

Heinrich Gasteiger . Gerhard Wieser . Helmut Bachmann

Dolci e torte

delle Dolomiti



Le ricette più famose facili da preparare

Dallo
Strudel di mele
al Kaiser-
schmarren



ATHESIA

1ª edizione 2025

© Athesia Buch Srl, Bolzano

Via del Vigneto, 7

I-39100 Bolzano

casa.editrice@athesia.it

Titolo dell'edizione originale: "Süßes Südtirol"

Traduzione dal tedesco: Nicoletta De Rossi

Design e layout: Athesia-Tappeiner Verlag

Elaborazione immagini: Typoplus, Frangarto

Stampa: GZH, Zagabria

Carta: volume e risguardi Maestro Print

Per essere sempre aggiornati

www.athesia-tappeiner.com

ISBN 978-88-6839-777-7

Referenze fotografiche

Stockfoto: pag. 6 (kikisora), 7 (Mara Zemgaliete),
8 (Comugnero Silvana), 10 (Irina Kostina),
11 (Vitalii), 12 (yanadjan), 14 (mrzazaz),
15 in alto (emuck), 93 a destra in basso (kcuxen),
copertina posteriore – albicocca (Natika)
Tutte le altre immagini sono di Günther Pichler,
Eggen, www.gpichler.com

Immagini di copertina

Copertina anteriore: Strauben con confettura
di mirtilli rossi (ricetta pag. 22)

Quarta di copertina: Torta di castagne (ricetta pag. 76)



Basta eseguire la
scansione del codice
QR e informarsi
sul nostro sito.

FSC > GZH



Rispettiamo l'ambiente -
questo libro non è
cellofanato

Cari amici dei dolci!



Helmut Bachmann

Heinrich Gasteiger

Gerhard Wieser

Gli scienziati hanno dimostrato che i dolci stimolano il rilascio degli ormoni della felicità nel nostro corpo. Ma anche senza questa conoscenza avremmo osato affermare che i dolci ci rendono felici! E ci rendono ancora più felici se li prepariamo noi, con le nostre mani a casa.

Con le nostre ricette non abbiamo quindi fatto altro che incollare felicità tra le due copertine di questo libro. Una felicità che si può ricondurre a un comune denominatore geografico: le Dolomiti. Questa regione approfitta anche in pasticceria della sua funzione di ponte, avendo assorbito nel corso dei secoli influenze dal nord e dal sud e avendo sviluppato così una propria tradizione pasticceria.

Perciò in questo libro non troverete solo i classici della pasticceria delle Dolomiti, come i krapfen, lo Kaiserschmarren e lo strudel, ma anche molte altre ricette: i dolci più semplici della tradizione come i Buchteln, la torta di grano saraceno e le crespelle, ma anche quelli più elaborati, come lo Strauben.

Non importa quale sia la ricetta – quello che cerchiamo è il divertimento nel preparare e cuocere i dolci. E questo succede, per esperienza, soltanto se si soddisfano due condizioni: per prima cosa si deve avere il coraggio di provare e in secondo luogo la ricetta deve riuscire bene. Entrambe le cose ve le semplifichiamo più possibile con questo libro.

Perciò buon divertimento nella “pasticceria” di casa vostra!

Il vostro team “So kocht Südtirol“



Indice

6 Una storia di (dolci) influenze

- 6 Dal campo, dal prato e dalla fattoria
- 7 L'importante è quello che c'è dentro
- 8 Nati per necessità
- 9 Frontalieri

9 Le basi dell'arte pasticceria

- 10 Soltanto il meglio
- 10 La farina: la base dei prodotti dolci da forno
- 11 Che cos'è la farina?
- 11 Setacciare la farina?
- 12 Uova solo di galline felici
- 12 Quanto pesa un uovo?
- 13 Come separare l'albume dall'uovo
- 13 Il burro: il miglior esaltatore di sapore
- 13 Latte: senza latte niente impasto
- 14 Il cuore di tutti i dolci: lo zucchero
- 14 Zucchero al plurale
- 14 Sale, lievito & Co.: poco appariscenti, ma necessari

15 Scuola di pasticceria: passo per passo

- 15 Separare il tuorlo dall'albume
- 15 Perché gli albumi montati a neve riescano davvero
- 16 Zwetschgendatschi
- 16 Rotolo di pan di Spagna
- 16 Pasta frolla per lo strudel di mele
- 17 Canederli alle albicocche
- 17 Pasta lievitata per i Buchteln

18 Dolci delle Dolomiti

32 Dessert delle Dolomiti

48 Torte, dolci e strudel

74 Torte e rotoli

94 Indice dalla A alla Z

95 Abbreviazioni, dizionario gastronomico e termini tecnici



Campo di grano saraceno - in alcune zone delle Dolomiti lo chiamano "polenta nera".

