RECIPES & TIPS

Because true happiness is homemade



ITALIANO

ANKARSRUM®



SWEDISH QUALITY
SINCE 1940.

H O M E. M A D E.

How is it that mum's or dad's food always
tastes better? A question that is hard to answer,
but one thing is sure: the answer has less to do with
the actual recipe than you would think,
and more to do with memories.

At Ankarsrum we believe that food made at home tastes better.
And that the tools we use should be durable, hardworking and of
the utmost premium quality. It's as simple as that.

There is pride to be found in making something
from the ground up and serving it to your friends and family.
It's what makes a home. What helps shape new memories.
Just like your parents' cooking helped shape yours.

Ankarsrum Assistent Original.

Home. Made.

Home Made

CONTENUTO

PANE 12-33

Pane al latte
Bagel
Baguette
Focaccia
Banana bread senza glutine
Mantou cinese
Panini per hamburger
Pane con pasta madre
Tortilla

PIATTI PRINCIPALI 34-51

Hamburger
Pizza Margherita
Impasto per pasta
Lasagna vegetariana
Lasagnette al pistacchio
Bao con falafel
Falafel

CONTORNI 52-63

Hummus
Insalata asiatica
Pesto di pistacchio
Purea di mele
Cetrioli sottaceto

DOLCI 64-77

Galette di pere
Crêpe
Gelato alla vaniglia
Sorbetto di lamponi
Pavlova

BISCOTTI & TORTE 78-93

Girelle svedesi
Cupcake
Cookie con cioccolato
Ciambella
Biscotti al caramello

BEVANDE 94-101

Frullato verde
Granita al limone
Caffè freddo





La vostra

OTTIMA SCELTA

VOGLIAMO RACCONTARVI la storia di una macchina. Non è semplicemente una macchina, ma una vera guerriera. Una macchina che sarà una fonte di ispirazione e vi permetterà di divertirvi a insaccare le salsicce, preparare il pane con la pasta madre e montare la panna per la vostra torta di compleanno. Una macchina che non cede, nemmeno quando il lavoro si fa duro. Una macchina che esiste da oltre 80 anni e non smette mai di migliorarsi. Vogliamo raccontarvi la storia di Assistent Original. Di Ankarsrum.

Per iniziare

IMPASTARE

UTILIZZARE DUE ACCESSORI



» Innanzitutto, scegliete tra il rullo o il gancio. Per i consigli su quale scegliere per la vostra ricetta, consultate le pagine seguenti.

» In ogni caso, è necessario utilizzare anche la spatola per l'impasto, che permette di raschiare l'interno della ciotola. La spatola aiuta a portare l'impasto verso il centro della ciotola, dove verrà lavorato dal rullo o dal gancio. La spatola ha una posizione fissa.



» Quando si prepara l'impasto nell'Ankarsrum, si aggiungono sempre prima i liquidi, indipendentemente dalla ricetta. Poi si aggiungono gli ingredienti secchi. La farina deve essere aggiunta gradualmente.

» Le ricette contenute nel nostro ricettario e sul sito ankarsrum.com sono state sviluppate e adattate all'Ankarsrum e ai suoi accessori. Quando si utilizzano ricette di altre fonti, di solito si può usare meno farina di quella prevista dalla ricetta, perché l'Ankarsrum ha un modo unico di lavorare l'impasto.

BLOCCARE E SISTEMARE IL BRACCIO

» Per impastare, fissate il rullo o il gancio sul braccio della macchina.

» Il braccio è mobile e può essere bloccato in diverse posizioni. La posizione ottimale dipende dall'utilizzo del rullo o del gancio, dall'idratazione dell'impasto e dal volume.

» Il braccio viene bloccato tramite la manopola della base.

» Per aiutare a sciogliere il lievito o se gli ingredienti aggiunti si bloccano al centro della ciotola, è possibile spostare manualmente il braccio tirandolo verso di sé.

BLOCCARE IL BRACCIO CON IL GANCIO



» Quando si utilizza il gancio, centrate il braccio e bloccatelo in posizione una volta aggiunta la farina.

» Potrebbe essere necessario regolare la posizione del gancio durante la lavorazione.

Consiglio!

Se si prepara un impasto con 1 litro e mezzo o più di liquido, si dovrebbe dividere l'impasto a metà e lasciarlo in due ciotole separate per la lievitazione.

BLOCCARE IL BRACCIO CON IL RULLO



» Quando si usa il rullo, regolate il braccio secondo le necessità quando l'impasto inizia a compattarsi e ad addensarsi.

» Quando il braccio è bloccato, dovrebbe impedire al rullo di tornare verso il lato della ciotola. Tuttavia, il braccio può ancora muoversi liberamente verso il centro.

