



# IMPARIAMO LE BASI

APPUNTI SPARSI DAL CORSO  
DI PASTICCERIA

## L'UTILITÀ DI CONOSCERE LE BASI

---

La Pasticceria non è improvvisazione. E' una scienza matematica, fatta di numeri e proporzioni. E' chimica. Ed è anche fisica.

Vi sarete accorti anche voi che spesso non basta seguire una ricetta per avere la certezza del risultato. E' necessario che le dosi siano giuste, le proporzioni siano rispettate. E un minimo di tecnica, certamente, non guasta.

Approfondire le motivazioni che sono dietro ai gesti ormai divenuti automatici può essere davvero utile.

Infatti, a seconda di quello che si vuole fare, avere un minimo di padronanza delle basi fa la differenza tra un bigné *sbocciato* a regola d'arte e una frittatina. Oppure tra una crema impazzita e un dessert vellutato. O, ancora, tra una *mattonella* e una pan di spagna alto e spugnoso (rigorosamente senza lievito).

Le preparazioni di base da cui non si può prescindere, tutto sommato non sono molte. Partendo da quelle, si possono sperimentare varie combinazioni, secondo il proprio gusto o il proprio estro.

Non essendo una professionista e non potendo svelarvi tutti i segreti della pasticceria, mi limiterò a condividere con voi gli appunti del corso di base che ho fatto recentemente, inserendo di volta in volta, oltre alla versione originale, anche le modifiche da me testate con le farine senza glutine.

In questa piccola raccolta troverete:

- la pasta frolla e le sue varianti
- le creme
- la pasta choux
- il pan di spagna e le montate di uova
- la pasta sfoglia
- le basi per i dolci al cucchiaio

Dunque siete pronti con grembiule e mattarello?

## LA PASTA FROLLA

---



Ce n'è di tutti i tipi e per tutti i gusti: frolla classica, frolla montata, frolla per *crumble*.

La frolla classica è quella che normalmente usiamo per le crostate o per i biscotti.

La frolla montata viene usata per la pasticceria fine (tipo i biscotti viennesi). Per via della sua consistenza, si stende con la sac-a-poche.

Il *crumble* è un dolce d'ispirazione anglosassone. E' quell'impasto *sbricioloso* con cui si ricopre la frutta, prima di metterla in forno. La sua consistenza croccante e dolce si sposa divinamente con la morbidezza e il sapore un po' acidulo della frutta.

## LA TECNICA

Il segreto per fare una buona frolla sta nell'evitare la formazione della maglia glutinica.

Il glutine che si svilupperebbe con la lavorazione dell'impasto, col calore delle mani e con l'aggiunta degli ingredienti liquidi (le uova) renderebbe l'impasto troppo elastico, difficile da stendere e duro in cottura.

La scelta della farina, la tecnica di lavorazione e il classico riposo in frigo hanno proprio lo scopo di evitarlo.

**La FARINA.** Occorre una farina *debole*, cioè poco proteica. Le farine tipo 00 che si trovano normalmente in commercio, possibilmente *tagliate* (cioè miscelate) con amidi (p.e. la maizena) sono le più adatte per questo tipo di preparazione.

**La SABBIAIATURA.** È la tecnica di lavorazione che consente di intridere la farina col burro, con l'effetto di renderla impermeabile rispetto ai liquidi (uova) che verranno aggiunti dopo.

Si dispone la farina a fontana. Il burro, freddo di frigo e tagliato a pezzetti, va sfregato con la farina fino ad ottenere un impasto sbricioloso che ricorda il Parmigiano grattugiato. Questa operazione può essere effettuata con un robot da cucina (con la funzione a scatto, per non scaldare troppo il composto) o a mano, avendo, in entrambi i casi, l'accortezza di non far sciogliere il burro col calore.

**Il RIPOSO.** L'impasto ottenuto va poi riposto in frigo per qualche ora. I 30 minuti normalmente indicati nelle ricette, sono troppo pochi. Più la frolla riposa, più sarà friabile. L'ideale sarebbe farla la sera prima per l'indomani.

Al momento di usarla, va appena manipolata per renderla lavorabile col mattarello.

Ora siete pronti per stenderla sul vostro stampo, che avrete leggermente imburrrato. Potete cuocerla sia in bianco che già farcita.

Vi ricordo che prima di sformarla, la vostra frolla va fatta raffreddare bene.. altrimenti si *spatascerà* inesorabilmente (ve lo dice una brava).

