

20 Dicembre 2021

Dolci di Natale, ogni regione ha il suo

Piccolo viaggio tra le specialità territoriali per assaporare il lato più dolce delle feste natalizie



consigli golosi

Il lato più dolce del Natale è fatto di ricette da custodire e tradizioni da vivere attorno alla tavola. Per celebrare le feste ogni regione ha infatti i suoi dolci e ogni cucina i suoi piccoli segreti da tramandare lungo le generazioni. Il risultato è una gustosa mappa fatta di torte, dolcetti, spezie e ingredienti invernali. Per averne un assaggio basta un piccolo viaggio tra i tipici **dolci di Natale** italiani scegliendo una specialità per ogni regione che possa raccontare, almeno in parte, le innumerevoli ricette che, durante le festività natalizie, contribuiscono rendere le tavole italiane ancora più ricche di sapori.

L'itinerario tra i dolci di Natale può cominciare dalle zuccherose specialità della **Sicilia** che vanta una lunga e amatissima tradizione di pasticceria natalizia. Tra le tante proposte che variano per forme e sapore, spicca la celebre **Cubbaita**. Conosciuta anche come torrone siciliano, questa preparazione è tipica della parte orientale dell'isola e ha una storia secolare. Tra gli ingredienti comprende zucchero, miele e sesamo, ma anche mandorle, arance e pistacchi. Approdando in **Calabria**, s'incontrano le **Nacatole**, di casa nella zona di Gioia Tauro. La ricetta prevede un impasto fatto con farina, uova, olio, latte e anice, che verrà fritto e quindi passato nello zucchero. La forma può variare a seconda dei territori, ma è facile trovarle a ciambella. Si preparano di norma una settimana prima del Natale e si servono con vini locali.

Il dolce Natale siciliano, tra glasse e canditi [1]

In **Basilicata**, tra le altre prelibatezze, si preparano i **Calzoncelli di Natale**: fagottini fritti (talvolta anche cotti al forno) ripieni di crema di castagne e ceci. La forma ricorda quella dei ravioli e vengono infine ricoperti con zucchero a velo o miele. Le tradizioni della **Puglia** si gustano invece nella fragranza della **Cupeta salentina** che durante le feste riempie con la sua fragranza le strade di questa regione. Simile al torrone e al croccante di mandorle, si può sperimentare in tre varianti: la Cupeta nera, fatta con mandorle intere non sbucciate; quella bianca con mandorle sbucciate e infine la Cupeta con mandorle macinate. Il **Molise**

è invece terra di **Bocconotti Molisani**, tipici dolci di Natale fatti con pastafrolla ripiena di crema e amarene. Mentre in **Sardegna** si può gustare **Su Pan?e Saba**, ovvero il Pane di Sapa, dolce da forno delle feste che racconta di un'antichissima tradizione sarda e prevede diversi ingredienti a seconda della zona dell'isola in cui viene preparato.

Cupeta Bianca, per un dolce Natale salentino [2]

Tra i protagonisti di Natale, in **Campania** spiccano gli **Struffoli**, piccole palline di pasta dolce, fritte e poi intinte nel miele. La presentazione tipica le vuole disposte a ciambella in un piatto da portata e decorate con composizioni di frutta candita, zucchero e confettini colorati. Passando per l'**Abruzzo** non si può che gustare un classico e amatissimo **Parrozzo**. Si tratta di un dolce dalla forma semi sferica che nasce da una ricetta povera a base di farina di granturco con l'aggiunta di mandorle e si presenta ricoperto da irresistibile cioccolato fondente. Dalle preziose note aromatiche è invece il **Frustingo**, dolce tipico delle **Marche** che risale fino ai tempi degli Etruschi. Immancabile sapore del Natale marchigiano, questa preparazione si può ritrovare con diversi nomi e sfumature di gusto, ma sempre composta da ingredienti corposi tra cui fichi secchi, mosto cotto, frutta candita, caffè, noci e mandorle solo per citarne alcuni.

