione, inclusione e sostenibilità



Turismo enogastronomico a km zero:

Menù basato sui **piatti tipici della tradizione umbra** e sulle eccellenze del territorio: formaggi, salumi, tartufo nero, olio, vino, dolci.



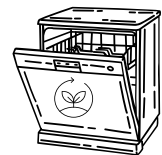
Vetrina digitale per le eccellenze locali:

Una **piattaforma interattiva e innovativa** che promuove i prodotti del territorio, offrendo visibilità alle realtà locali.



Valorizzare le persone, contrastare lo spopolamento:

Il progetto coinvolge attivamente **risorse locali** (donne, giovani, categorie protette) nelle attività di cucina, sala e accoglienza.



Attrezzature green:

Tutti gli apparecchi utilizzati (frigoriferi, forni, lavastoviglie ecc.) sono scelte in base a criteri di **efficienza energetica**.



Itinerari e sagre nei dintorni

Massa Martana

Borgo medievale immerso nella natura, ricco di tradizioni culinarie ed eventi tutto l'anno. Meta ideale per chi cerca storia, enogastronomia e natura.



Todi

Tipico borgo medievale arroccato su un'altura, mix di arte, architettura e cultura, si affaccia sulla incantevole valle del Tevere.



Montefalco

Città antica con centro storico medievale, regno delle degustazioni di prelibatezze locali e ottimi vini prodotti dai vigneti delle sue colline.



Sagra della Polenta a Vieri

Tra marzo e aprile, dedicata alla **cucina tradizionale umbra**. L'evento include anche serate danzanti con orchestre locali.



Sagra de "Li Strangozzi co' li Sparici" a Eggi

Tra aprile e maggio, dedicata agli **strangozzi** e agli **asparagi di bosco**, con eventi collaterali come mercatini dell'artigianato



Completano il menù contorni di stagione, dolci della casa e una selezione di grappe, amari e liquori locali