Vi ho raccontato una ricetta al contrario, partendo dalla fine... l'unica cosa che manca, a questo punto, sono le dosi.

Pronti con carta e penna?

**CROSTATA FRANGIPANE ALLE NOCCIOLE E AMARENE**

© DOLCI PASTICCI

Lavorate brevemente la farina con il burro, come nelle indicazioni sopra riportate. Sbattete leggermente l'uovo e aggiungetelo al composto insieme alla vaniglia e allo zucchero. Impastate quel tanto che serve per ottenere un panetto omogeneo e mettete a riposare in frigo.

Per la crema frangipane, tostate per qualche minuto in padella le nocciole e frullatele con lo zucchero fino a ridurle in farina. Unite poi il burro, lo zucchero e i tuorli, continuando a frullare per amalgamare.

Prendete il vostro stampo e foderatelo con la frolla, dopo averla brevemente rilavorata. Spezzettate una parte delle amarene sul fondo e ricoprite con la crema di nocciole. Posizionate le altre amarene sulla superficie della crostata e passate in forno per circa 40 minuti, a 180° (statico).

*Per la frolla*

250g farina 00  
150 g burro freddo di frigo  
1 uovo  
100 g zucchero  
Vaniglia

*Per la crema frangipane*

150 g di burro  
150 g di nocciole  
150 g di zucchero di canna  
2 tuorli

## Biscotti di pasta frolla senza glutine



© DOLCI PASTICCI

Per ottenere una frolla totalmente priva di glutine, occorre sostituire la farina 00 con farine prive di glutine. Potete usare quelle dietoterapiche o farine naturalmente senza glutine. Io ho usato un mix di farina di riso e farina di mais (fioretto), ripassando quest'ultima nel mixer, per ottenerla ancora più fine.

Il procedimento non cambia.

Dopo il necessario riposo in frigo e dopo averla rilavorata pochissimo, l'ho stesa senza problemi, riuscendo a foderare perfettamente lo stampo per farne una crostata.

Con l'impasto avanzato, ho formato dei rotoli (diametro a piacere, i miei erano piccoli diamanti di circa 3cm), li ho avvolti in carta forno e messi in congelatore. Al momento di cuocerli, li ho tagliati a circa 1cm di spessore e infornati a 180° per circa 15 minuti.



170 g farina di riso \*  
80 g farina di mais a grana fine (fioretto) \*  
150 g burro freddo di frigo  
1 uovo  
100 g zucchero  
vaniglia

Questo impasto risulta perfetto per realizzare crostate (da cuocere in bianco e farcire poi con crema e frutta oppure da cuocere direttamente con la farcitura, nella versione classica) ma anche biscotti frollini, aromatizzati a piacere.

Direi che è perfetta anche se non avete problemi col glutine!

Vi ricordo che, se questo prodotto è destinato a celiaci, tutti gli ingredienti a rischio (che ho evidenziato con l'asterisco) devono riportare il simbolo della spiga barrata o la scritta "senza glutine" o essere presenti sul prontuario AIC.

### **Nota**

- Se fate una crostata, preferite uno stampo con il fondo mobile, soprattutto se fate la versione GF, perchè la friabilità massima delle farine senza glutine la farebbe sbriciolare.
- In ogni caso, fate raffreddare benissimo il dolce prima di sfornarlo (eventualmente, potete prepararlo in anticipo e tenerlo in freezer. Sformate quando è ancora congelato).

## LE CREME

---



Dalla classica crema pasticciera a quella al cioccolato, passando per la crema diplomatica (o *chantilly* all'italiana) la base è sempre quella: uova, zucchero, latte e amidi.



## LA TECNICA

Ho parlato di uova, zucchero, latte e amidi.

Già, **amidi** in generale e non farina.

Rispetto all'abituale uso della farina, gli amidi non lasciano alcun retrogusto, hanno un potere addensante superiore (quindi ne serve una minor quantità, a parità di altri ingredienti) e cuociono (gelificano) ad una temperatura inferiore.

E' preferibile usare sia amido di mais (o Maizena) che amido di riso (\*), perchè insieme danno struttura (il primo) e cremosità (il secondo).

Oltre che dall'amido di riso, la cremosità viene data anche dalla percentuale di grassi presenti (i tuorli dell'uovo ed eventualmente l'uso della panna).

