

SOMMARIO

8	DOLCI CONSENTITI: MANEGGIARE CON CURA
8	A CHI È RIVOLTO QUESTO LIBRO
9	GORGOGLIO E PREGIUDIZIO
10	BRAMARE <i>HUMANUM EST</i>
12	QUALI DOLCI, COME E QUANDO
13	I DOLCI IN UN SISTEMA DI CAMBIAMENTO DELLO STILE DI VITA
15	QUALCHE PICCOLO AVVERTIMENTO
16	DIVERSAMENTE DOLCI, DELIZIOSAMENTE SANI
17	COME NASCE QUESTO LIBRO
20	BREVE EXCURSUS SULLA PASTICCERIA NELLA STORIA
22	PERCHÉ SOSTITUIRE CERTI INGREDIENTI?
23	PERCHÉ NON UTILIZZO PRODOTTI GLUTEN-FREE
25	COME ALLESTIRE LA DISPENSA
25	DOLCIFICANTI
27	ALTRI DOLCIFICANTI
28	COCCO E DERIVATI
29	FARINE NATURALMENTE SENZA GLUTINE
31	GRASSI E OLI
34	FRUTTA
35	FRUTTA DISIDRATATA
36	FRUTTA SECCA
39	SEMI OLEOSI
39	ORTAGGI E TUBERI
40	ALTRI INGREDIENTI
42	ATTREZZATURA E UTENSILI
44	METODI DI COTTURA
44	COTTURA IN FORNO
44	COTTURA A BAGNOMARIA
45	CONSIGLI PRATICI
46	TABELLA DI CLASSIFICAZIONE DELLE RICETTE

51 CRUMBLES, PANCAKE, PANE DOLCE

1. CRUMBLE DI PERE E CASTAGNE
2. FRITTATA DOLCE CON PERE E CIOCCOLATO
3. FRITTELLE DI CASTAGNE CON UVETTA
4. FRITTELLE DI MELE
5. KAISERSCHMARREN – FRITTATA DOLCE DELL'IMPERATORE
6. PANCAKES DI ALBICOCHE
7. PANCAKES DI CAROTE
8. PANCAKES DI CASTAGNE
9. PANE DI BANANE E CHUFA
10. PANE DI MANDORLE AI DATTERI
11. PANE DI ZUCCA E NOCI

75 DOLCI AL CUCCHIAIO

12. BONÈT PIEMONTESE ALLE NOCCIOLE
13. BUDINO DI MIRTILLI
14. BUDINO PORTOGHESE DI ARANCIA
15. CLAFOUTIS AL COCCO E CILIEGIE
16. COBBLER CON PESCHE E MIRTILLI
17. "COUSCOUS" DOLCE DI CAROTE ALLA SICILIANA
18. CREMA AL FORNO ALLE FRAGOLE
19. CREMA DI AVOCADO E PERE AL CIOCCOLATO
20. CREMA DI NOCCIOLE E CACAO
21. CREMA LIVORNESE ALLE MANDORLE
22. CREMA PASTICCERA ALLA VANIGLIA
23. DOLCE SPAGNOLO DI ZUCCA E MANDORLE
24. FLAN CARAIBICO AL COCCO
25. LEMON CURD
26. CURD DI FRAGOLE
27. MONT BLANC – MONTE BIANCO
28. MOUSSE DI AVOCADO AL CIOCCOLATO
29. PESCA MELBA
30. PESCHE RIPIENE ALLA PIEMONTESE
31. TIRAMISÙ CON CREMA DI ANACARDI
32. TORTINI MORBIDI DI ZUCCA E CIOCCOLATO

121 GELATI

33. BISCOTTO GELATO SENZA COTTURA
34. GELATO ALLA CREMA
35. GELATO ALLE PERE E PINOLI
36. GELATO FIOR DI FRAGOLA
37. GRANITA DI MANDORLE
38. MANGO KULFI – GELATO INDIANO AL MANGO
39. STECCO GELATO DI AVOCADO AL CIOCCOLATO

137 TORTE

40. APPLE BUNDT CAKE – CIAMBELLONE ALLE MELE
41. BÛCHE DE NOËL – TRONCHETTO DI NATALE
42. CERTOSINO O PAN SPECIALE
43. COLOMBINE DI PASQUA
44. FRÛCHTEBROT – TORTA TEDESCA DI NATALE AI FRUTTI SECCHI
45. KEKE FA'I – TORTA DI BANANE E COCCO DELLE ISOLE SAMOA
46. PAN DI SPAGNA
47. PANETTONE ALL'ARANCIA
48. PANGIALLO ROMANO
49. PARROZZO ABRUZZESE
50. PIADA DEI MORTI
51. PIZZA DOLCE ALLA FRUTTA
52. PLUMCAKE MARMORIZZATO
53. ROTOLO AL MATCHA CON CREMA ALLE FRAGOLE
54. SBRISOLONA
55. STRUDEL DI MELE
56. TORTA AL COCCO E CIOCCOLATO
57. TORTA AL COCCO E CLEMENTINE
58. TORTA ALLE ALBICOCHE
59. TORTA DI BARBABIETOLE AL CIOCCOLATO
60. TORTA DI CASTAGNE E PERE CON NOCI PECAN E CARMELLO AL MIELE
61. TORTA DI MIRTILLI
62. TORTA DI PERE CON MOUSSE DI AVOCADO AL CIOCCOLATO
63. TORTA DOLCE DI ZUCCHINE
64. TORTA FONDENTE AL CIOCCOLATO E MANDORLE