Una storia di (dolci) influenze

La cucina fusion negli ultimi anni ha caratterizzato le tendenze culinarie globali in tutto il mondo. Per le Dolomiti la fusione di differenti culture e tradizioni è tutt'altro che una novità: in una regione che da sempre funge da cerniera tra il nord e il sud, tra la zona linguistica italiana e quella tedesca, così come tra il mondo culturale romanzo e quello germanico, l'assorbimento di influenze è da secoli all'ordine del giorno – tanto che ora non è quasi più possibile determinare che cosa derivi da dove. Ma forse è proprio questo che rende la cucina delle Dolomiti così unica: dall'interazione di differenti influenze è sorto qualcosa di nuovo, indipendente e autentico. La varietà è quindi il fondamento della cucina delle Dolomiti, e in particolar modo se si tratta di **preparare e cuocere dolci**. Alla fine si sono cercati e trovati spunti e prestiti anche nei dolci, anche se in rapporto al resto della cucina di questa regione, cioè

agli antipasti, ai primi e ai secondi piatti, si delinea una grande differenza: l'influenza mediterranea è molto meno presente nella preparazione e cottura dei dolci. Nell'arte pasticceria sono invece altre due le influenze più visibili: quella **dell'impero austro-ungarico** e quella **contadina**.

Dal campo, dal prato e dalla fattoria

Tutta la zona dolomitica è da sempre una regione caratterizzata dall'agricoltura. L'eredità contadina si riflette nelle tradizioni, nella lingua, nella vita quotidiana, nel paesaggio e anche nella cucina. Oppure, come nel caso di questo libro, nell'arte pasticceria. Con i classici della pasticceria delle Dolomiti si rappresenta l'intero spettro dell'agricoltura della regione: dalle valli e dalle zone in posizione più favorevole fin su ai masi e alle malghe di montagna. Mettiamo a fuoco, per prima, la valle che lascia tracce nel forno soprattutto in forma di frutta – prima di tutto di mele. E così siamo già al classico per antonomasia dell'arte pasticceria di questa regione: lo **stru-**

del di mele (ricetta a pag. 68). È uno strudel autentico se lo si prepara con la pasta frolla, lo si farcisce con le mele della regione e gli si dà un tocco mediterraneo con una manciata di pinoli tostati. Oltre che con lo strudel di mele, le mele hanno fatto ingresso nella cucina dolce contadina con un



Mele: l'imbarazzo della scelta

L'Alto Adige è tra i più tradizionali e grandi produttori di mele, quasi una mela su dieci in Europa proviene da questa regione. Alla quantità si sommano qualità e varietà – e quindi anche l'imbarazzo della scelta quando si tratta della migliore varietà di mele per la preparazione e la cottura di dolci. Fondamentalmente per noi vale quanto segue: una mela ideale, per esempio, per uno strudel deve essere **croccante** e rimanere croccante, cioè deve essere abbastanza soda da poter essere cotta. In termini di sapore preferiamo le mele non troppo dolci, perché gli strudel (ma anche gli Apfkiechl) sono già abbastanza dolci di per sé. Hanno quindi bisogno di un po' di acidità per dare una sensazione di freschezza e leggerezza. Per questo motivo la nostra mela preferita per lo strudel di mele è la **Gravenstein**, ma anche la **Golden Delicious**, la **Gala** o la **Morgenduft** sono ottime.

secondo classico: l'**Apfelküchlein** (ricetta a pag. 26) o Apfkiechl, come si dice in Alto Adige, i cui ingredienti – tranne lo zucchero e il sale – provengono dal maso: dalla farina fino allo "strutto", in cui si friggevano un tempo questi dolci.

Lo stesso vale per lo **Strauben** (ricetta a pag. 22), il **Kniekiechl** (ricetta a pag. 18), ma soprattutto per i **krapfen** (ricetta a pag. 20), la cui varietà può essere letta come una mappa dell'intera regione. A seconda delle dimensioni, della forma e del ripieno i krapfen si possono attribuire esattamente a una specifica area geografica. Ed esattamente significa: i krapfen – soprattutto quelli delle sagre – differiscono non solo da provincia a provincia o da valle a valle, ma anche da paese a paese (e talvolta persino da frazione a frazione). In comune hanno però tutti che: i più buoni sono quelli del proprio paese!

L'importante è quello che c'è dentro

Il modo più semplice per distinguere i **krapfen** è dal loro **ripieno**. Per questo non è necessario essere degli esperti. Tuttavia i locali nella loro quasi "mania" per i krapfen non rendono la vita facile, perché farciscono il loro "dolce nazionale" con tutto quello che gli viene in mente: con semi di papavero, mele o mirtilli, con pere fresche o secche, con confettura di albicocche o di mirtilli rossi, con castagne o ricotta d'affioramento. E a volte anche soltanto con l'aria: in questo caso è l'anice a dover fornire sufficiente sapore all'impasto.