La fecola di patate NON va usata nella crema perchè la rende collosa e, una volta fredda, le fa rilasciare il liquido.

Una volta realizzata la crema, sarà possibile aromatizzarla a piacere, assecondando la propria fantasia e i gusti personali: scorza di limone o baccello di vaniglia, piuttosto che qualche cucchiaino di caffè solubile, fatti bollire nel latte.

Una crema realizzata in questo modo è naturalmente senza glutine.

(\*) L'amido di riso si trova in commercio nei negozi di prodotti senza glutine o in farmacia (se non ce l'hanno, lo possono comunque ordinare). Lo trovate con marca Easyglut o Pedon. La confezione da 250g costa attorno ai €2,00.

**LA CREMA PASTICCIERA**

Tagliate per il lungo il baccello della vaniglia e, con la punta di un coltello, estraetene i semini e metteteli nel latte. Mettete a scaldare.

Sbattete i tuorli con lo zucchero per incorporare aria e poi mescolate la farina.

Quando il latte inizia a bollire, versate il composto di uova e aspettate un attimo che riprenda il bollore. Solo a quel punto iniziate a mescolare fino ad ottenere la crema. Ci vorranno pochi secondi.

Questo che vi ho descritto è il metodo Montersino. In questo modo la crema si fa in un attimo.



4 tuorli  
500 ml di latte intero  
15 g amido di riso  
20 g maizena  
150 g di zucchero  
semolato  
un baccello di vaniglia  
un pizzico di sale

## LA PASTA CHOUX

---



La pasta choux è una base neutra e, pertanto, molto versatile.

Viene, infatti, impiegata sia per i dolci che per il salato e, a volte, viene addirittura frita.

Con questo tipo di impasto vengono realizzati bignè, *eclairs*, *Paris Brest* ecc..

E' una di quelle preparazioni che incutono più timore e contano il maggior numero di tentativi finiti nella spazzatura. Vediamo insieme alcuni passaggi chiave.

## LA TECNICA

### La farina.

Per la pasta choux non è affatto necessaria una farina ricca di glutine. Una farina 00 è la più appropriata. Per la versione senza glutine, si può sostituire pari pari la quota di farina 00 con quella riso. Quelli in foto sono, appunto, senza glutine e la differenza non si vede e non si sente affatto.

### La cottura.

La cottura viene effettuata in due momenti: prima sul fornello e poi in forno.

L'operazione iniziale di sciogliere il burro nel liquido, aggiungendo poi la farina in un colpo solo e mescolando fino ad ottenere un composto omogeneo ha lo scopo di inglobare umidità.

Durante la successiva cottura in forno questa umidità, imprigionata nella maglia della farina e liberata dal calore, farà sbocciare i bignè (questa si chiama lievitazione fisica, cioè che non richiede l'azione del lievito).

Il liquido non deve, necessariamente, essere acqua. Può essere solo latte o una miscela di latte e acqua. In questo caso i bignè saranno meno croccanti e più morbidi (tipo le chouquettes francesi). E' una questione di gusti e di quello che si vuole ottenere.

Anche la materia grassa non deve necessariamente essere burro. Può anche essere olio, sostituendolo in proporzione: 85g di olio per ogni 100g di burro.

### Le uova.

Si aggiungono alla massa di acqua, burro e farina, una volta che questa si è raffreddata (altrimenti le proteine dell'uovo, a contatto col calore, coagulano ed ecco pronta la nostra frittatina!).

Un uovo per volta e via a mescolare finchè non è stato completamente assorbito. A seconda dell'umidità del composto, può essere necessario un uovo in più (anche solo un tuorlo) o in meno. La consistenza finale dell'impasto deve essere come nella foto.

Un impasto troppo sodo non fa svuotare bene i bignè. Un impasto troppo liquido non li fa gonfiare. Il forno deve essere bello caldo. 210° statico o 200° ventilato, per circa 15-20 minuti. Io non ho messo carta forno.

Fatte queste necessarie premesse, passiamo alle dosi.

## LA PASTA CHOUX



© DOLCI PASTICCI

Mettere sul fuoco il pentolino con l'acqua e il burro, a fuoco basso, finché il burro non è completamente sciolto. Quando l'acqua bolle, unire in un colpo solo la farina e mescolare finché il composto (polentina) non si stacca dalle pareti.

Lasciare raffreddare (eventualmente mettere il pentolino in una bacinella di acqua fredda per velocizzare l'operazione).