» La posizione del braccio e del rullo dipende dal livello di idratazione e dal volume della preparazione. Il braccio deve essere abbastanza vicino da esercitare una leggera pressione sull'impasto mentre passa tra il rullo e il lato della ciotola. Ma non deve essere troppo vicino poiché l'impasto potrebbe far muovere molto il braccio avanti e indietro.

QUANDO E COME USARE IL RULLO



» Il rullo è versatile e può essere utilizzato con quasi tutte le ricette, ma è sempre consigliato per la preparazione di panini o impasti duri con il burro. Può essere utilizzato anche per grandi quantità d'impasto per biscotti.

» **Quando si usa il lievito fresco:** Aggiungete prima il liquido dell'impasto e poi il lievito. Impostate una velocità bassa e tirate il braccio verso di voi un paio di volte per assicurarvi che il lievito si sia sciolto correttamente. Quindi aggiungete la farina e gli eventuali condimenti. Se si usa il lievito fresco, il sale va aggiunto solo negli ultimi minuti dell'impasto. Il sale aiuta a preservare i fili di glutine già formati, ma può inibirne la formazione se viene aggiunto contemporaneamente al lievito.

» **Quando si usa il lievito secco:** Aggiungete prima il sale.

» Se state preparando dei panini, aggiungete il burro morbido a pezzetti per ottenere risultati migliori, solo dopo aver mescolato gli altri ingredienti.

» Lavorate a bassa velocità e, quando l'impasto comincia a salire lungo l'interno della ciotola, bloccate il braccio. Bloccando il braccio si dà spazio all'impasto evitando che venga spinto fuori dalla ciotola. Potrebbe essere necessario regolare il rullo più volte durante l'impasto.

» Impostate il timer su 8-10 minuti e lasciate che l'Ankarsrum lavori l'impasto. Durante questo intervallo di tempo, si formerà gradualmente un impasto omogeneo.

Guardate il nostro video su come iniziare a usare la vostra Ankarsrum. Fornisce informazioni di base e suggerimenti per l'uso.

Scoprite di più:
www.ankarsrum.com/knowledge-bank

QUANDO E COME USARE IL GANCIO



» Il gancio è progettato per lavorare grandi lievitati con un'elevata idratazione, anche con il lievito madre.

» Posizionate la spatola e il gancio, senza bloccare il braccio.

» Aggiungete prima il liquido e poi il lievito, impostate una velocità bassa e tirate il braccio verso di voi un paio di volte per assicurarvi che il lievito si sia sciolto correttamente. Quindi aggiungete la farina e gli eventuali condimenti. Ricordate di aggiungere la farina gradualmente, non tutta in una volta. In questo modo si evita che l'impasto diventi troppo secco quando si usa il gancio.

» A differenza del rullo per la pasta, che impasta piegando l'impasto verso l'interno, il gancio per la pasta lo allunga e lo estende.

» Quando aggiungete la farina, centrate il gancio e bloccatelo in quella posizione. Potrebbe essere necessario regolare la posizione del gancio durante l'impasto.

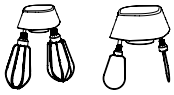
» Se utilizzate il lievito secco, aggiungete prima il sale.

» Se utilizzate il lievito fresco, attendete gli ultimi minuti dell'impasto per aggiungere il sale.

» Il sale aiuta a preservare i fili di glutine già formati, ma può inibirne la formazione se viene aggiunto contemporaneamente al lievito.

» Se si prepara un impasto con 1 litro e mezzo o più di liquido, si dovrebbe dividere l'impasto a metà e lasciarlo in due ciotole separate per la lievitazione.

QUANDO E COME USARE LE FRUSTE



» La frusta giusta fa la differenza. Le fruste a palloncino realizzano panna e meringhe perfettamente soffici, mentre le fruste a foglia mescolano delicatamente l'impasto della torta, dei muffin e le glasse.

» È importante montare le fruste in modo corretto: si sente un "clic" quando la frusta è in posizione.

» Capacità volumetrica: panna (fino a 750 g), albumi (2-20 uova), pastella per pancake (fino a 3 litri), impasto per pan di Spagna (1-3 basi).

» La ciotola con sbattitore e le fruste funzionano come uno sbattitore elettrico.

Fruste a palloncino – per le pastelle liquide e meringa

» La ciotola con sbattitore e le fruste a palloncino sono ideali per preparare pastelle più morbide e soffici come pan di Spagna, basi per torte, pastelle per pancake o meringa.

» Ricordate di pulire bene la ciotola, preferibilmente con un limone, prima di preparare la meringa.

» Iniziate a bassa velocità e aumentare gradualmente. Se avete molta pastella, usate il coperchio della ciotola per evitare schizzi.

» Se non ritenete che tutto sia ben amalgamato, aumentate la velocità e poi riducetela fino alla velocità desiderata.

» La ciotola dello sbattitore resiste al calore e può montare tutti i tipi di meringa.

