



**BAKE OFF ITALIA**  
*dolci in forno*



*Roberta Liso*



**DOLCI NATI  
DA UN SOGNO**

**Real Time™**

Canale 31

Rizzoli



*Roberta Liso*

---

**DOLCI NATI  
DA UN SOGNO**

---



Rizzoli



# Sommario

.....

<b>Introduzione</b> .....	<b>9</b>
<b>Prima di tutto</b> .....	<b>13</b>
<b>Basi</b> .....	<b>15</b>
• Biscuit alle mandorle e cacao .....	15
• Cake agli agrumi .....	16
• Pan di Spagna .....	16
• Crumble e varianti .....	17
• Pasta frolla e varianti .....	18
• Pasta frolla salata .....	19
• Pasta sfoglia .....	20
• Pasta magica .....	21
• Pasta choux .....	22
• Lievito madre .....	24
• Torta al cioccolato .....	26
• Biscuit Joconde imprimé .....	27
• Torta di carote .....	29
<b>Creme e farce</b> .....	<b>30</b>
• Crema di ricotta da cuocere .....	30
• Purea di frutta .....	31
• Cocchella .....	31
• Crema frangipane .....	32
• Ganache al cioccolato fondente e varianti .....	33
• Crema al latte condensato .....	34
• Pralinato .....	34
• Crema Biancaneve .....	35
• Crema pasticciera alla vaniglia .....	36
• Curd al limone .....	38
• Crema peccaminosa .....	39

<b>Glasse e coperture</b> .....	<b>40</b>
• Copertura al cioccolato.....	40
• Gelée di frutta.....	40
• MMF Marshmallow fondant .....	41
• Zucchero fondente .....	42
• Glassa al limoncello .....	43
<b>Bakery, I love you!</b> .....	<b>45</b>
• Brioche leggere agli agrumi .....	47
• Brioche alla cannella.....	48
• Focaccia ai 5 cereali.....	50
• Brioche mediterranee integrali .....	52
• Panettone al mango, ananas, uva passa e rum .....	54
• Savarin rustico .....	57
• Bagel all'italiana .....	58
• Croissant capricciosi al sesamo nero .....	60
• Krapfen salati .....	63
• Panzerotti di farro e melanzane .....	64
• Pagnottella al grano arso.....	66
• Cornetti integrali allo zucchero di canna.....	68
• Pettoline tricolore.....	70
• Dolce pane per la prima colazione .....	74
<b>Con un pizzico di sale...</b> .....	<b>77</b>
• Frollini cacio e pepe .....	79
• Mini cupcake pistacchi e mortadella .....	80
• Torta di sponsali.....	82
• Cheesecake zola e pere .....	84
• Tatin ai pomodorini confit e cipolle di Tropea .....	88
• Code di aragosta salate al caprino .....	91
• Cornucopie di scurilli.....	94

<b>In un sol boccone</b> .....	<b>97</b>
<b>Biscotti</b> .....	<b>99</b>
• Frollini di panna .....	99
• Biscotti danesi .....	100
• Stelline al cacao .....	102
• Cookies esotici al cioccolato bianco .....	121
• Pastine di mandorla .....	104
<b>Mignon</b> .....	<b>106</b>
• Tartellette mora e lime .....	106
• Madeleine di Provenza .....	108
• Piccoli peccati di gola .....	110
• Macaron pesca e maracuja .....	112
<b>Merenda</b> .....	<b>114</b>
• Ciambelline paradiso .....	114
• Mini éclair alla vaniglia .....	115
• Cupcake cocco e lime .....	120
• Quadrotti fondenti .....	122
<b>Le mie ricette del cuore</b> .....	<b>125</b>
• Terra mia .....	127
• Torta cuore di mamma .....	129
• Crostata pistacchio e fragole .....	132
• Delizie di Rosa .....	135
• Freschezza al limone .....	138
• Torta d'autore .....	141
• Girandole mirtillo e limone .....	145
• Mousse cake Cocktail Orientale .....	149
• La coccola .....	154
• Torta pere e cioccolato .....	156
• Pain au chocolat .....	158
• Aranciamisù .....	161
<b>Ringraziamenti</b> .....	<b>167</b>



# Introduzione



*Preparare un dolce è sinonimo di amore. E dà tantissimo sia a chi lo riceve sia a chi lo fa: è un momento magico quello in cui si riesce a passare sentimenti ed emozioni a qualcun altro, con un semplice assaggio. È vero, la pasticceria è chimica, ma senza passione il sapore non è lo stesso.*

*Prendermi cura degli altri fa parte della mia natura. Avevo solo dieci anni quando, per dare una mano ai miei genitori, sempre molto impegnati con il lavoro, ho iniziato ad accudire le mie sorelline, all'epoca davvero piccolissime: per me è stato un passaggio naturale abbandonare i bambolotti e dedicarmi ai bambini veri.*