Una cosa è chiara: il ripieno dei krapfen tradizionali riflette ciò che un tempo i contadini avevano a disposizione. È questa la caratteristica più importante della cucina contadina: in tavola arriva ciò che la natura offre in quel momento.



Ripieno di castagne per krapfen

In autunno, nelle località più calde e basse della regione, era anche l'uva, ma l'uva non compare praticamente mai nella pasticceria locale. Questo dipende dal fatto che è stata trasformata in qualcosa di più pregiato, cioè in vino. Un ingrediente che a dire il vero gioca un ruolo importante anche nella lista delle specialità dolci delle Dolomiti.

Nati per necessità

Le radici contadine nella preparazione di dolci e torte sono quindi inconfondibili. Così come è chiaro che alcuni di questi classici non sono stati creati per scherzo, ma sono nati per necessità. Può suonare strano, perché stiamo parlando di dolci e quindi in un certo qual modo di un "lusso" in cucina, cioè di ciò che arrivava in tavola la domenica o in occasione di particolari festività.

Ma: molti classici dolci sono stati creati – non soltanto, ma anche nelle Dolomiti – dalla necessità di non sprecare cibo. E questo significa innanzitutto rendere (di nuovo) commestibile il pane raffermo – facendolo diventare una delizia speciale. A rappresentare questa categoria ci sono lo **Scheiterhaufen**

(ricetta a pag. 44) come anche il **latte di neve della Val Venosta** (ricetta a pag. 40). Oggi per entrambi i dolci si usa per lo più una raffinata pasta lievitata, ma nella versione originale la base di entrambi era il pane bianco duro e raffermo. Questo veniva inzuppato nel latte zuccherato, in modo da poterlo masticare, e poi un po' alla volta raffinato con altri ingredienti.

Anche alla povertà e alla necessità va attribuito il fatto che tra le specialità dolci di questa regione ve ne siano alcune che si possono mangiare da sole, cioè non soltanto con il caffè o come dessert. Il **Kaiserschmarren** (ricetta a pag. 30) è uno di questi piatti. La leggenda vuole che sia stato creato alla corte imperiale di Vienna. Molto più probabilmente la ricetta di base è una ricetta prettamente contadina perché unisce tutto ciò che una fattoria può offrire, e tutto l'anno.

Kaiserschmarren





Frontalieri

Un intero impero nel forno: i Buchteln sono originari della Boemia, dove sono conosciuti come "buchta" o "buchtičky". E le crespelle (Palatschinken) furono inserite per la prima volta in un menu in Ungheria: all'epoca come "palatsinta" e a quanto pare ebbero un tale successo che questo difficile termine fu subito tedeschizzato. A proposito: per quanto possa sembrare orientale la parola "Datschi" deriva invece dal bavarese "detschen" e assomiglia all'altoatesino "tetschn" o "totschn" e significa "premere dentro". Lo Zwetschgendatschi, dolce alle prugne, (ricetta a pag. 54) dovrebbe chiamarsi quindi "Tatschi" o "Totschi". Quindi meglio "tranci alle prugne" (Zwetschgenschnitte)...

Comunque sia: la leggenda del Kaiserschmarren ci porta a seguire le tracce che l'impero austro-ungarico ha lasciato nell'arte pasticciere delle Dolomiti. Tutta una serie di dolci classici che oggi associamo a questa regione ha in fondo le proprie radici nell'impero di allora: dai **Buchteln** (ricetta a pag. 28), pas-

sando per la **treccia di pasta lievitata dolce** (ricetta a pag. 24), il trancio **Linzer Schnitte** (ricetta a pag. 66) e la torta **Sacher** (ricetta a pag. 80) fino ad arrivare alle **crespelle** (ricetta a pag. 38). Tutti questi classici sono arrivati superando un confine (in alcuni casi più confini) e si sono fusi con la cucina delle Dolomiti di per sé già aperta in tutte le direzioni. Come sempre, lo sguardo in questa cucina è quindi uno sguardo nella storia di questa regione piccola, ma così speciale. E la cosa non cambia se si preparano dolci in forno invece di cucinare sui fornelli o se si servono pietanze dolci piuttosto che salate.

Le basi dell'arte pasticciera

Se dovessimo ridurre la preparazione e la cottura di dolci a una regola fondamentale basterebbero due parole: **sii preciso!** E proprio in questo sta la differenza essenziale con il cucinare. Mentre in cucina il freestyle è all'ordine del giorno, cioè l'improvvisazione e la creatività senza limiti, la pasticceria è soprattutto una cosa: un lavoro di misura. O per dirla in altro modo: chi non si prende la briga di **pesare e misurare esattamente tutti gli ingredienti**, non otterrà un buon risultato.

