

## Pan pepato

### Ingredienti

100 g di uvetta sultanina

100 g di nocciole, 100 g di mandorle

100 g di noci, 120 g di frutta candita

50 g di pinoli, 150 g di miele

120-150 g di cioccolato fondente

1 cucchiaio di cacao amaro

2-3 cucchiaini di acqua

100-120 g di farina

1 cucchiaino di noce moscata

2 cucchiaino di cannella

1 cucchiaino di pepe nero

### Preparazione



1. Mettere a bagno in acqua tiepida l'uvetta per ammorlarla.
2. Tritare grossolanamente le mandorle, le noci, le nocciole ed il cioccolato.



**3.** Tagliare a cubetti la frutta candita e mettere il tutto in una bastardella.



**4.** Aggiungere il cacao e le spezie e mescolare il tutto.

**5.** In una casseruola scaldare il miele con 2 cucchiaini d'acqua.



**6.** Versare il miele bollente sulla frutta secca e girare in modo da sciogliere il cioccolato.



7. Mescolare ed aggiungere la farina a pioggia, amalgamando bene il composto.
8. Formare 4 panetti, e adagiarli su una placca ricoperta da carta forno.
9. Cuocere in forno a 180°C per circa 20'.
10. Lasciar raffreddare il panpepato prima di tagliarlo.



### Note e... Sonia consiglia

- a) Il panpepato è un dolce tipico dell'Italia centro-meridionale, in particolare dell'Umbria, e viene preparato soprattutto per le festività di Natale.
- b) Le versioni di questo dolce sono molteplici, sia per la scelta degli ingredienti, che per le loro proporzioni.
- c) Sigillando il panpepato con pellicola, è possibile conservarlo per oltre dieci giorni.

**d)** Se l'impasto dovesse risultare morbido, unire 1-2 cucchiaini di farina.

**Ricetta, foto e video a cura di Sonia Palermo e Angelo Solillo**