Aggiungere le uova uno per volta, mescolando bene prima di aggiungere il successivo. Potete fare questo lavoro a mano o con la planetaria. Regolatevi, come detto prima, riguardo alla consistenza, che deve essere quella di una crema.

A questo punto, mettere l'impasto in una sac-a-poche con bocchetta liscia (o anche senza bocchetta) e formate i bignè. Infornate finché i bignè non risulteranno dorati. Fate raffreddare e poi farcite e glassate a piacere.



90g farina 00  
3 uova  
60g burro  
1 pizzico di sale  
150g acqua

## LA PASTA CHOUX SENZA GLUTINE

Nella versione senza glutine è sufficiente sostituire la farina 00 con pari peso di farina di riso.

E' stato solo necessario bilanciare un po' la quantità di burro (diminuendola) perché le farine senza glutine non assorbono molto i grassi. Non vi preoccupate se vedete trasudare di burro la polentina.



90g farina di riso  
3 uova  
50g burro  
1 pizzico di sale  
150g acqua

### Note

- La pasta choux è una base neutra, quindi può essere usata sia per il dolce che per il salato.
- Con questo impasto potete formare i classici bignè, fare le eclairs (stendete una striscia di pasta choux lunga circa 10cm) o, ancora, le ciambelline. Nella versione più grande, potete fare il Paris Brest (ciambellone grande, vi serve una bocchetta liscia grande e girare un po di volte).

## LE MONTATE DI UOVA

---



Il pandispagna e il *biscuit* (o *pasta biscotto*) sono due esempi di dolci ottenuti con questa tecnica di lavorazione. Ma non solo.

Albumi e tuorli montati insieme (tecnica diretta) oppure montati separatamente, con l'aggiunta degli albumi a fine lavorazione (tecnica indiretta), il risultato è comunque un dolce soffice e spugnoso adatto a essere farcito.

## LA TECNICA

Gli impasti montati sono quelli che devono il loro volume e la loro sofficità ad una lievitazione di tipo fisico.

L'aria inglobata nelle uova durante la lavorazione e l'evaporazione del liquido contenuto nelle uova in fase di cottura spingono l'impasto verso l'alto, facendolo alzare. Non per effetto del lievito.

La cottura dell'impasto deve avvenire a temperatura medio bassa (170-180°C ) per impedire l'immediata formazione della crosta che bloccherebbe l'espansione.

### TECNICA DI LAVORAZIONE DIRETTA

Le uova, tuorlo più albume, vanno lavorate a lungo insieme allo zucchero finché il composto non diventa chiaro e spumoso e finché, sollevando le fruste del mixer, non viene giù *a nastro*.

A quel punto, la farina e gli altri ingredienti secchi, setacciati insieme, vanno aggiunti con estrema delicatezza, per non smontare il composto.

### TECNICA DI LAVORAZIONE INDIRECTA

Se la ricetta prevede di aggiungere all'impasto degli ingredienti pesanti (frutta secca, cioccolato fuso, olio o burro) allora occorre separare i tuorli dagli albumi, montando a lungo i primi con lo zucchero e aggiungendo solo alla fine gli albumi montati a neve.

In entrambi i casi, la temperatura del forno non deve essere troppo alta, per evitare il formarsi della crosticina nella parte superiore, che impedirebbe la crescita del dolce.

Per lo stesso motivo, il forno non va mai aperto per i primi 20 minuti (circa) perché il dolce collasserebbe.



**IL TRONCHETTO DI NATALE**

Preparare la pasta biscotto, montando a neve fermissima gli albumi con 80g dello zucchero totale previsto. Tenere da parte.

Montare i tuorli con i restanti 40g di zucchero, l'acqua e il miele, fino a farli diventare chiari e spumosi.

Mescolarli delicatamente con una spatola agli albumi montati e poi al cacao setacciato insieme alla farina.

Ricoprire la teglia con carta forno, livellare bene e infornare per 10 minuti in forno caldo a 180° (fare la prova stecchino). Una volta tolto il biscotto dal forno, cospargere la superficie con zucchero semolato e ricoprire BENE con pellicola.

Quest'operazione è molto importante e serve a trattenere tutta l'umidità del dolce ancora caldo, in modo da consentirgli di non rompersi al momento di rotolarlo. Mettere a raffreddare.