Il motivo di questa regola è semplice: la preparazione e la cottura di dolci è un'interazione chimica tra gli ingredienti, perché è proprio questa interazione a garantire il risultato desiderato. Chi vuole una **pasta lievitata** soffice deve assicurarsi che l'impasto lieviti. E questo succede soltanto se il rapporto tra il lievito e gli altri ingredienti è corretto. E chi lavora con una **pasta frolla** può farlo solo se la si può stendere e modellare senza che si sbricioli. E anche ciò avviene solamente se tutti gli ingredienti sono stati mescolati nelle giuste proporzioni. **Se quindi il cucinare è arte, preparare e cuocere dolci è scienza.**

Soltanto il meglio

Come ogni scienza, anche la preparazione e la cottura di dolci segue precise regole. Si comincia dagli ingredienti:

- **Tutti gli ingredienti dovrebbero essere freschi.** In questo modo si evitano rischi per la salute e si garantisce il miglior sapore.
- **Tutti gli ingredienti devono avere un sapore puro,** il che significa soprattutto che nessun ingrediente (come il burro) deve venir contaminato da altri sapori nel frigorifero.
- **Tutti gli ingredienti dovrebbero essere regionali,** ma aggiungiamo noi: dove è possibile. Ciò garantisce brevi distanze, freschezza e sostenibilità.
- **Tutti gli ingredienti devono essere dal punto di vista igienico ineccepibili.** La scorza grattugiata deve quindi provenire solo da limoni o arance non trattati, e la frutta deve essere lavata accuratamente.

Ciò che vale per tutti gli ingredienti vale in particolare modo per gli ingredienti di base con cui si ha a che fare in (quasi) tutte le ricette di dolci. Perciò



vale la pena dare un'occhiata più da vicino ai cinque pilastri della preparazione e cottura di dolci: **farina, uova, burro, latte e zucchero.**

La farina: la base dei prodotti dolci da forno

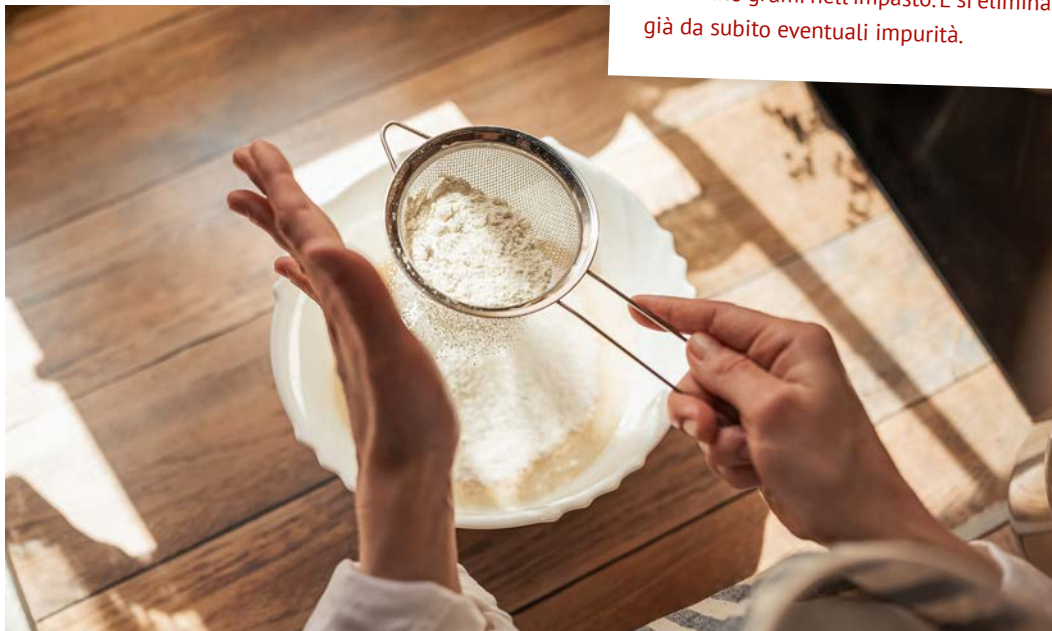
La farina è l'ingrediente base dei dolci, ma chiunque si sia trovato una volta di fronte a uno scaffale ben fornito di farina sa che: non tutta la farina è uguale. Esistono molte materie prime differenti per la farina e diverse tipologie all'interno dello stesso tipo di farina. Nella preparazione di dolci (nelle Dolomiti) tuttavia ci facciamo bastare pochi tipi di farina. La più importante è la **farina di frumento**, utilizzata nella maggior parte delle ricette, ma anche la **farina di farro**. Ha ottime proprietà per la preparazione di dolci e ha colore e sapore neutri. Le farine di frumento si distinguono per il grado di macinazione, esistono cioè farine più fini e meno fini. In cucina si parla in questo caso di farina liscia e di farina granulosa (o addirittura a doppia grana).

