



La **Copeta** è un gustosissimo **dolce** è tipico delle zone del reatino e dell'abruzzo. E' un **dolce tradizionale natalizio** realizzato con pochi semplicissimi ingredienti.

## Ingredienti

- **Miele**  
500 gr.
- **Noci**  
500 g di gherigli.
- **Foglie di alloro**

(adsbygoogle  
window.adsbygoogle ||  
{}).push({});

## Preparazione

- Tritate e sbriciolate le noci fino a ottenere pezzetti non più grandi di 2-3 millimetri..
- Versate il miele in una pentola, mettetela sul fuoco basso e procedete alla cottura mescolando in continuazione.
- Quando l'impasto è diventato piuttosto consistente, aggiungete le noci. Continuate a girare fino a quando il composto è denso e quasi caramellato.
- Bagnate lievemente una spianatoia e versatevi sopra il composto. Stendetelo col mattarello facendone uno stato si 3-4 millimetri. Passateci una mano bagnata sopra in modo da renderlo liscio.
- Tagliate il preparato a pezzi romboidali (dimensioni delle foglie di alloro) e ponete

## La Copeta

Scritto da Lara Consalvi

---

ogni forma  
all'interno di 2  
foglie di alloro.  
Aspettate che  
si raffreddi, la  
copeta è  
pronta.

### Note

Oltre alle noci si può aggiungere anche nocchie mescolando i due prodotti fino a raggiungere la quantità necessaria.