*Per la pasta biscotto, cotta in una teglia 30x40*

6 uova  
120g zucchero  
1 cucchiaino abbondante di miele  
2 cucchiaini di acqua  
50g farina  
35g cacao

*Per la farcitura*

1/2 dose di [crema pasticcera](#)  
250ml panna montata

Preparare la crema diplomatica unendo la crema pasticcera ben fredda alla panna montata. Farcire il rotolo, una volta raffreddato.

Arrotolare il dolce partendo dal lato lungo, aiutandolo a staccarsi dalla carta forno e cercando di stringerlo ad ogni giro. Non andate nel panico (come ho fatto io) se vi sembrerà che la crema esce da tutte le parti. Cercate per quanto possibile di trattenerla all'interno e mettete a rassodare in frigo per un paio d'ore... vedrete che si stabilizzerà.

Trascorso il tempo, tirate fuori dal frigo il dolce, fate un taglio in diagonale alle due estremità e posizionatele ai lati del tronchetto.

Preparate una ganache di cioccolato per la copertura, portando a bollore la panna montata, sciogliendovi dentro il cioccolato e mescolando bene fino ad ottenere una salsa omogenea. Far raffreddare bene prima di montare.

Decorare il dolce con la ganache montata, cercando di dargli una forma simile ad un tronco.



*Per la copertura*

250ml panna montata

250g cioccolato fondente

## LA PASTA SFOGLIA

---



E' la preparazione che incute più timore, probabilmente per via di quei famosi *giri* e del tempo di attesa tra un riposo e l'altro.

Ma se vorrete provare a realizzarla, facendo un minimo di attenzione ai passaggi critici, otterrete un prodotto che non ha nulla a che fare con quello industriale, in quanto a sapore, fragranza e sfogliatura.

E poi, facendola in casa, potrete scegliere gli ingredienti migliori e vi assicuro che preferire un burro di buona qualità inciderà in maniera decisiva sul sapore finale della sfoglia.

Passiamo ai dettagli.

## LA TECNICA

Il risultato migliore, più **friabile**, **niente affatto unto** e, contrariamente a quelle che si potrebbe pensare, addirittura **leggero**, si ottiene utilizzando pari peso di farina e di burro.

Per ottenere questo risultato è fondamentale che il burro di partenza e l'impasto successivo siano sempre ben freddi. In questo modo, durante la cottura, la separazione tra gli strati sarà netta e la sfogliatura sarà ben visibile. Questo è il motivo dei frequenti passaggi e riposi in frigo.

Se durante la lavorazione il burro dovesse iniziare a sciogliersi, mettete tutto in frigo ed aspettate. Ugualmente quando arrivate alla stesura finale, prima di infornare, altrimenti vi ritroverete con della sfoglia unta e pesante.

Alla fine, al di là delle pieghe e dei giri, il segreto sta tutto qua: il **FREDDO!**

Si procede preparando due impasti: il *pastello* e il *panetto*.

Il pastello non contiene burro e deve risultare piuttosto elastico (per questo si usa la manitoba).

Il panetto, invece, è quello che contiene il burro (solo burro o un mix di burro e farina debole, a seconda delle ricette).

I due impasti vengono poi uniti in maniera opportuna e lavorati facendo le famose pieghe e i giri.

Con questa ricetta, potrete realizzare pizzette, bastoncini sfogliati, dolci o salati, oltre alla classica millefoglie o ai cannoli.

Preparazioni tipo croissant o altre brioches sfogliate seguiranno questo stesso procedimento MA ricette diverse (il pastello sarà costituito da un impasto lievitato arricchito magari con zucchero e uova. La pasta sfoglia classica NON è un impasto lievitato)

E ora passiamo alla ricetta.

Con queste dosi, viene un panetto di pasta sfoglia da circa 1kg, che potrete dividere in più pezzi e congelare, dopo averla avvolta bene nella pellicola (già che fate il lavoro, conviene farsi un pò di scorta).

## LA PASTA SFOGLIA



© DOLCI PASTICCI

Preparare in una ciotola il necessario per realizzare il panetto, quindi il burro a pezzetti e la farina debole. Impastare rapidamente per il tempo necessario ad amalgamare il composto. Mettere in frigo.