- La **farina liscia** è una farina di colore chiaro, quasi del tutto bianca e di estrazione molto fine utilizzata per gli impasti della maggior parte dei dolci, cioè per gli impasti lievitati, le paste tirate, pasticcini e dolci. In Italia questa farina è etichettata con la sigla tipo "00", in Germania con "405", in Austria con "W 480", in Svizzera come "farina bianca".
- La **farina granulosa** è più grossolana, più scura e assorbe i liquidi. Per questo motivo, nelle ricette con la farina granulosa – per impasti cremosi, biscotti, torte e pan di Spagna – si usa più acqua. Bisognerebbe anche far riposare più a lungo l'impasto. In Italia questo tipo di farina si trova in commercio con la sigla tipo "0", in Germania "550", in Austria "W 700", mentre in Svizzera anche in questo caso si usa il termine "farina bianca".

Che cos'è la farina?

“Farina” è un termine generico per indicare il prodotto di cereali macinati. In questo libro tuttavia il termine, per semplicità, indica la comune farina di grano tenero. Se non diversamente indicato nella ricetta, si utilizza quindi la farina tipo “00”.

Oltre alla farina di frumento, esistono altre due farine che bisognerebbe conoscere in pasticceria. La prima è la **farina di segale**. La segale, una graminacea, è molto più frugale nella coltivazione rispetto al grano, cresce anche ad altitudini più elevate e in condizioni climatiche più rigide. Nei campi dei contadini delle Dolomiti si coltivava perciò la segale, mentre il grano cresceva soltanto nelle zone più favorevoli. Per il suo sapore caratteristico la farina di segale grigiastra è usata solo occasionalmente per la preparazione di dolci.



La terza farina importante nella cucina e nella pasticceria dei contadini di montagna è la **farina di grano saraceno** conosciuta in alcune zone dolomitiche con il nome di “polenta nera”. Il grano saraceno è una specie appartenente alla famiglia delle Poligonacee che ha nel suo DNA le dure condizioni della steppa russa meridionale e perciò prospera anche tra i monti delle Dolomiti. Ciò che distingue la farina di grano saraceno da tutte le altre farine è il suo sapore di nocciola che si sposa perfettamente con quello agrodolce dei mirtilli rossi. Ecco perché trovate in questo libro tra le ricette, oltre alla classica **torta di grano saraceno** (ricetta a pag. 86), anche un **rotolo di grano saraceno** (a pag. 88 tra i suggerimenti).

Setacciare la farina?

In molte ricette si consiglia di setacciare la farina prima dell'uso. Anche se non è assolutamente necessario, è utile, perché evita che si formino grumi nell'impasto. E si eliminano già da subito eventuali impurità.

Ova solo di galline felici

Non c'è quasi nessuna ricetta di dolci in cui si possa fare a meno delle uova. Questo dipende dal fatto che le uova, insieme al glutine presente nella farina, forniscono il necessario legame, cioè – se si vuole – tengono insieme gli ingredienti. Le uova fungono anche da **esaltatore di sapore** e danno struttura all'impasto. Soprattutto l'albume aiuta a far entrare l'aria nell'impasto, cioè a garantire che la pasta diventi **soffice e ariosa**.



Quanto pesa un uovo?

Nelle nostre ricette "1 uovo" corrisponde a un uovo medio (M) che pesa 53-63 grammi, guscio compreso. Per essere sicuri, meglio pesare le uova.

Tanto importanti sono le uova nella preparazione dei dolci, tanto facile è comprarle e averle in cucina. Di conseguenza quasi nessuno ci riflette. Perciò vogliamo raccomandarvi un paio di cose che dovrete considerare prima di iniziare a preparare i dolci.

- **Utilizzate solo uova fresche!**

Proprio con le uova la freschezza è garanzia di salute. Assicura in più che l'uovo non abbia un sapore sgradevole. Ma come stabilire se un uovo è fresco? Scuotendolo: se l'uovo muovendosi fa rumore, meglio lasciar perdere. Se non siete ancora sicuri, rompete l'uovo su una superficie piana: l'albume dovrebbe essere spesso e il tuorlo ricurvo verso l'alto, formando una specie di cupola.

- **Non avete uova fresche a disposizione?**

La nostra prima regola è facile, ma non è sempre facile da attuare. Se non sono disponibili uova fresche, dovrete usare uova pastorizzate per la preparazione dei dolci. Così andate sul sicuro.

