



Un dolce  
pensiero per te  
da Coloplast

con la collaborazione del Dott. Andrea Luzi, nutrizionista, Bologna



# Cornetti di vaniglia (Vanillekipferl)

Ricetta di biscotti tradizionali natalizi tipici di Alto Adige, Austria, Germania

## Ingredienti per 30-40 biscotti

200 g di farina 0  
150 g di burro  
100 g di mandorle o nocciole  
80 g di zucchero  
2 tuorli d'uovo  
2 baccelli di vaniglia

## Finitura

50 g di zucchero  
semolato fine  
o zucchero a velo

## Preparazione



**Frullare** le mandorle (o nocciole) con il mixer fino ad ottenere una farina fine e omogenea.



**Preparare la frolla** aggiungendo la farina 0 alle mandorle (o nocciole) macinate, amalgamate nella planetaria o nel mixer, insieme al burro freddo a pezzetti. Azionare il robot (nel caso in cui venga utilizzato il mixer, azionarne le lame a più riprese per evitare di scaldare eccessivamente l'impasto) fino ad ottenere un composto sabbioso. Unire lo zucchero insieme ai tuorli d'uovo (senza albumi l'impasto risulterà più friabile) e aggiungere la vaniglia. Azionare di nuovo il robot alla velocità minima. Non appena il composto sarà amalgamato compattatelo velocemente con le mani in modo che il glutine non si sviluppi. **Avvolgetelo nella pellicola** e lasciatelo **riposare almeno un'ora in frigo** (fino a 10-12 ore, permettendo al burro di solidificarsi e alla farina di perdere elasticità, causata dall'aggiunta di liquidi nell'impasto).



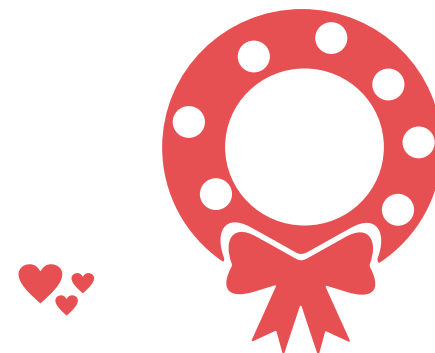
Spolverare sul piano di lavoro della farina e arrotolare un cilindro di impasto lungo 10 cm circa e dello spessore di un dito, **formare dei cornetti a forma di ferro di cavallo**. Mettere su una teglia ricoperta di carta da forno (senza ungerla) e **cuocere per 15-20 minuti** in forno statico a 180 gradi.



**Passare i biscotti** ancora caldi in una ciotola **con lo zucchero** finissimo da entrambi i lati per farlo aderire alla superficie e lasciarli raffreddare, in alternativa spolverare con zucchero a velo una volta a temperatura ambiente.



Per tutti i tipi di stomia



# Biscotti speziati (Speculoos o Spekulatius)



Ricetta di biscotti tradizionali natalizi tipici di Belgio, Paesi Bassi e Germania

## Ingredienti per 30-40 biscotti

250 g di farina 0	
125 g di zucchero di canna	
125 g di burro	
50 g di mandorle	1/3 cucchiaino
1 uovo	di polvere di chiodi di garofano
1 cucchiaino di Rum	1/3 cucchiaino
1/2 cucchiaino di lievito in polvere	di polvere di cardamomo
2 cucchiaini di cannella	1/3 cucchiaino di noce moscata

## Preparazione



**Frullare** le mandorle con il mixer fino ad ottenere una farina fine e omogenea. **Macinare** anche le spezie qualora ce ne fosse bisogno, devono essere polverizzate.



**Preparare la frolla** aggiungendo la farina 0 alle mandorle macinate nel mixer, amalgamate nella planetaria o nel mixer, insieme al burro freddo a pezzetti. Azionare il robot (nel caso in cui venga utilizzato il mixer, azionarne le lame a più riprese per evitare di scaldare eccessivamente l'impasto), fino ad ottenere un composto sabbioso. Unire lo zucchero di canna insieme alle uova e aggiungere le spezie ed il rum. Azionare di nuovo il robot alla velocità minima. Non appena il composto sarà amalgamato compattatelo velocemente con le mani in modo che il glutine non si sviluppi. **Avvolgetelo nella pellicola** e lasciatelo riposare **almeno un'ora in frigo** (fino a 10-12 ore, permettendo al burro di solidificarsi e alla farina di perdere elasticità, causata dall'aggiunta di liquidi nell'impasto).



Dividete l'impasto e mettetelo tra due foglie di carta da forno per **stenderlo con un mattarello** (così da evitare di aggiungere farina su un piano di lavoro) fino ad arrivare ad uno spessore di circa 3 mm. Usare stampi natalizi diversi per dare forma ai biscotti, poi metterli su una teglia ricoperta di carta da forno unta con del burro e **cuocere per 15-20 minuti** in forno statico a 180 gradi.

Per tutti i tipi di stomia



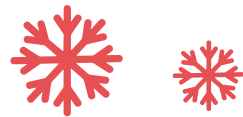


Ecco alcune idee per tisane da abbinare ai biscotti.  
Gli ingredienti si possono reperire online  
o presso drogherie e negozi specializzati.

*Per preparare la tisana ti occorreranno 250 ml di acqua bollente, e 8 gr di tisana (suddivisa nelle parti, come segue) da lasciare in infusione per 8 minuti.*



## Tisana digestiva per ileo e colostomia



Riduce formazione di gas ed ha un'azione rilassante sulla muscolatura intestinale, previene acidità di stomaco.  
Può prevenire il formarsi di acidità di stomaco.

### Ingredienti



250 ml di acqua calda  
3 parti di semi di finocchio  
2 parti di semi di anice  
2 parti di radice di liquirizia



## Tisana acidificante per urostomia

Ricca di vitamina C, antiossidante ed ha un'azione disinfettante delle vie urinarie.  
Può prevenire il formarsi di acidità di stomaco.

### Ingredienti



250 ml di acqua calda  
3 parti di Rooibos rosso  
2 parte di cranberry  
2 parte di rosa canina





Il tuo servizio  
giorno dopo  
giorno

### Campionatura

Possibilità di richiedere  
campioni gratuiti  
visitando il sito  
[coloplast.to/campionistomia](http://coloplast.to/campionistomia)



### Supporto telefonico

Per rispondere a domande  
e per un'ulteriore  
personalizzazione  
del servizio



### Website

Un sito dedicato con  
articoli e consigli  
validati



### Email

Suggerimenti e  
spunti rilevanti



Un numero gratuito e una mail dedicati  
dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 18.

Servizio assistenza tecnica

**800.064.064** utilizzatori  
e-mail: **[chiam@coloplast.it](mailto:chiam@coloplast.it)**



Iscriviti gratuitamente  
al **Coloplast Care**  
visitando il nostro sito  
[coloplast.to/carestomia](http://coloplast.to/carestomia)

**Seguici su**



Ostomy Care | Continence Care | Advanced Wound Care | Interventional Urology | Voice and Respiratory Care

Coloplast SpA via Trattati Comunitari Europei 1957-2007 n. 9 - Edificio F - 40127 Bologna [www.coloplast.it](http://www.coloplast.it) Il logo Coloplast è un marchio registrato di proprietà di Coloplast A/S. © [12-2025] Tutti i diritti sono riservati

