



**Sulla tavola degli italiani c'è una grande varietà di dolci, non solo il panettone.**

## DOLCI DI NATALE NEL SUD ITALIA

[ TRATTO DA GUIDA SUL NATALE ]

### di Francesco Mastrorizzi

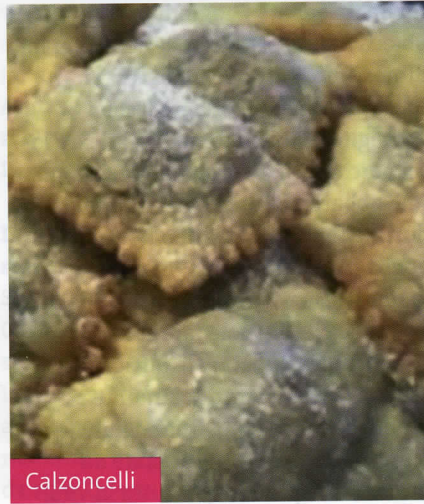
In questo periodo dell'anno, con l'avvicinarsi delle feste natalizie, è usanza in molte famiglie italiane, soprattutto in quelle di provincia, preparare tipici dolci natalizi, che vengono mangiati nei giorni di festa. Sono dolci le cui tecniche di preparazione sono tramandate di generazione in generazione unicamente a voce e che permettono la conservazione di tradizioni centenarie, spesso da molti dimenticate.

Nel Sud Italia, tra Puglia, Campania e Basilicata, un dolce tipico sono i **calzoncelli**, dalla forma a mezzaluna e riempiti con pasta di castagne o di ceci. I calzoncelli hanno ricette e modalità di preparazione diversi da paese a paese e perciò si differenziano per forma, grandezza e tipo di ripieno. Anche il nome a volte può variare, benché aspetto e sapore del dolce siano molto simili. In Basilicata i calzoncelli sono piccoli e simili a ravioli, mentre quelli campani sono più grandi e hanno la forma classica del calzone. Vengono riempiti con sola pasta di castagne o aggiungendovi pasta di ceci, sono fritti nell'olio d'oliva e coperti

con zucchero a velo o miele. Molto simili ai calzoncelli sono le **casatelle** di Forenza (PZ), fatte con castagne cotte e frollate, con l'aggiunta di cacao, cioccolata, noci e mandorle tostate e macinate. Le **crustole** sono, invece, delle paste frolle a liste dentellate ripiegate a spirali pizzicandole con le dita, dall'aspetto simile a quello di una rosa. Sono preparate con farina, uova e pochissima acqua, fritte nell'olio purissimo di oliva e asperse\* abbondantemente di miele, zucchero o vincotto. Molto buone sono anche le **pizzicannelle**, biscotti lucani\* ottenuti da un impasto composto, tra l'altro, di farina,



Taralli



Calzoncelli



Biscotti



zucchero, uova, olio, cannella, cacao amaro e ammoniaca. Solitamente hanno l'aspetto romboidale, vengono cotte al forno e possono essere ricoperte con la glassa\*. Spesso per le feste natalizie si preparano anche i **calzoni**, fatti con una sfoglia ottenuta impastando la farina con olio d'oliva caldo e poco zuccherato e con acqua tiepida. Tra gli ingredienti del ripieno possiamo trovare fichi secchi, uva sultanina, noci, nocciole e mandorle tostate, cioccolato fondente sminuzzato\* a schegge, cacao amaro, buccia d'arancia tostata e macinata, miele e zucchero. Si cuociono al forno. Ricordiamo inoltre i **taralli** ricoperti di

## Dolci dalle isole

### I cannoli siciliani

Sono buonissimi i dolci con ripieno di crema di ricotta! La pasticceria siciliana è conosciuta in tutto il mondo, soprattutto per i cannoli e la cassata. I cannoli siciliani sono considerati tra i dolci più tipici dell'isola, vero trionfo di soffice ricotta e canditi. La crema è a base di ricotta e scaglie di cioccolato. La preparazione è semplice, gli ingredienti sono la ricotta, lo zucchero e una bustina di vaniglia: vengono mescolati fino ad ottenere una crema, poi si aggiungono i canditi, le scaglie di cioccolato fondente e una piccola quantità di cannella in polvere.