- **Utilizzate, se possibile, uova da allevamento all'aperto della vostra regione!**

Sicuramente avete già visto le immagini di un allevamento in batteria. In tal caso il nostro appello a favore delle uova da allevamento all'aperto dovrebbe trovare ascolto. Sono l'unica garanzia di galline da allevamento adeguato. E se scegliete uova provenienti dalla vostra regione, riducete i percorsi di trasporto, avete uova fresche e rafforzate l'agricoltura locale.



Impasto di pan di Spagna sbattuto

Come separare l'albume dall'uovo (vedi pag. 15)

Separare correttamente le uova è un procedimento delicato. Il modo migliore è rompere il guscio al centro su un bordo duro, per esempio il bordo di una ciotola o il dorso di un coltello. Si può raccogliere l'albume, che fuoriesce dalla fessura del guscio, in una ciotola. Con molta attenzione si può ora rompere l'uovo e far scivolare il tuorlo da una metà del guscio all'altra. Ogni volta che si fa passare il tuorlo cade nella ciotola sottostante dell'albume finché nel guscio rimarrà soltanto il tuorlo. **Attenzione:** soprattutto se gli albumi devono essere montati a neve, non si perdonano errori nella separazione. Anche la più piccola quantità di tuorlo impedisce agli albumi di montare a neve.

Il burro: il miglior esaltatore di sapore

Mentre la farina fornisce sostanza e le uova volume, il burro assume il compito di dare a torte e biscotti **morbidezza** ed **elasticità**. Il burro è importante anche per la stabilità degli impasti, poiché si unisce con il glutine contenuto nella farina dando vita a una massa liscia e morbida, ma ben aderente. Se in più lo si sbatte, entra aria nell'impasto che risulta così più arioso. E non da ultimo, il burro impedisce che gli impasti diventino troppo secchi. Questa proprietà è dovuta al grasso del latte che costituisce oltre l'80 per cento del burro. A volte lo si può sostituire con altri grassi, per esempio vegetali, anche se per la preparazione di dolci noi usiamo sempre il burro.

E lo facciamo per più motivi:

- Il burro è un **prodotto** assolutamente **naturale**, prodotto soltanto dalla crema del latte, senza alcun additivo.

- Il burro (e solo il burro!) conferisce a torte e biscotti un **sapore** molto delicato, in ogni caso **unico**.
- Il burro è un ingrediente versatile e può essere utilizzato **per tutti i tipi di impasto**, cioè non soltanto per i biscotti al burro (ovviamente!), ma anche per gli impasti lievitati, la pasta frolla, la pasta plunder danese, la pasta choux, la pasta sfoglia o la pasta per bigné e krapfen.

Chi, nonostante i vantaggi del burro, preferisce i grassi vegetali per la preparazione dei dolci, può usare la margarina.

Latte: senza latte niente impasto

L'eredità rurale nell'arte pasticciera delle Dolomiti è riconoscibile anche dagli ingredienti: nella fattoria c'era la farina, così come le uova e il burro. E naturalmente il latte, senza il quale la preparazione dei dolci sarebbe in gran parte impossibile. Questo dipende non soltanto dalla tradizionale disponibilità di latte nella fattoria, ma dal fatto che il latte è un ingrediente completo, se si tratta della preparazione di dolci, cioè della **preparazione degli impasti**.

- **Il latte fornisce il liquido necessario all'impasto.** Senza ingredienti liquidi la farina non potrebbe trasformarsi in un impasto. E se lo facesse, sarebbe solo polvere. Si usa il latte e non l'acqua, perché il latte rende più morbida la consistenza dell'impasto.
- **Il latte fa risaltare il sapore.** Anche se il latte ha un suo sapore molto delicato, l'intera preparazione beneficia del suo effetto di esaltatore di sapore.

Quando si acquista il latte non si dovrebbe fare attenzione soltanto alla provenienza, bensì anche alla qualità. Quindi per i dolci noi usiamo esclusivamente latte fresco, meglio se **latte fieno**.



Per la preparazione dei dolci (e non solo) meglio usare latte fieno.

Questo latte deriva da mucche non alimentate con insilati che a loro volta possono avere un impatto negativo sul sapore del latte. Quello che evitiamo il più possibile è il latte UHT (a lunga conservazione), perché tutte le preziose sostanze del latte si perdono con il riscaldamento. Il fatto che sia a lunga conservazione non compensa in alcun modo questo svantaggio.

Il cuore di tutti i dolci: lo zucchero

Tutti i nostri dolci classici delle Dolomiti sono dolci. E ciò significa: in una forma o nell'altra lo zucchero compare in ogni nostra ricetta.

