

# Sommario

---

<b>Introduzione</b> .....	XV
<b>Capitolo 1 - La pasticceria</b> .....	1
Le origini .....	1
Pasticceria buona e giusta.....	2
Gli aspetti nutrizionali.....	3
I dolci fanno ingrassare? .....	3
La preparazione dei dolci.....	5
Degustazione e valutazione sensoriale .....	6
Marketing alimentare .....	6
<b>Capitolo 2 - Gli ingredienti fondamentali</b> .....	9
Le farine .....	9
W e P/L .....	10
Glutine .....	10
Ceneri .....	11
La classificazione delle farine.....	12
Enzimi .....	14
Assorbimento delle farine .....	14
Farine speciali .....	19
I lieviti.....	22
Lievito di birra .....	23
Lieviti chimici a confronto.....	25
Il lievito chimico fai da te.....	28
Bicarbonato d'ammonio .....	28
Il lievito madre.....	29
Fermentazione con la frutta .....	31
Sale .....	32

Le uova.....	33
L'allevamento delle galline.....	33
Uova e alimentazione .....	35
Uova e composizione.....	35
Uova in pasticceria.....	37
Uova e cottura.....	37
Denaturazione .....	38
L'albume e le proteine .....	38
I fattori che influenzano la montatura .....	39
Come si gestisce un impasto montato .....	40
Il sale per montare gli albumi.....	41
La coagulazione.....	41
I prodotti della coagulazione .....	42
Reclinare gli albumi .....	42
Come sostituire le uova .....	43
Latte.....	44
Latte vegetale .....	46
La panna .....	47
La panna di soia.....	48
La panna fatta in casa con lo xantano.....	48
Grassi .....	50
Punto di fumo .....	52
Burro.....	52
I grassi del burro.....	53
Tipologie di burri.....	53
Il burro chiarificato fatto in casa.....	53
Impiego del burro .....	54
Il mascarpone.....	54
La margarina .....	55
Idrogenazione .....	56
Altri metodi di preparazione della margarina .....	56
Come distinguere la margarina.....	57
Come fare la margarina in casa.....	59
Margarina sì o margarina no? .....	61
Deterioramento dei grassi.....	61

<b>Capitolo 3 - Gli zuccheri</b> .....	63
Il rifrattometro .....	64
Perché usare il rifrattometro? .....	64
Caratteristiche degli zuccheri .....	64
Potere edulcorante dei dolcificanti .....	65
Reazione di Maillard e caramellizzazione .....	66
Zucchero (saccarosio) .....	67
La produzione .....	67
Le tipologie di zucchero integrale .....	68
La cottura dello zucchero .....	71
Perché cuocere lo zucchero .....	73
Come si cuoce lo zucchero .....	74
Come formare grandi cristalli di zucchero .....	74
Zucchero bucanave .....	75
Perché utilizzarlo? .....	75
Come si prepara .....	76
Caramello e salsa al caramello .....	77
Il fondente (fondant) .....	78
Lo zucchero tirato o satinato .....	79
Lo zucchero soffiato .....	79
Lo zucchero filato .....	80
La ghiaccia reale .....	80
Il pastigliaggio .....	80
Melassa .....	81
Sciroppo d'acero .....	81
Sciroppo d'agave .....	82
Isomalto .....	82
Maltitolo .....	83
Fruttosio .....	83
Glucosio .....	84
Zucchero di cocco integrale .....	85
Zucchero di topinambur .....	85
Zucchero invertito .....	85
Miele .....	86
Ruolo funzionale in pasticceria .....	86

Stevia .....	87
La diffusione .....	87
Impariamo a distinguerla .....	88
Conclusione .....	89
Succhi di frutta concentrati.....	89
Malti.....	89
Cosa sono e come si distinguono.....	90
Il malto nei prodotti da forno .....	90
Quale malto/sciroppo è più dolce? .....	91
Come sostituire lo zucchero con il malto?.....	91
Come fare il malto in casa .....	91
Enzimi .....	96
Rapporto acqua/malto.....	97
Ammostamento.....	97
Filtrazione.....	98
Alcuni suggerimenti utili .....	98
Resa del malto .....	99
Conclusione .....	99
Amasake .....	100
La preparazione .....	100
<b>Capitolo 4 - Cioccolato .....</b>	<b>103</b>
Aspetti nutrizionali.....	103
La pianta .....	104
Le varietà di cacao .....	104
Produzione e consumo .....	105
Dalla raccolta alla tavoletta .....	106
Il cacao in polvere.....	109
Il temperaggio (o precristallizzazione) del cioccolato .....	110
Alcuni suggerimenti per non fallire nell'impresa.....	111
Il cioccolato fatto in casa dal cacao .....	114
Cioccolato alla stevia fatto in casa.....	115
Uova al cioccolato autoprodotta.....	116
<b>Capitolo 5 - Gelificanti, amidi e fecole .....</b>	<b>121</b>
Colla di pesce .....	121
Agar agar.....	122
Come si usa? .....	123

