

DOLCI TIPICI ABRUZZESI: CINQUE DELIZIE AUTUNNALI DA PROVARE

10 Ottobre 2024



L'Abruzzo è una terra ricca di tradizioni culinarie che riflettono la sua cultura e il suo legame profondo con la natura. Durante l'autunno, la regione si riempie di profumi e sapori che celebrano la stagionalità degli ingredienti. Tra i protagonisti indiscussi ci sono i dolci tipici, che raccontano storie antiche e sapori autentici. Scopriamo insieme alcune delle prelibatezze dolciarie più amate.

Ferratelle, il gusto autentico della tradizione

Conosciute anche come neole o pizzelle, sono simili a cialde croccanti e si preparano con pochi e semplici ingredienti: farina, uova, zucchero e anice. Tradizionalmente, vengono cotte su una piastra di ferro, che conferisce loro il tipico motivo a grata. Durante l'autunno, è comune farcirle con marmellate di stagione o crema di castagne, rendendole ancora più golose. La loro croccantezza e il sapore delicato le rendono ideali da gustare in qualsiasi momento della giornata. Nella preparazione di queste delizie, l'uso di [impastatrici e planetarie professionali](#) può facilitare il lavoro, garantendo una perfetta combinazione degli ingredienti.

Bocconotti, i tesori ripieni dell'Abruzzo

Uno dei dolci autunnali più caratteristici della regione sono i bocconotti, piccole paste di frolla ripiene di confetture, solitamente di uva o di castagne, e talvolta arricchite con mandorle. Nacquero nella zona di Castel Frentano, un comune in provincia di Chieti, sono un simbolo della tradizione contadina e variano leggermente da una zona all'altra. La croccantezza della frolla si sposa perfettamente con il cuore morbido del ripieno, rendendoli semplicemente irresistibili.

Parrozzo, il dessert di Gabriele D'Annunzio

Questo dolce è un classico della cucina regionale. Inventato nel 1920 dal pasticcere Luigi D'Amico, era così apprezzato dal

poeta Gabriele D'Annunzio che lo celebrò in una sua poesia. Il parrozzo prende ispirazione dal pane rustico abruzzese - il "pan rozzo" - ma ne reinventa la ricetta in chiave dolce. Si prepara con farina di mandorle, cioccolato fondente e scorza di limone e, una volta terminato, la croccante copertura di cioccolato si fonde con la morbidezza dell'impasto, creando un contrasto perfetto. Il parrozzo è spesso preparato per le festività autunnali, ma è un dolce che si può gustare tutto l'anno.

Sise delle monache, soffici e golose

Le sise delle monache sono un dolce morbido e delicato tipico di Guardiagrele, una cittadina in provincia di Chieti. Si tratta di un dolce a base di pan di Spagna, farcito con crema pasticcera, che prende il nome dalla sua forma: tre piccoli rigonfiamenti che ricordano, secondo la tradizione popolare, il seno delle monache. Anche se non specificamente autunnali, sono perfette per accompagnare i primi freddi della stagione. La loro preparazione richiede molta precisione, soprattutto nella lavorazione del pan di Spagna, che deve essere soffice ma senza risultare secco.

Pan dell'Orso, il dolce del borgo medioevale di Scanno

Questo nome particolare deriva dalla sua forma, simile a un grande pan di Spagna, e dalla leggenda che racconta la sua genesi. Si narra di un orso che, attratto dal profumo del dolce preparato dai pastori, si avventurava tra i boschi dell'Abruzzo. La ricetta tradizionale prevede l'utilizzo di ingredienti semplici ma di qualità, come farina, zucchero, miele, noci e spezie come la cannella e il chiodo di garofano. Viene spesso arricchito con frutta secca e, in alcune varianti, con cioccolato, rendendolo un piacere irresistibile per il palato