Qualunque sia il motivo per cui vogliamo, cerchiamo o abbiamo bisogno dello zucchero – una cosa è certa: la preparazione di dolci, così come la conosciamo, è quasi impossibile senza zucchero:

- **lo zucchero fornisce la dolcezza** che abbiamo in mente quando prepariamo un dolce. E la sensazione di felicità che deriva da questa dolcezza.
- **Allo zucchero dobbiamo il colore dei nostri dolci.** Associamo torte e pasticcini al colore marrone perché nel forno lo zucchero caramella e diventa di un bel colore marrone dorato.

- **Lo zucchero ha un effetto positivo sulla consistenza dell'impasto.** Come abbiamo già detto: la preparazione dei dolci è chimica e lo zucchero gioca un ruolo decisivo.

Zucchero al plurale

Quando nelle nostre ricette scriviamo “zucchero” intendiamo lo **zucchero semolato**, cioè lo zucchero raffinato bianco di canna o di barbabietola. Si tratta di una semplificazione, perché esiste anche lo **zucchero bruno**. Questo zucchero è colorato con sciroppo di zucchero di canna e ha un leggero sapore di caramello. In alcune ricette si trova anche lo **zucchero a velo** che di solito viene utilizzato per cospargere i dolci. Lo zucchero a velo non è altro che normale zucchero ridotto in polvere finissima.

Sale, lievito & Co.: poco appariscenti, ma necessari

Diamo infine un'occhiata veloce a tre ingredienti che compaiono solo in piccolissime quantità nelle ricette, ma senza i quali i dolci risulterebbero come delle tavole: duri, compatti e senza sapore.

- Il fatto che il **sale** sia un ingrediente necessario per i piatti dolci può sembrare strano, ma anche in questo caso il sale assolve a compiti specifici nella chimica della preparazione e cottura dei dolci. Il più importante è quello di **esaltatore di sapidità**. Per quanto paradossale possa sembrare, il sale accresce anche la sensazione di dolcezza che viene ulteriormente accentuata. Allo stesso tempo toglie l'umidità in eccesso all'impasto, facendo in modo che non diventi umido e appiccicoso.

Knkiechl con frutti di bosco

Preparazione: circa 1 ora e ½

Per 4 persone (8 Knkiechl)

Impasto per i Knkiechl

250 g	farina
100 ml	latte tiepido
15 g	lievito
1 C	zucchero
20 ml	olio di semi di girasole
2	uova
1 C	grappa
½ c	anice
1 p.	sale

Altro

	olio per friggere
120 g	frutti di bosco (mirtilli, lamponi, ribes)
2 C	succo di limone
1 C	zucchero a velo
	zucchero a velo per cospargere
1 C	foglioline di menta
	panna alla cannella per servire

Impasto per i Knkiechl

1. Versare la farina in una grande ciotola e formare una fontana al centro.
 2. Mescolare il latte con il lievito sbriciolato e lo zucchero e versare il composto al centro della fontana, far lievitare coperto in un luogo caldo per **30 minuti**.
 3. Unire alla farina l'olio di semi di girasole, le uova, la grappa, l'anice e il sale e sbattere bene finché non si formeranno delle bolle e l'impasto non si staccherà dai bordi della ciotola.
 4. Coprire l'impasto con una pellicola trasparente e farlo lievitare in un luogo caldo per **30 minuti**, poi versarlo su una superficie infarinata e impastare brevemente.
 5. Ricavare dall'impasto otto pezzi uguali di pasta, dargli la forma di palle, cospargere con un po' di farina e far lievitare coperto per altri **30 minuti**.
 6. Con entrambe le mani prendere le palle di pasta e tirarle imprimendo un movimento rotatorio, in modo che si crei verso l'esterno uno spesso rigonfiamento dei bordi e che la parte centrale risulti semitrasparente.
 7. Immergere immediatamente i dolci nell'olio bollente e friggerli da entrambi i lati a **180 gradi** per circa **4 minuti**. Con un cucchiaino di legno versare sui dolci dell'olio bollente.
 8. Estrarre i dolci dall'olio e farli sgocciolare su della carta da cucina assorbente.
- ## Per ultimare
9. Marinare i frutti di bosco con il limone e lo zucchero a velo, versarli nell'incavo dei dolci e cospargere con lo zucchero a velo.
 10. Servire con la menta e la panna alla cannella.