Come si misura la forza delle gelatine?.....	123
Pectina .....	124
Le tipologie di pectina .....	124
Modalità d'uso .....	125
Pectina e cottura .....	126
pH e concentrazione zuccherina .....	126
Come fare la pectina in casa .....	126
Gelatina di frutta .....	127
Stampi in gelatina.....	127
Gli amidi e le fecole .....	129
<b>Capitolo 6 - Emulsioni</b> .....	133
Tecniche di emulsione.....	135
Emulsionanti nei prodotti da forno .....	135
<b>Capitolo 7 - La frutta</b> .....	137
Frutta fresca.....	137
La frutta candita .....	137
La frutta candita al miele .....	138
La frutta a poché .....	140
Frutta secca .....	140
Mandorle .....	140
Arachidi.....	141
Anacardi.....	141
Nocciole.....	141
Noci .....	141
Pistacchio .....	142
Noci di Pecan .....	142
Noci del Brasile (o noci amazzoniche).....	142
Noci di macadamia .....	142
Pinoli.....	142
La frutta a guscio tostata.....	143
Frutta a guscio caramellata .....	143
La farina di frutta a guscio .....	143
Uvetta sultanina.....	144
<b>Capitolo 8 - Coloranti e aromi</b> .....	145
I coloranti.....	145
Gli aromi .....	146

Differenza tra aroma e infuso .....	147
La vaniglia .....	148
Dalla pianta alla vaniglia .....	149
Impatto economico della vaniglia .....	151
L'aroma della vaniglia .....	151
Vaniglia e vanillina .....	151
Perché non usare la vanillina? .....	151
Vanillina di "qualità"? .....	152
Alterazione della percezione .....	152
Appetibilità .....	152
Gli aromi naturali poco naturali .....	152
Come si impiegano la vaniglia e gli aromi in genere .....	153
Le alternative naturali .....	153
<b>Capitolo 9 - Le decorazioni</b> .....	155
Il cornetto .....	156
Impasti regolari .....	159
<b>Capitolo 10 - Cottura e conservazione</b> .....	161
La cottura .....	162
La conservazione .....	162
La sterilizzazione e la pastorizzazione .....	163
Il congelamento e la surgelazione .....	164
<b>Capitolo 11 - Le basi della pasticceria</b> .....	165
Le ricette .....	165
Il frangipane .....	166
Pasta Maddalena .....	166
Pasta di mandorle e marzapane .....	167
Marzapane classico .....	168
Marzapane senza zucchero .....	168
Marzapane senza albume e zucchero .....	168
Pasta per bignè .....	169
Le varianti e i suggerimenti .....	170
Pasta choux tradizionale .....	171
Pasta choux di farro senza uova .....	171
Pasta choux senza latticini .....	171
Pasta per strudel .....	172
Pasta per strudel tradizionale .....	172

Pasta per strudel di farro .....	173
Pasta sfoglia.....	173
La lavorazione della pasta sfoglia .....	174
La pasta sfoglia tradizionale .....	177
La pasta sfoglia di Kamut® .....	178
La pasta sfoglia di farro .....	178
Pasta sigaretta .....	179
Pasta sigaretta tradizionale.....	179
Pasta sigaretta di farro senza uova .....	179
Meringa.....	180
Le varianti e i suggerimenti.....	181
Meringa italiana.....	182
Meringa francese.....	183
Meringa svizzera.....	183
Meringa classica .....	183
Meringa italiana allo sciroppo d’agave.....	183
Meringa allo sciroppo di Kamut® .....	184
Meringa vegana .....	184
Cottura (identica per tutte, eccetto italiana) .....	186
Pasta frolla.....	186
Le varianti e i suggerimenti.....	187
Come si bilancia una frolla.....	188
Come si cuoce una frolla .....	189
Pasta frolla tradizionale .....	189
Pasta frolla sabbata .....	189
Pasta frolla di Kamut® .....	190
Pasta di frolla per paste di meliga .....	190
Pasta frolla classica di farro.....	190
Pasta frolla senza glutine e uova .....	191
Pasta frolla montata.....	191
La pasta frolla montata tradizionale .....	192
La pasta frolla montata con tuorli sodi .....	192
Pasta brisé .....	192
Pasta brisé senza glutine .....	193
Pasta sablè (o ricca) .....	193
Pasta sablè tradizionale.....	194
Pasta frolla Milano .....	194