*per il panetto*

500g burro a pezzi freddo di frigo  
150g farina 00

*per il pastello*

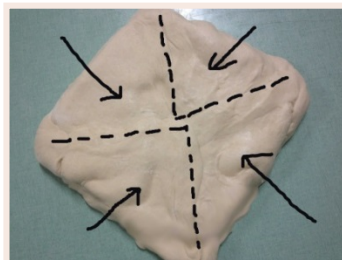
500g farina manitoba  
5g sale  
200g acqua, circa  
1 cucchiaino succo di limone

Nell'altra ciotola, lavorare la manitoba con il sale e l'acqua fino ad ottenere un composto liscio ed elastico. Mettere in frigo a riposare per circa 30 minuti.



Riprendere il composto di manitoba e stenderlo in un quadrato piuttosto regolare. Analogamente, stendere il composto di burro, tra due fogli di carta forno, formando un quadrato leggermente più piccolo del precedente.

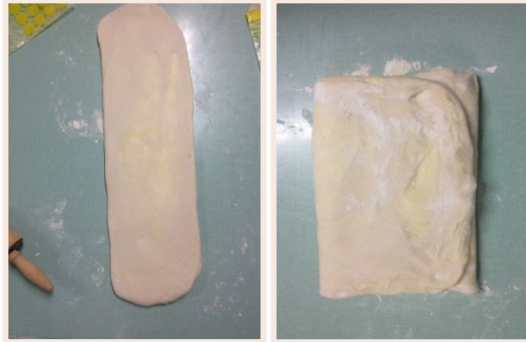
Posizionarli come in figura e ripiegare gli angoli del pastello, sul panetto formando una specie di busta da lettera, senza sovrapporre ma chiudendo bene.



Girare l'impasto mettendo la chiusura verso il basso, posizionarlo parallelamente a noi e stendere col mattarello in un'unica direzione ottenendo una striscia lunga.



A questo punto facciamo la prima *piega a 3*. Ripiegare un terzo dell'impasto verso il centro e chiudere con l'altro lembo.



Coprire con pellicola o infilare in un sacchetto per alimenti e mettere in frigo a riposare per almeno mezz'ora.

Riprendere l'impasto e posizionarlo in modo da avere la chiusura verso la nostra destra. Stendere nuovamente col mattarello per formare una striscia lunga.

Effettuare ora una *piega a 4*. Ripiegare un lembo stretto di impasto verso l'interno della striscia e fare lo stesso con la parte rimanente, facendo combaciare le estremità, senza sovrapporre. Piegare poi ancora a metà.



Mettere in frigo a riposare per almeno mezz'ora.

Riprendere l'impasto e ripetere una piega a 3, come spiegata sopra e poi ancora, dopo il riposo in frigo, una piega a 4.

Tenere in frigo almeno un'ora prima di utilizzarla. A questo punto, potete suddividerla in più parti e congelare quella che non intendete usare subito.

Una volta tagliato l'impasto, apparirà così:



In questa foto sono ben evidente gli strati di sfogliatura che si apriranno durante la cottura in forno. Sono ben 438 (altro che 196, come dice la pubblicità di un noto marchio industriale!!!).

Facciamo insieme il conto:

**3** (strati al primo passaggio della piegatura a lettera) **x 3** (dopo la prima piega a 3) **x 4** (dopo la prima piega a 4) **x 3 x 4** (dopo le ulteriori pieghe) = **438**

Alcune considerazioni.



- Lo ripeto: deve essere tutto ben freddo!
- Se durante la tiratura o la piegatura doveste accorgervi che il burro inizia a sciogliersi allora fermatevi, infilate tutto in frigo e aspettate. Se il burro dovesse iniziare a uscire dagli strati, sarà difficile recuperare l'impasto!
- Assolutamente NON reimpastate tutto o perderete l'effetto sfogliatura. Vale anche per i ritagli di pasta. Piuttosto sovrapponeteli e ristendete col mattarello.
- Quando fate le pieghe, tenete sempre l'apertura rivolta verso la vostra destra. In questo modo la sfogliatura sarà più uniforme.
- A seconda dell'uso che ne farete, stendete la sfoglia abbastanza sottile (3-5 millimetri) e bucatela benissimo. Soprattutto se dovete fare la millefoglie, l'impasto non deve assolutamente gonfiare in forno.

Niente versione senza glutine, per questa preparazione.

Dovrò studiare e sperimentare parecchio, prima di proporvi una versione mangiabile.

## LE BASI PER I DOLCI AL CUCCHIAIO

---



Meringa italiana, *pate a bombe*, crema inglese.