### I sospiri di Ozieri

Sono dolcetti al forno che si producono nella località di Ozieri in Sardegna: sono semplici da preparare e buonissimi da mangiare! Ecco la ricetta dei sospiri.

#### Ingredienti

Per 3 persone: 7 g di farina, 50 ml di panna fresca da montare, 100 g di zucchero a velo, 150 g di mandorle dolci, 1 albume d'uovo, vaniglia, miele di castagno.

#### Preparazione

Pelare le mandorle dolci in acqua bollente e tritarle finemente. Montare l'albume e la panna fresca. Amalgamare lo zucchero a velo con le mandorle tritate, la farina, mezza bustina di vaniglia, mezzo cucchiaino di miele, la panna e gli albumi. Con un cucchiaino formare dei mucchietti con il composto, metterli in una teglia e cuocere per 30 minuti a 150°.



Cannoli siciliani



Sospiri di Ozieri



Calzoni



Crustole

glassa di zucchero, le **frittelle** con zucchero e miele, le **crostate**, i **biscotti** alle mandorle e quelli al vincotto. Pasticcerie, forni e negozi di alimentari sfornano ancora molte di queste leccornie\*, ma vogliamo mettere quelle fatte in casa dalle mani delle nostre nonne o mamme?

### Glossario

**asperse:** bagnate, coperte  
**glassa:** zucchero mescolato con acqua  
**leccornie:** (qui) dolci tipici e buonissimi  
**lucani:** della regione Basilicata  
**sminuzzato a schegge:** tagliato in fette sottilissime e irregolari

Italia da scoprire

# Gli struffoli

Sono il dolce tipico del Natale di Napoli. Sono facili da preparare e... buonissimi! Si tratta di piccole palline di pasta dolce, fritte nell'olio e poi coperte di miele. Vengono decorate con confetti colorati e frutta candita.

Gli struffoli non sono solo buoni, sono anche molto... antichi! Infatti, sono stati portati a Napoli dagli antichi Greci. Anche il nome "struffoli" deriva da una parola greca che vuol dire "tondo".

## Ingredienti

(per quattro persone)

- Burro: 40 grammi
- Farina: 300 grammi
- Miele: 300 grammi
- Olio per friggere: 1 bicchiere
- Uova: 2 + un tuorlo
- Zucchero: un cucchiaino
- 1 scorza di limone grattugiata
- Un po' di sale
- Confetti o frutta candita per decorare.

## La ricetta

**Mettila in ordine e... buon appetito!**

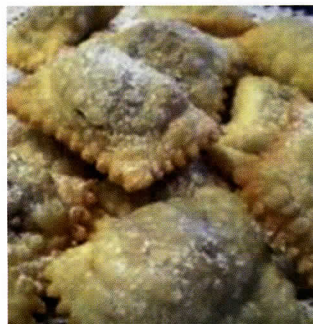
- 1** Friggi questi piccoli pezzi nell'olio.
- 2** Dividi l'impasto, facendo con le dita dei piccoli bastoncini e taglia questi bastoncini in piccoli pezzi.
- ~~**3**~~ Mescola insieme la farina, le uova, il burro, lo zucchero, la scorza di limone e un po' di sale.
- 4** Decora gli struffoli con confetti o frutta candita e... buon appetito!
- 5** Lascia riposare tutti questi ingredienti mescolati per mezzora.
- 6** Dopo averli fritti, mescola questi piccoli pezzi con il miele sciolto in una pentola.

3 □ □ □ □ □



# Dolci di Natale

**Leggi gli ingredienti e scrivi il dolce corrispondente.**



Le fotocopie non autorizzate sono illegali.

1. Pasta di castagne e ceci – zucchero – olio di oliva – miele:

.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

2. Farina – zucchero – uova – olio – cannella – cacao amaro – ammoniaca:

.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

3. Castagne cotte – cacao – cioccolata – noci e mandorle tostate e macinate:

.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

4. Farina – uova – acqua – olio di oliva – miele – zucchero:

.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

5. Farina – olio di oliva – acqua – fichi secchi – uva sultanina – noci, nocciole e mandorle tostate – cioccolato fondente – cacao amaro – buccia d'arancia – miele – zucchero:

.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....

Soluzioni a pag. 23