Buchteln con salsa alla vaniglia

(Dolce a base di pasta lievitata – ricetta passo per passo vedi pag. 17)

Preparazione: circa 1 ora

Per 4 persone (12 Buchteln)

Buchteln

25 g	lievito (1 cubetto)
40 g	zucchero
140 ml	latte tiepido
40 g	burro, fuso
2	uova
1 b.	zucchero vanigliato
1 p.c.	scorza d'arancia, grattugiata
1 p.	sale
1 c	rum
400 g	farina

Altro

120 g	confettura di albicocche per farcire
60 g	burro fuso per immergere i Buchteln
	zucchero a velo per cospargere

Salsa alla vaniglia

250 ml	latte
125 ml	panna
60 g	zucchero
1 b.	zucchero vanigliato o 1 p.c. semi di vaniglia
	scorza di limone, grattugiata
1 p.	sale
3	tuorli
30 g	amido per alimenti

Buchteln

1. Per la biga mescolare in una ciotola il lievito sbriciolato, lo zucchero e il latte.
2. Far lievitare per circa **20 minuti** coperto, a una temperatura massima di **35 gradi**.
3. Aggiungere il burro, le uova, lo zucchero vanigliato, la scorza d'arancia, il sale, il rum e poi unire la farina e mescolare.
4. Impastare l'impasto ben bene finché non si formeranno delle bolle e far riposare di nuovo coperto per **30 minuti**.
5. Stendere la pasta con un mattarello a uno spessore di circa 1 cm e ritagliare 12 quadrati. Distribuire al centro di ogni quadrato un po' di confettura di albicocche e chiudere bene.
6. Immergere i Buchteln nel burro fuso e disporli uno accanto all'altro, con la chiusura rivolta verso il basso, in una pirofila imburata.
7. Coprire con un telo e far lievitare i Buchteln ancora una volta in un luogo caldo per **20 minuti**.
8. Cuocere nel forno preriscaldato a **180 gradi** per circa **30 minuti**.

Salsa alla vaniglia

9. Portare a ebollizione il latte e la panna con lo zucchero, lo zucchero vanigliato, la scorza di limone e il sale.
10. Mescolare in una ciotola i tuorli con l'amido per alimenti, versare nel composto con il latte bollente e mescolando continuamente portare al punto di ebollizione.
11. Eventualmente passare la salsa attraverso un setaccio e far raffreddare leggermente.

Per ultimare

12. Far raffreddare brevemente i Buchteln nella pirofila, rovesciarli su una spianatoia, dividerli e servirli ancora caldi con la salsa alla vaniglia e lo zucchero a velo.



“Scheiterhaufen” delle Dolomiti

(Sformato dolce di mele)

Preparazione: circa 20 minuti

Per 4 persone

Ingredienti

200 g	mele
40 g	nocciole o mandorle, tritate grossolanamente
1 C	zucchero
1 p.c.	scorza di limone, grattugiata
40 g	treccia di pasta lievitata (vedi pag. 24) o pane bianco (vecchio di un giorno)
80 ml	panna
80 ml	latte
2	uova
2 C	zucchero

Altro

1 C	burro cremoso per imburrare le formine
2 C	pangrattato per cospargere
125 ml	salsa alla vaniglia (vedi pag. 28)
	fiori di fragola per guarnire

Preparazione

1. Sbucciare le mele, eliminare il torsolo e tagliarle a fettine sottili.
2. Mescolare le nocciole, lo zucchero e la scorza di limone e aggiungere il tutto alle mele.
3. Tagliare la treccia di pasta lievitata a dadini e unirli al composto di mele.
4. Imburrare quattro formine da forno, cospargerle con il pangrattato e versarvi il composto.
5. Mescolare la panna, il latte, le uova e lo zucchero e versare il tutto sugli “Scheiterhaufen” in modo omogeneo.
6. Foderare una pentola con della carta da forno, versarvi due dita di acqua, adagiarvi le formine, infornare nel forno preriscaldato a **160 gradi** e cuocere per circa **20 minuti**.
7. Servire nelle formine con la salsa alla vaniglia.

Suggerimenti

- * Potete preparare lo sformato di mele anche in una teglia da forno o una pirofila senza bagnomaria.
- * Accompagnate questo dessert con della panna alla cannella.





H. Gasteiger G. Wieser H. Bachmann

So kocht
Südtirol
Team



Le migliori ricette della pasticceria delle Dolomiti. Ce n'è per tutte le occasioni e per tutti i gusti: potete scegliere tra 37 dolci ricette, dal tradizionale strudel di mele alla gustosa torta alle prugne, e scoprire così la varietà alpino-mediterranea della pasticceria delle Dolomiti.

I dolci preferiti di sempre, come i Buchteln, la torta di grano saraceno e i krapfen, incontrano i buoni classici regionali, come il latte di neve della Val Venosta, il Kniekiechl e lo Strauben. Dalla loro ampia collezione di ricette gli chef di successo e autori di best seller del **team "So kocht Südtirol"** hanno selezionato le ricette più classiche.

Sono ricette provate più volte e semplici da realizzare, con istruzioni passo per passo e suggerimenti per una perfetta riuscita.

Il profumo delle dolci Dolomiti a casa vostra!



ISBN 978-88-6839-777-7



9 788868 397777

athesia-tappeiner.com

14,90 € (I/D/A)