Un Natale a Napoli. Idee di viaggio [3]

Come il Parrozzo divenne il dolce della terra d'Abruzzo [4]

Frustingo, il dolce di Natale sofisticato e trasformista [4]

A distinguersi per il sapore intenso è anche il **Panpepato**, tipico di numerose regioni e celebrato nel **Lazio** da una lunga tradizione. Ricco d'ingredienti, la sua ricetta si è modificata nel tempo accogliendo diversi sapori a seconda delle zone e delle cucine. Il suo sapore speziato unisce frutta secca, noci e pinoli a uvetta, farina, cioccolato, arancio candito e pepe. Le origini si perdono nella notte dei tempi anche per il **Panforte**, tipica delizia della **Toscana** che si presenta come una torta bassa, dalla consistenza morbida e zeppo di frutta candita, mandorle e spezie. Passando in **Umbria**, un altro dolce ricco di storia e di suggestioni è il **Torciglione** che con la sua forma arrotolata su se stessa come un serpente simboleggia l'eterna capacità di rigenerazione della natura, e la ciclicità dell'anno che muore solo per rinascere di nuovo.

Il panpepato, dolce antico dal fascino orientale [5]

In **Emilia Romagna** tra le tante specialità delle feste si prepara il **Panone di Natale** che si lega ai territori di Bologna. La sua tradizione affonda le radici nel mondo rurale di queste aree e unisce sapori semplici come fichi secchi, cioccolato, miele e mostarda di mele cotogne. Dirigendosi verso la **Liguria** si può gustare il soffice **Pandolce** ripieno di canditi e uvetta. Mentre in **Piemonte** non c'è tavola imbandita senza il suo **Tronchetto di Natale**: cioccolato, panna, brandy e marroni che prendono appunto la forma di un piccolo tronco di legno, e ricordano il ceppo benaugurale da bruciare nel camino perché porti prosperità al nuovo anno. La lista dei dolci della **Lombardia** è anch'essa lunga, ma qui svetta di certo il classico **Panettone**, la morbida tipicità meneghina che ha conquistato tutta l'Italia.

Sulla tavola di Natale Panettone o Pandoro: questo è il problema [6]

E se la Lombardia ha visto nascere il Panettone, culla del **Pandoro** è invece il **Veneto**. Questo dolce di origine veronese, conosciuto oggi ad ogni latitudine, è stato brevettato nel 1894 da Domenico Melegatti e si distingue per la morbidezza dell'impasto e la forma a stella dalle otto punte ideata dal pittore Angelo Dall'Oca Bianca. In **Trentino Alto Adige** regna lo **Zelten**, dolce tipico del Sud Tirolo che è spesso protagonista anche tra i doni natalizi. Si tratta di un pane speziato fatto con frutta secca, uvetta, cannella e canditi da preparare per le occasioni speciali, tanto che il suo nome che deriva dal tedesco *selten* significa "raramente", riferito alla frequenza con cui lo si cucinava. A chiudere questa carrellata di dolci di Natale legati ai diversi territori (che non sempre si limitano a una sola regione) è l'immancabile **Torta Gubana**, regina delle feste nel **Friuli Venezia Giulia** con la sua dolce pasta lievitata a forma di chiocciola e il ripieno di noci, uvetta, pinoli, grappa, vino liquoroso, scorze di limone, e non solo. Anche a lei va il merito, come

nel caso degli altri dolci di Natale, di rendere più gustose le feste e tenere vive tradizioni preziose.

Regala uno zelten, pegno d'amore dal gusto speziato [7]

Torta Gubana: il dolce friulano del buon augurio [8]

Links

[1] <https://territori.coop.it/territori/il-dolce-natale-siciliano-tra-glasse-e-canditi>

[2] <https://territori.coop.it/territori/cupeta-bianca-un-dolce-natale-salentino>

[3] <https://territori.coop.it/viaggi/un-natale-napoli-idee-di-viaggio>

[4] <https://territori.coop.it/territori/come-il-parrozzo-divenne-il-dolce-della-terra-dabruzzo>

[5] <https://territori.coop.it/territori/il-panpepato-dolce-antico-dal-fascino-orientale>

[6] <https://territori.coop.it/territori/sulla-tavola-di-natale-panettone-o-pandoro-questo-%C3%A8-il-problema>

[7] <https://territori.coop.it/territori/regala-uno-zelten-pegno-damore-dal-gusto-speziato>

[8] <https://territori.coop.it/territori/torta-gubana-il-dolce-friulano-del-buon-augurio>