

San Nicolò: le tre ricette

Per la notte tra sabato 5 e domenica 6 dicembre 2026 · dosi e tempi sono indicazioni di cucina

olivi

Krampus e San Nicolò di pan dolce

Per 8 figure da circa 100 g · lavoro 30 min · lievitazione 1 h 30 + 40 min · forno 18-20 min a 180 °C statico

INGREDIENTI

- 500 g di farina 0
- 250 ml di latte intero tiepido
- 1 uovo nell'impasto, più 1 tuorlo e 1 cucchiaino di latte per spennellare
- 60 g di burro morbido
- 50 g di zucchero
- 12 g di lievito di birra fresco (o 4 g secco)
- 7 g di sale
- Scorza di mezzo limone non trattato
- Uvetta o prugne secche per gli occhi, granella di zucchero

PASSAGGI

1. Sciogli il lievito nel latte con un cucchiaino di zucchero.
2. Unisci farina, zucchero, scorza, uovo e latte. Quando la pasta si raccoglie, aggiungi il sale e poi il burro a pezzetti, uno alla volta.
3. Impasta circa 10 minuti, finché la pasta si stacca liscia. Copri e lascia lievitare 1 ora e mezza al tiepido, fino al raddoppio.
4. Dividi in 8 pezzi da circa 105 g.
5. Krampus: due cordoni da 30 cm attorcigliati solo al centro; in basso le gambe, in alto le corna arricciate. Una striscia sottile di pasta in mano fa da verga: lunga o corta, decidi tu.
6. San Nicolò: pagnottina allungata, testa segnata con un taglio, mitria tagliata a punta con le forbici.
7. Lievitazione sulla teglia coperta, 40 minuti.
8. Spennella con tuorlo e latte, occhi di uvetta, granella sulla mitria.
9. Forno già caldo a 180 °C per 18-20 minuti, finché sono dorati e suonano vuoti sotto.

Nel Tarvisiano il Krampus di pane dolce si trova sul davanzale la mattina del 6. Meglio in giornata: se li cuoci il sabato, la domenica 2 minuti nel forno tiepido. Per la classe: dose per 3, cioè 24 figure.

Carbone di zucchero

Una lastra da circa 600 g, una ventina di pezzi · lavoro 20 min · riposo almeno 2 h · termometro da cucina, adulto ai fornelli

- 500 g di zucchero semolato e 100 ml di acqua
 - 1 albume (circa 30 g) e 130 g di zucchero a velo
 - Colorante nero in gel, la punta di un cucchiaino
 - Carta forno, stampo da plumcake, pentola alta
1. Ghiaccia: sbatti l'albume con zucchero a velo e colorante fino a una crema densa.
 2. Zucchero e acqua nella pentola alta, senza mescolare, fino a 145 °C.
 3. Spegni, un cucchiaino colmo di ghiaccia, gira forte: monta e sale in pochi secondi.
 4. Versa di colpo nello stampo foderato e non toccarlo. Dopo 2 ore rompi a pezzi.

In barattolo ben chiuso, lontano dall'umidità, se no diventa appiccicoso.

Succo di mela caldo alle spezie

Per 6 tazze · 15 minuti in tutto

- 1 litro di succo di mela torbido, 100% mela
 - 1 arancia non trattata: scorza a strisce e succo
 - 1 stecca di cannella, 3 chiodi di garofano, 1 anice stellato
 - 2 fettine di zenzero fresco, se piace
1. Tutto nel pentolino, fuoco basso 10 minuti, senza bollire.
 2. Spegni, copri, 10 minuti di infusione, poi filtra.
 3. Assaggia prima dei bambini: caldo, non bollente.

Un thermos da un litro lo tiene caldo per tutta la sfilata. Succo molto aspro: un cucchiaino di miele.

GIORNO PER GIORNO

GIORNO	IDEA	IL MIO PIANO	FATTO
Sab 28 nov	Trieste: apre la fiera in viale XX Settembre. Altrove: cerca l'orario della sfilata.		☐
Dom 29 nov			☐
Lun 30 nov			☐
Mar 1 dic			☐
Mer 2 dic	Dopo cena: la letterina a San Nicolò.		☐
Gio 3 dic			☐
Ven 4 dic	Spesa unica, lista qui sotto. Regali piccoli già nascosti.		☐
Sab 5, mattina	Carbone di zucchero: deve riposare 2 ore.		☐
Sab 5, pomeriggio	Impasto dei Krampus dopo pranzo, in forno verso le 16.		☐
Sab 5, sera	Thermos di succo caldo, arrivo del santo, calze quando dormono.		☐
Dom 6 dic	Colazione con il Krampus del davanzale e i mandarini.		☐

LA SPESA DELLE TRE RICETTE

FARINE, ZUCCHERI, LIEVITO

☐ Farina 0, 500 g

☐ Zucchero semolato, 550 g · zucchero a velo, 130 g

☐ Lievito di birra fresco, 1 cubetto · granella di zucchero

FRIGO

☐ Latte intero, 250 ml · burro, 60 g · uova, 3

FRUTTA E BEVANDE

☐ Succo di mela torbido, 1 litro · 1 arancia e 1 limone non trattati

☐ Mandarini, 2 per bambino · uvetta o prugne secche

SPEZIE E VARIE

☐ Cannella in stecca, chiodi di garofano, anice stellato

☐ Colorante alimentare nero in gel · carta forno

DA AGGIUNGERE

☐

☐

☐

☐

☐

☐

CALZA O SCARPA, BAMBINO PER BAMBINO

NOME	ETÀ	CALZA / SCARPA	REGALO PICCOLO
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐
			☐

