

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Taralli al naspro: la ricetta tradizionale per un dolce natalizio unico.

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Basilicata](#)

DOSI PER: [20 pezzi](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [35 min](#) COTTURA: [35 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

NOTE: + 1 ORA DI RIPOSO



Dolci tradizionali lucani: i **taralli al naspro**. Un impasto semplice, una glassa leggera e decorazioni colorate fanno di questi biscotti un must delle festività natalizie. Scopri come prepararli!

INGREDIENTI PER L'IMPASTO

FARINA 00 500 gr

UOVA MEDIE 4

SALE 1 pizzico

LIQUORE ALL'ANICE 50 gr

INGREDIENTI PER IL NASPRO (SENZA COTTURA)

ALBUME D'UOVO 1

ZUCCHERO A VELO 200 gr

SUCCO DI LIMONE 4 gocce

COME FARE I TARALLI AL NASPRO

1 In una ciotola capiente versa la farina, le uova, il sale, lo zucchero e il liquore.





- 2 Inizia ad amalgamare con una forchetta e poi continua a impastare con la mano, se necessario rovescia sopra un piano da lavoro. Lavora il tutto fino a ottenere un panetto liscio e sodo.





- 3 Avvolgi nella pellicola per alimenti e lascia riposare per un'ora. Trascorso il tempo di riposo, scarta l'impasto, preleva una parte poco più grande di una noce e forma il classico serpente facendolo scorrere sotto le dita, quindi forma il tarallo avendo cura di sigillare bene le due estremità.





4 Termina l'impasto formando tutti i taralli adagiandoli man mano sopra una teglia rivestita

con carta forno, quindi inforna a 180°C statico (forno già preriscaldato) nella parte medio bassa per circa 25 minuti, fino a doratura. Sforna e lascia freddare.



5 Ora prepara il naspro: in una scodella versa un albume d'uovo, qualche goccia di limone e monta con le fruste elettriche per pochi secondi, sarà sufficiente che l'albume diventi leggermente schiumoso.





- 6** Unisci lo zucchero a velo e continua a montare fino ad ottenere un composto lucido e cremoso come la meringa. Aiutandoti con un pennello da cucina o semplicemente con le dita, ricopri ogni tarallo di glassa.





7 Adagiali man mano sopra la teglia con carta forno, decorali con zuccherini colorati e inforna a 100°C statico fino a far indurire la glassa (ci vorranno 10 minuti circa). Lascia

freddare, sistema i taralli sopra un piatto da portata e servi.





COME PREPARARE I TARALLI AL NASPRO: DOLCI LUCANI PERFETTI PER

I taralli al naspro sono un dolce tradizionale lucano, tipico delle festività natalizie. Con il loro impasto semplice e la copertura di glassa al limone decorata con zuccherini, sono perfetti per arricchire la tavola delle feste e portare un tocco di dolcezza tradizionale. Facili da preparare e adatti a essere conservati a lungo, sono ideali per condividere un momento di gioia con amici e parenti.

CONSIGLI, TRUCCHI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per ottenere taralli perfetti, assicurati di sigillare bene le estremità durante la lavorazione per evitare che si aprano in forno.

Se ti avanza della glassa, puoi utilizzarla per decorare [biscotti](#) o altri dolci natalizi. In alternativa, la glassa può essere conservata in frigorifero per qualche giorno e riutilizzata. Gli ingredienti come zucchero a velo e limone si prestano a molte altre preparazioni dolci.

CONSERVAZIONE

I taralli al naspro si conservano per circa due settimane, grazie alla glassa che funge da isolante. Riponili in un contenitore ermetico per mantenerne la croccantezza. Non è consigliabile congelarli, ma puoi preparare l'impasto in anticipo e conservarlo in frigorifero per un massimo di 24 ore.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

[Struffoli napoletani](#): piccoli dolci fritti al miele, perfetti per Natale.

[Cartellate pugliesi](#): dolci fritti conditi con miele o vincotto.

[Mostaccioli](#): biscotti natalizi glassati, tipici della tradizione italiana.

[Pangiallo romano](#): dolce natalizio ricco di frutta secca e miele.

[Roccocò napoletani](#): biscotti speziati dalla forma a ciambella, ideali per le feste.

[Caggionetti abruzzesi](#): ravioli dolci ripieni di ceci, cioccolato e cannella.