Crespelle (crêpes) .....	194
Crêpes mediamente dolci .....	195
Crêpes dolci .....	195
Pan di Spagna .....	195
Varianti e curiosità .....	196
Varianti .....	197
Difetti e rimedi .....	197
Pan di Spagna classico .....	198
Pan di Spagna senza uova .....	198
Pan di Spagna senza glutine .....	198
Pan di Spagna di farro senza zucchero .....	199
Pasta margherita .....	199
Pasta paradiso .....	199
Pasta biscuit (pasta per rotolo) .....	199
Pasta biscuit di farro .....	200
Pasta biscuit senza uova .....	200
Dacquoise .....	201
Le varianti e i suggerimenti .....	201
Dacquoise tradizionale .....	201
Dacquoise senza albume .....	201
Pasta per brioche .....	202
Pasta brioche tradizionale .....	202
Pan Brioches vegan .....	203
<b>Capitolo 12 - Semifreddi, gelée e ganache .....</b>	<b>205</b>
Il semifreddo .....	205
La composizione .....	206
Le attrezzature .....	206
La lavorazione (consigli) .....	207
Semifreddi cremosi e spumosi alla frutta .....	207
Le difficoltà nella preparazione del semifreddo vegan .....	208
Valutare la qualità del semifreddo .....	208
Ricette .....	209
Base semifreddo al limone .....	209
Base alla soia .....	209
Base al tofu .....	209
Basi biscotto .....	210
Base biscotto classica .....	210



Base biscotto corn flakes .....	210
Base biscotto al cioccolato .....	210
Gelée .....	211
Gelée al melograno .....	211
Gelée al moscato .....	212
Gelée all'arancia .....	212
Gelée alle fragole .....	212
Ganache .....	213
Cioccolato e acero .....	214
<b>Capitolo 13 - Coperture e glasse .....</b>	<b>215</b>
Tipologie di glasse .....	216
Glassa colante .....	216
Glassa a freddo .....	216
Glassa in pasta .....	217
Glassa autolivellante .....	217
Gelatina neutra .....	217
Copertura lucida al cacao .....	218
Masse al burro .....	218
<b>Capitolo 14 - Le creme .....</b>	<b>219</b>
Le creme e le farciture .....	219
Le cotture delle creme .....	220
Difetti delle creme e rimedi .....	222
Creme da forno .....	222
Crema pasticceria .....	222
Le varianti e i suggerimenti .....	223
Crema pasticceria tradizionale .....	223
Lemon curd .....	224
Crema pasticceria vegan .....	224
Crema pasticceria al latte di riso .....	224
Crema alle carote da cottura .....	224
Crema al tofu per farciture .....	225
Crema al latte per farciture .....	225
Crema pasticceria alle nocciole .....	225
Crema pasticceria alle mandorle .....	226
Bavaresi .....	226
Bavarese alla vaniglia .....	226

Bavarese all'arancia.....	226
Bavarese alle pere.....	227
<b>Capitolo 15 - Ricette elaborate.....</b>	<b>229</b>
Torte cremose.....	229
Millesfoglie alle pesche.....	229
Plumcake noci e fichi.....	232
Torta alla canapa.....	234
Torta alle mandorle.....	236
Strudel di mele.....	238
Torta cocco e mango.....	239
Torta cremosa arancia e cioccolato.....	242
Semifreddo al caffè vegan.....	245
Semifreddo limone e fragole.....	247
Bavarese pere e cioccolato.....	250
Biscotti.....	253
Sfogliatine alle albicocche.....	253
Biscotti senza zucchero e glutine.....	255
Baci di dama al farro.....	257
Cookies.....	258
Brioche senza glutine.....	260
Tarte tatin.....	262
Torta cioccolato e arancia.....	264
Torta limone e cioccolato.....	266
Torta cioccolato e carote.....	268
Crostata ai fichi e sale grigio.....	269
Crostata ai mirtilli e nocciole.....	271
Tiramisù vegan.....	273
Crostata alla frutta.....	275
<b>Capitolo 16 - Pasticceria lievitata.....</b>	<b>279</b>
Panettone.....	279
Pandoro.....	280
Gli ingredienti.....	280
Lievitazione.....	281
La cottura.....	282
Asciugatura e confezionamento.....	283
Ammuffimento e conservazione.....	283

Pandoro senza glutine .....	284
Pandoro di Kamut® con biga.....	286
Pandoro senza glutine con lievito madre.....	288
Panettone senza glutine.....	290
Panettone di Kamut® con biga.....	292
Panettone di Kamut® con pasta madre vegan .....	294
Panettone di farro vegano da 1 kg.....	297
Colomba di Kamut® con biga .....	300
Colomba di farro vegan .....	302
Colomba senza glutine fermentata con frutta .....	305
Pan dolce alla frutta con water roux.....	307
<b>Capitolo 17 - Altre ricette .....</b>	<b>309</b>
Cioccolata calda .....	309
Mousse vegana.....	311
Uova al cioccolato con gelato alla vaniglia .....	312
Barrette energetiche .....	315
<b>Glossario.....</b>	<b>317</b>