- 65. TORTA MAGICA ALLA VANIGLIA
- 66. TORTA MORBIDA ALLE FRAGOLE
- 67. TORTA ROVESCIATA ALLE MELE
- 68. TORTA RUSTICA ALLE PRUGNE
- 69. TORTA SLOVACCA AI SEMI DI PAPAVERO
- 70. TORTA STREUSEL AI FRUTTI DI BOSCO
- 71. TORTA VERDE PISTACCHIO

207 CROSTATE

- 72. CROSTATA DI FRAGOLE
CON MERINGA AL COCCO
- 73. CROSTATA DI PESCHE
CON CREMA DI MANDORLE
- 74. CROSTATINE NOCCIOLA E CIOCCOLATO
- 75. GALETTE ALLE MELE AIP
- 76. PUMPKIN PIE – CROSTATA DI ZUCCA

221 CHEESECAKE SENZA COTTURA

- 77. BARRETTE CHEESECAKE AI FICHI
- 78. CHEESECAKE DI ANACARDI
AL LIMONE E FRUTTI DI BOSCO
- 79. CHEESECAKE DI FRAGOLE AL CIOCCOLATO

229 MUFFINS E CRÊPES

- 80. CRÊPES DI CASTAGNE
- 81. CRÊPES DOLCI DI ZUCCA
- 82. CUPCAKES ALLE FRAGOLE
- 83. MUFFINS AI CACHI E NOCCIOLE
- 84. MUFFINS AI MIRTILLI
- 85. MUFFINS AL CIOCCOLATO E NOCCIOLE
- 86. MUFFINS AL COCCO E LIMONE
CON SEMI DI PAPAVERO
- 87. MUFFINS ALL'ARANCIA E TAHIN
- 88. MUFFINS CACAO E FRAGOLE
- 89. MUFFINS CON FICHI E NOCI
- 90. MUFFINS CON PERE E PINOLI
- 91. MUFFINS SPEZIATI DI ZUCCA
- 92. TORTINE MORBIDE ALLE CLEMENTINE
- 93. TORTINO DI CIOCCOLATO
DAL CUORE MORBIDO

259 BISCOTTI

- 94. BISCOTTI ALLA BANANA E COCCO AIP
- 95. BISCOTTI ALLA CAMOMILLA
- 96. BISCOTTI CON CUORE DI FICHI SECCHI
- 97. BISCOTTI CRAQUELÉ DI CHUFA
E CASTAGNE ALLA VANIGLIA
- 98. BISCOTTI CROCCANTI DI GRANOLA
- 99. BISCOTTI DI CASTAGNE E NOCCIOLE
- 100. BISCOTTI FLORENTINS
- 101. BISCOTTI "SLICE-AND-BAKE"
NOCCIOLA E CIOCCOLATO
- 102. BISCOTTI THUMBPRINT ALLE FRAGOLE
- 103. CANTUCCI CON MANDORLE E CILIEGIE
SECCHIE
- 104. GALLINELLE DI PASQUA
- 105. JODENKOEKEN –
BISCOTTI EBRAICI OLANDESI
- 106. MASI SAMOA –
BISCOTTI AL COCCO DELLE ISOLE SAMOA
- 107. PEPPARKAKOR –
BISCOTTI ALLO ZENZERO SVEDESI
- 108. ZIMTSTERNE – STELLINE ALLA CANNELLA

291 PICCOLA PASTICCERIA

- 109. AMARETTI ALLE ALBICOCCHIE SECCHIE
- 110. AMARETTI DI COCCO AL LIMONE
- 111. BACI AL COCCO CON CACAO E NOCCIOLE
- 112. BACI DI DAMA
- 113. BARRETTE AL COCCO E CIOCCOLATO
(BOUNTY)
- 114. CANELÉS
- 115. CIOCCOLATINI RIPIENI DI CHUFA E COCCO
- 116. CIOCCOLATINI RIPIENI DI ZUCCA
- 117. MENDIANTS –
CIOCCOLATINI CON FRUTTA SECCA
- 118. TARTUFINI DI CASTAGNE
- 119. TARTUFINI DI MANDORLE E DATTERI
- 120. TARTUFINI DI PATATE DOLCI AMERICANE