Sono quelle preparazioni a base di uovo che consentono di realizzare semifreddi, *parfait* o bavaresi in assoluta sicurezza e senza contaminazioni batteriche.

## LA TECNICA

Prima di spiegare come realizzare una meringa italiana o una bavarese è necessaria una breve premessa sulla **manipolazione delle uova in cucina** (senza la pretesa che sia esaustiva e rimandando alle sedi opportune ulteriori approfondimenti).

- Vale sempre l'accorgimento di lavare perfettamente le mani prima di manipolare gli alimenti (e spesso anche durante la lavorazione). Anche la postazione di lavoro deve sempre essere pulita.
- **Preferite uova confezionate.** Quelle del supermercato sono state preventivamente sottoposte a controlli. Potrebbero tuttavia subire delle contaminazioni nei passaggi successivi (conservazione casalinga e/o manipolazione non corretta).
- Internamente, appena viene depresso, l'interno dell'uovo è sterile. Eventuali contaminazioni avvengono attraverso il guscio. Assicuratevi, pertanto, che quando le acquistate, **il guscio sia integro.**
- **Le uova non vanno MAI lavate.** Il lavaggio eliminerebbe la pellicola impermeabile che protegge l'uovo naturalmente. Inoltre, essendo il guscio fatto di materiale poroso, eventuali contaminazioni passerebbero all'interno. Le uova vanno pulite con un panno umido.
- Nelle varie preparazioni occorre **EVITARE DI USARE UOVA CRUDE.**  
Di seguito viene spiegato come eseguire la pastorizzazione in pochi passaggi.  
Una preparazione che preveda l'uso di ingredienti pastorizzati, non ha bisogno di ulteriori cotture.

La **MERINGA ITALIANA** è una preparazione di base che consente di ottenere **albumi pastorizzati**. E' un alimento COTTO grazie all'inserimento, negli albumi, di uno sciroppo di acqua e zucchero ad elevata temperatura (121°C).

E' possibile utilizzarla senza ulteriore cottura per realizzare semifreddi, unendola ad altri ingredienti come panna montata o altro.

L'unica accortezza da porre (oltre a quella di non bruciarsi con lo sciroppo caldo) è quella di separare bene i tuorli dagli albumi perché anche una minima quantità di tuorlo, mescolato agli albumi, non li farebbe montare.

La **PATE A BOMBE**, invece, è una tecnica che consente **la pastorizzazione dei tuorli**.

Analogamente a quanto avviene nella meringa italiana, i tuorli vengono montati inserendo a filo uno sciroppo di acqua e zucchero a 121°C.

Ne risulta un composto gonfio, chiaro, spumoso e COTTO, quindi assolutamente sicuro dal punto di vista alimentare, utilizzabile in dolci tipo il Tiramisù, che non andrebbe **MAI** realizzato con uova crude, come invece avviene nelle preparazioni casalinghe.

Lo sciroppo di zucchero si può realizzare anche con altro tipo di liquido, oltre all'acqua. Con il caffè, per esempio, si otterrebbe una *pate a bombe* al caffè.

La **CREMA INGLESE** è una sorta di crema pasticciera in cui mancano gli amidi; quindi la sua consistenza è più liquida.

Da sola può essere usata come accompagnamento ad altri tipi di dolci.

Con l'aggiunta di un gelificante come la colla di pesce (gelatina in fogli) o l'agar agar e/o di panna montata si ottengono bavaresi, cremosi o mousse.

Fattore critico è la **temperatura** di cottura che non deve andare oltre gli 85°C, altrimenti le proteine dell'uovo coagulano e la crema impazzisce.

Se non avete un termometro per alimenti, vi accorgete che la crema è cotta quando velerà il cucchiaino. Spegnete subito e fate raffreddare rapidamente (magari immergendola in un bagnomaria freddo), con la pellicola a contatto della superficie, per evitare che si formi la pellicina.

La **gelatina in fogli** è un addensante di origine animale. Attualmente si ricava dalla cartilagine di alcuni animali. I fogli vanno messi a bagno in acqua fredda, poi strizzati e sciolti su fuoco in una parte del liquido previsto dalla ricetta. Infine, vanno uniti al composto da addensare.

Per la gelificazione occorrono dalle 4 alle 6 ore di riposo in frigo.

L'**agar agar** può essere un valido sostituto alla gelatina in fogli. E' un addensante di origine vegetale e viene ricavato da un'alga.