LA SERA DEL 5

☐ Krampus e San Nicolò cotti, uno per bambino

☐ Carbone a pezzi, nel barattolo

☐ Thermos di succo caldo prima di uscire

☐ Mandarini e cioccolato nelle calze

☐ Frutta secca intera solo dai 5 anni

☐

☐

LE DATE 2026	verificate a metà ottobre 2026: controlla sempre con l'organizzatore
Gio 26 nov	Bressanone: apre il mercatino; Krampus attesi il 5 dicembre, San Nicolò il 6. <i>SiViaggia, 12 set. 2026</i>
Sab 28 nov	Trieste: apre la fiera di San Nicolò in viale XX Settembre, da largo Bonifacio a via Rossetti, al massimo 85 postazioni, dalle 9 alle 21, fino a domenica 6 dicembre. Casetta di San Nicolò in largo Bonifacio. <i>Il Piccolo, 18 set. 2026</i>
Sab 5 dic	Vigilia. Campo Tures: sfilata dei Krampus alle 18 in centro. <i>Associazione turistica Campo Tures</i>
Dom 6 dic	Festa di San Nicolò. La Val (Val Badia): San Micurá con gli angioletti, dalle 17 alle 21. <i>Dolomiti Superski</i>
Lun 7 dic	Dobbiaco: circa 600 Krampus alle 18, regalo di San Nicolò a ogni bambino, zona senza Krampus. <i>Tourismusverein Toblach</i>
Dom 13 dic	Santa Lucia, per chi la festeggia (notte tra sabato 12 e domenica 13).

ZONA	CHI	DA SAPERE
Trieste, Gorizia, basso Friuli	San Nicolò, notte 5-6	Letterina prima; carbone ai birichini; mandarini e dolci
Tarvisio e Valcanale	San Nicolò e Krampus, sera del 5	Krampus di pane dolce sul davanzale, verga lunga o corta
Alto Adige	San Nicolò (Nikolaus) e Krampus	Merano: è il patrono. In Val Venosta il nome Klaubauf resiste in parte
Val Badia · Val di Fassa · Cortina	San Micurá · San Nicolò	Angeli e Krampus; a Cortina la sera del 5 in piazza Angelo Dibona
Trevigiano a sinistra del Piave, Bellunese	San Nicolò, il 6	Il confine del Piave secondo Ulderico Bernardi
Udine e parte del Friuli	Spesso Santa Lucia, il 13	Famiglie divise: chiedi a scuola
Bergamo, Brescia, Cremona, Lodi, Mantova, Verona, Piacenza, Parma, Reggio Emilia	Santa Lucia, notte 12-13	Paglia o farina gialla e una carota per l'asinello
Venezia e destra Piave	Gesù Bambino o Babbo Natale, il 25	

LA CALZA PER ETÀ	quantità: indicazioni nostre	
COSA	FINO AI 4-5 ANNI	DAI 5 ANNI
Mandarini	1, a spicchi	2
Frutta secca	niente intera *	5-6 noci da rompere
Pan dolce	1 da 50 g	1 da 100 g
Carbone	un pezzetto	2-3 pezzi
Cioccolato	1 figurina	1 figurina o tavoletta
Regalo	1 libro o gioco	1 gioco piccolo

* Ministero della Salute, Linee di indirizzo per la prevenzione del soffocamento da cibo in età pediatrica (2017): arachidi, noci e semi da evitare fino a 4/5 anni; se dati, tritati finemente o in farina.

CONSERVARE indicazioni di cucina

- **Pan dolce:** al meglio il giorno stesso; il giorno dopo 2 minuti nel forno tiepido. Cotto si congela.
- **Carbone di zucchero:** barattolo chiuso, al secco. L'umidità lo rende appiccicoso.
- **Succo di mela:** si scalda all'ultimo, senza bollire, e va nel thermos già caldo.

ALLA SFILATA DEI KRAMPUS

- Con i bambini piccoli niente prime file.
- Non toccare i Krampus. Il cane resta a casa.

Consigli dell'ente turistico altoatesino, suedtirol.info.

- LE PAROLE DEL TERRITORIO
- **San Nicolò** con una c sola: è la grafia del dialetto triestino (TuttoTrieste).
 - **San Micurá:** il nome ladino del santo a La Val, in Val Badia (Dolomiti Superski).
 - **Krampus**, e in parte della Val Venosta ancora **Klaubauf**: i diavoli del corteo (Università di Innsbruck).
 - **Birichini:** i bambini a cui tocca il carbone, a Trieste (Discover Trieste).
 - **«Cior» e «tor»:** prendere, a sinistra e a destra del Piave. Lo stesso fiume divide San Nicolò e Gesù Bambino (U. Bernardi, Linkiesta 2012).

Fonti: Il Piccolo (18 set. 2026); SiViaggia (12 set. 2026); suedtirolerland.it, Campo Tures; suedtirol.com, Tourismusverein Toblach; Dolomiti Superski, La Val; suedtirol.info; Discover Trieste; TuttoTrieste; Discover Alpi Giulie; The Wom Travel (Tarvisio); Canazei.com; Cortina Dolomiti; Università di Innsbruck (Klaubauf); Linkiesta (2012); U. Bernardi, Cara Piave; Nostrofiglio (2023); Ministero della Salute (2017), via ATS Insubria. Link completi nel post «Festa di San Nicolò» su olivi.ca/it/blog.