*Ma la cosa che più mi piaceva di quell'occupazione era che, senza mia mamma in giro per casa, la cucina era tutta per me! Il forno, le fruste elettriche, tutti gli attrezzi erano a mia disposizione, quindi passavo ogni momento a preparare di tutto e di più. I dolci, in particolare, mi venivano molto bene, quindi ho iniziato a farli ogni giorno, sempre con maggiore passione. Così mia mamma ogni sera, quando rientrava, trovava una torta appena sfornata, e un meraviglioso profumo invadeva tutta la casa. Spesso addirittura preparavo tutta la cena e apparecchiavo la tavola, e nei suoi occhi leggevo quanto fosse felice di ciò che avevo fatto, sollevandola da quel compito dopo le fatiche della giornata.*

*Quei momenti mi hanno fatto capire quanto sia importante per me la pasticceria e quanto sia prezioso riuscire a preparare con le proprie mani qualcosa per gli altri, nella speranza di sentire, al momento dell'assaggio, quel "Mmmmh" di piacere che ripaga da tutte le fatiche. Crescendo, l'amore per questo bellissimo svago non mi ha mai abbandonata: ho continuato a mettere "le mani in pasta" e preparare i*

dolci più svariati, anche di notte, se durante il giorno non avevo tempo! Insomma, diventare pasticciera è sempre stato il mio sogno segreto, una passione fortissima.

L'anno scorso ho guardato la prima edizione di "Bake Off Italia". Era diventato un appuntamento fisso: il venerdì sera venivano a casa le mie amiche e ci mettevamo tutte sul divano, insieme ai miei genitori, a seguire la puntata. Io ero come incantata, mi piaceva tutto! A un certo punto le mie amiche hanno iniziato a insistere: «Roby, devi assolutamente andarci anche tu. Anzi, se non ti iscrivi da sola, ci pensiamo noi!». E quindi mi sono detta: "... perché no?!". A marzo, sebbene mia mamma non fosse per nulla d'accordo (era proprio convinta che io non mi fossi iscritta perché non avevo avuto il suo assenso, se ci penso rido ancora!), ho inviato la mia candidatura. Dopo un po' la redazione mi ha contattata e così ho fatto il primo casting: dalla mia casa immersa nella campagna di Foggia sono andata all'evento di Roma, armata di coraggio e di torte, insieme a moltissima altra gente, tutti ad aspettare che i nostri dolci venissero valutati dagli esperti... Quando è arrivato il mio momento, ho presentato uno dei miei cavalli di battaglia: la mousse cake ricotta e pere. Ho avuto subito l'impressione che i giudici l'avessero gradita, e quindi che potesse esserci una speranza per me, ma sono abituata a tenere i piedi per terra e ho preferito non pensarci: se uno non si aspetta niente, non rimane mai deluso.

Invece, poi, è davvero successo tutto: il grembiule, villa Arconati, il tendone, i compagni, il cuore a mille, le sfide, la tristezza per quelli che sono stati eliminati, lo stress, perdere la concezione dello spazio e del tempo, le nuove amicizie, le canzoni cantate a squarciagola per ingannare le attese e allentare la tensione, tanta gente intorno... una vagonata di emozioni difficili da spiegare, tutto velocissimo e poi bum!, sono arrivata alla finale. Non solo non me l'aspettavo: non pensavo proprio che ce l'avrei fatta.

Com'è andata a finire, ormai si sa. Io continuavo a scuotere la testa perché non mi sembrava vero, e quando alla fine Benedetta ha urlato il mio nome mi è venuto da saltare. In un secondo sono stata inondata dall'amore della mia famiglia e dei miei compagni di avventura, tutti stretti intorno a me per festeggiarmi. Un'emozione pazzesca!

Penso che dalle puntate si sia visto bene come sono. Io non riesco a vantarmi dei successi che posso ottenere, penso sempre e solo ad andare avanti. E così ho fatto anche a "Bake Off": ho cercato di godermi ogni singolo istante, di divertirmi e far vedere di che cosa sono capace, perché più che il risultato finale a me interessava godermi quella fantastica esperienza. E sono felicissima di averlo fatto: mi ha arricchita profondamente, ho imparato tanto e soprattutto ho avuto il piacere e la fortuna di conoscere delle persone splendide, comprese quelle che stanno dietro le quinte e non si vedono mai, ma sono fondamentali.

La fine di quella meravigliosa avventura è il libro che ora avete in mano, anche se preferisco pensarlo come l'inizio di un qualcosa di nuovo. Spero di cuore che queste ricette vi piacciono e soprattutto che possano essere utili a esprimere voi stessi, sperimentare, curiosare, fino a trovare il vostro tocco personale. Insomma, spero che nelle cose che preparerete ci mettiate l'anima! Io l'ho fatto, e nelle prossime pagine troverete tutto quello che mi rispecchia: le mie ricette, i miei esperimenti, le mie follie. Con la speranza di riuscire a trasmettervi anche la mia passione.

Ogni ricetta è accompagnata da questo simbolo: . Serve a indicare la difficoltà. 1 quantino indica che la preparazione è semplice; 2 che è di livello medio; 3 che è abbastanza complessa. Ma non fatevi scoraggiare e mettetevi lo stesso alla prova: vi assicuro che ne vale la pena!