Ha un potere gelificante superiore alla colla di pesce (basta anche un'ora di frigo, secondo le dosi della ricetta).

Se ne usa un cucchiaino per 500ml di liquido da addensare.

Per attivarla, va fatta bollire per un minimo di 2 minuti con una parte del liquido previsto dalla ricetta e poi aggiunta al resto.

## LA MERINGA ITALIANA

Mescolate in un recipiente lo zucchero a velo con l'acqua e mettete sul fuoco, facendo attenzione a non sporcare i bordi (le goccioline caramelizzerebbero prima). Questo sciroppo deve arrivare a 121°C circa. Se non avete un termometro per misurare la temperatura, contate circa 10 minuti da quando lo zucchero si è sciolto e il liquido ha iniziato a bollire (eventualmente, meglio qualche minuto in più).

Quando lo sciroppo è quasi giunto in temperatura, iniziate a montare gli albumi, prima da soli, poi aggiungendo lo zucchero semolato.

Togliete lo sciroppo dal fuoco e versatelo a filo sugli albumi che montano (attenti a non scottarvi), continuando a far andare le fruste. finchè il composto non si sarà un pò raffreddato.



60g albumi  
35g zucchero semolato  
150g zucchero a velo  
50g acqua

## LA PATE A BOMBE

Mescolate in un recipiente lo zucchero a velo con l'acqua e mettete sul fuoco, facendo attenzione a non sporcare i bordi (le goccioline caramelizzerebbero prima). Questo sciroppo deve arrivare a 121°C circa. Se non avete un termometro per misurare la temperatura, contate circa 10 minuti da quando lo zucchero si è sciolto e il liquido ha iniziato a bollire (eventualmente, meglio qualche minuto in più).

Quando lo sciroppo è quasi giunto in temperatura, iniziate a montare i tuorli, prima da soli, poi aggiungendo lo zucchero semolato.

Togliete lo sciroppo dal fuoco e versatelo a filo sui tuorli che montano (attenti a non scottarvi), continuando a far andare le fruste. finchè il composto non si è un pò raffreddato.



165g tuorli  
25g zucchero semolato  
75g zucchero a velo  
25g acqua

## LA CREMA INGLESE

---

Incidere per il lungo il baccello di vaniglia e metterlo a bollire insieme al latte e alla panna.

Sbattere i tuorli con lo zucchero e versare a filo il latte bollente.

Rimettere sul fuoco e, continuando a mescolare, portare alla temperatura di 85°C (o finchè la crema non vela il cucchiaino).

Spegnere e mettere subito in un bagnomaria freddo per fermare la cottura e far raffreddare.



300g latte fresco  
200g panna fresca  
150 tuorli  
250g zucchero  
vaniglia

**SEMIFREDDO ALLA RICOTTA CON CAMELLO SALATO**

Fare una dose di meringa italiana e mettere a raffreddare.  
 Montare la panna in modo che sia sostenuta ma non ferma, e battere la ricotta per eliminare eventuali grumi.  
 Mescolare pian piano il tutto alla montata di albumi e suddividere in porzioni individuali. Mettere in congelatore per qualche ora.

Il caramello salato lo preparate così:  
 Versare lo zucchero in un pentolino antiaderente, mettere sul fornello e aspettare che sia completamente fuso.  
 NON mescolatelo assolutamente!  
 Piuttosto, muovete un po' il pentolino per facilitare lo scioglimento.  
 Quando tutto lo zucchero si è caramellato aggiungere la panna. Fate molta attenzione perché a quel punto lo zucchero fa le bolle e potrebbe schizzare.  
 Continuare a mescolare finché tutto lo zucchero non si è amalgamato e non preoccupatevi se il composto risulta ancora liquido, perché, una volta raffreddato avrà la consistenza giusta.

Al momento di servire, accompagnare il semifreddo con caramello salato (o con quello che vi piace di più).

**DOLCI PASTICCICI**

*1 dose di meringa italiana*  
 300g panna fresca  
 200g ricotta fresca  
 1dose caramello salato

*per il caramello salato*  
 125g zucchero  
 125g panna liquida  
 1 pizzico di sale di maldon

DOLCI PASTICCI  
di Angela Quaranta - SweetAngel  
[www.dolcipasticci.it](http://www.dolcipasticci.it) - [info@dolcipasticci.it](mailto:info@dolcipasticci.it)

ENJOY



Un grazie speciale alla maestra Emanuela Regi de La Dolce Peonia