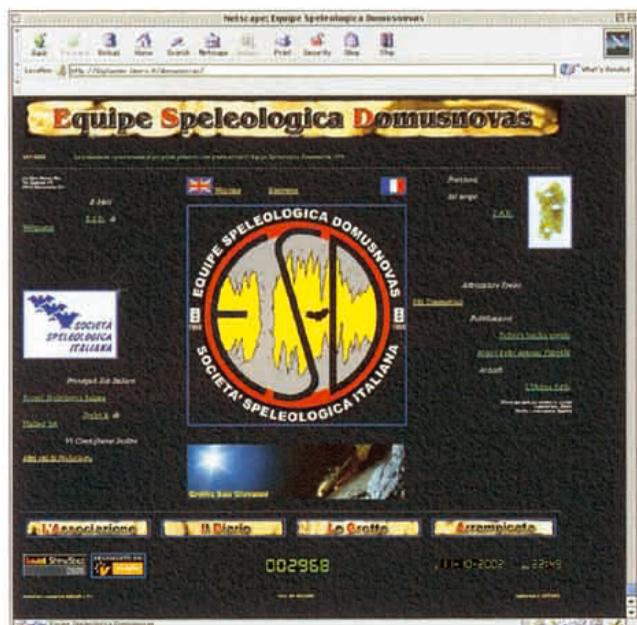


le stalattiti (quelle che si sviluppano a partire dalla volta) e molto rare le stalagmiti (quelle sul pavimento). La specialità della Grotta di San Giovanni sono soprattutto le concrezioni a vaschetta e a baldacchino presenti sui lati del grande tunnel. Un tempo si potevano trovare anche numerose pisoliti, dette perle di grotta (delle concrezioni sferiche con un diametro che va da qualche millimetro a diversi centimetri) ormai inesorabilmente trafugate dai "predoni" di passaggio.



Se si visita la grotta in un periodo piovoso si ha la possibilità di vedere tutto il sistema attivo con vere e proprie cascate e giochi d'acqua assolutamente naturali, le vaschette si trasformano in suggestive fontane che riversano le proprie acque sul fiume creando uno scenario di grande impatto per il visitatore.

Una volta usciti all'altra parte attraversando l'ingresso nord largo oltre 50 metri, si può proseguire la passeggiata nel bosco. Inoltrandosi per qualche chilometro si trova anche una sorgente con dei tavoli da pic-nic utili per rinfrescarsi e fare una sosta.

Tutta la zona limitrofa alla grotta è generalmente presa d'assalto dai praticanti dell'arrampicata sportiva, che possono contare su pareti d'arrampicata di tutti i livelli ben attrezzate e pronte all'uso.

Questo fa di tutto il Marganai, una grande palestra naturale dove si può praticare o semplicemente guardare gli altri.

Per maggiori informazioni potete consultare il sito internet (<http://digilander.libero.it/domusnovas>) dell'Equipe Speleologica Domusnovas nella sezione "arrampicata".

> GASTRONOMIA

Terminata la visita alla grotta, magari vi è venuta fame, potete quindi approfittarne per assaporare i piatti tipici

del luogo. La gastronomia, rispecchia generalmente sia quella tipica campidanese, che quella dell'iglesiente, si fanno primi piatti come i malloreddus (gnocchetti) al sugo e salsiccia, o la raffinata fregola (una pasta fatta di grumi di semola) con uno speciale soffritto di lumache chiamata in sardo Su siccu de sizzigorris.

I secondi piatti, sono invece in prevalenza stagionali e spesso vedono l'inclusione di diversi ortaggi poiché ci si trova posizionati nella fertile valle del Cixerri. In primavera si può mangiare il pollo ripieno ai piselli, in periodo di caccia il prelibato cinghiale con pinoli e mandorle fatti in pesto, mentre nel mese di maggio in occasione della festa di San Giovanni si cucina la pecora con patate (un piatto più tipicamente del nord Sardegna).

A fine estate può essere interessante la sagra del fico d'india, un'ottima occasione per gustare il dolce frutto di questa pianta grassa molto comune nelle regioni più soleggiate d'Italia.

> LA RISTORAZIONE

Iglesias:



Hotel-Ristorante Artu, Piazza Sella, 15.
Tel. 0781 22492-22546-32448, Fax. 0781 32449



Ristorante Gazebo Medievale, specialità gastronomiche locali e internazionali. Via Musio, 21
Tel. 0781 30871, Cell. 360 620098

Domusnovas:

Ristorante Perd'e Cerbu. Loc. Grotta San Giovanni.



Coop Naracauli: www.visitaresardegna.it
Centro prenotazioni via internet per alloggio in agriturismo, Bed & Breakfast e Case tipiche

Supporti per la comunicazione d'impresa
coop.naracauli@tiscali.it
www.visitaresardegna.it Il Dormire
Iglesias: Hotel Artu, Piazza Sella, 15.
Tel. 0781 22492-22546-32448, Fax. 0781 32449

In internet
Calendari, informazioni, appuntamenti su www.visitaresardegna.it.
Il sito dell' Equipe speleologica di Domusnovas,
<http://digilander.libero.it/domusnovas>
www.gazebomedioevale.it.
www.hotelartuiglesias.it.

Ringraziamenti

Si ringraziano per la collaborazione e per il materiale fotografico, l'Equipe Speleologica di Domusnovas