Fruste a foglia – per impasti di torte, biscotti e glasse

» La ciotola con lo sbattitore e le fruste per biscotti sono ideali per preparare frolle, biscotti o impasti con burro a temperatura ambiente o formaggio cremoso.

» Se dovete preparare una quantità più grande di pasta frolla, potete anche utilizzare la ciotola insieme alla spatola e al rullo.

» È importante utilizzare sempre burro a temperatura ambiente.

» Se il composto non è ben amalgamato, aumentate la velocità e poi riducetela fino alla velocità desiderata.

FARINA



» Il glutine si trova in quantità diverse nei vari tipi di farina. I panettieri definiscono una farina con meno glutine come "debole" e una con più glutine come "forte".

» Una farina debole è la migliore per torte morbide, basi per crostate e biscotti ariosi o croccanti. Una farina forte è più indicata per l'impasto della pizza o per altri tipi di pane classico, in quanto il glutine conferisce maggiore elasticità. La farina di frumento è un esempio di farina debole, mentre il grano duro è una farina forte.

IDRATAZIONE



» L'idratazione nella panificazione si riferisce alla capacità della farina di assorbire liquidi.

» A seconda della composizione della farina in amido e proteine, la capacità di assorbire liquidi sarà diversa.

» **Bassa idratazione – basso assorbimento di liquidi.** La farina a bassa idratazione, come quella di segale, crea un impasto più solido, più facile da modellare e tagliare. L'impasto fermenta più lentamente e il pane è più compatto.

» **Alta idratazione – alto assorbimento di liquidi.** Le farine ad alta idratazione, come la farina di frumento, creano un impasto appiccicoso e più "difficile da lavorare". Pertanto, per ottenere il risultato è necessario impastare a lungo. Maggiore è l'idratazione, più morbido è il pane, con alveatura più grande e una crosta sottile e croccante.

FERMENTAZIONE

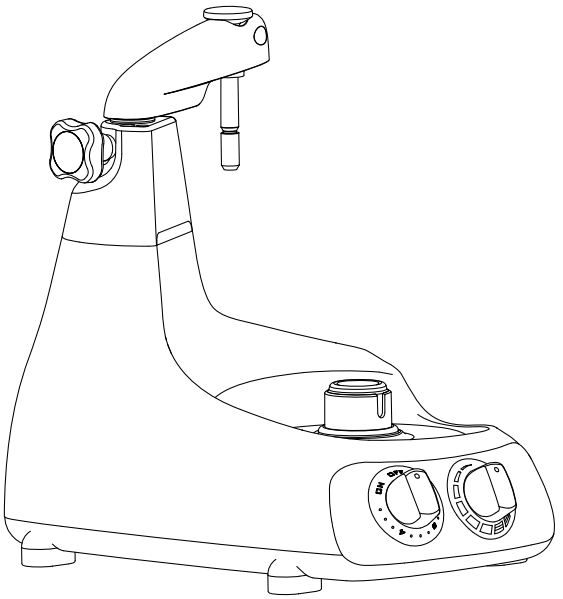


» Quando la farina e il liquido vengono mescolati, i fili di glutine formano una rete. Durante la fermentazione, l'anidride carbonica forma bolle di gas che vengono incapsulate da questa rete di fili di glutine. Le bolle di gas fanno espandere e maturare l'impasto.

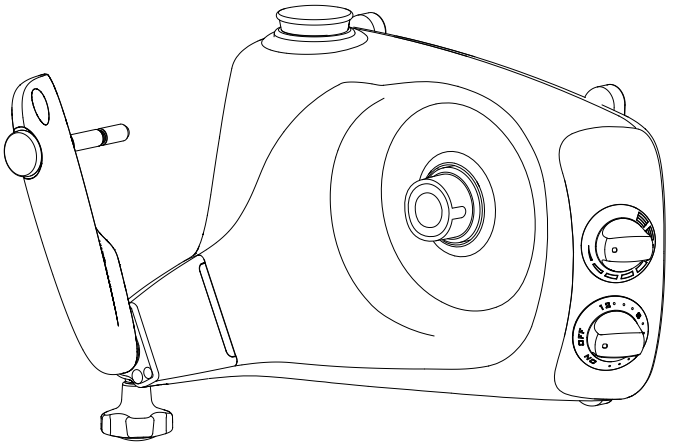
» La fermentazione può essere influenzata da vari fattori, come la temperatura ambiente, la temperatura dell'impasto, l'umidità, gli ingredienti e il tempo.

2

POSIZIONI



IN PIEDI



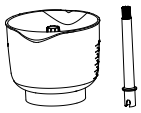
DISTESA

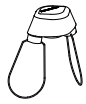
22

ACCESSORI





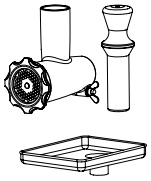
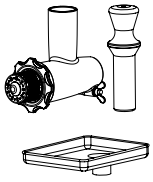
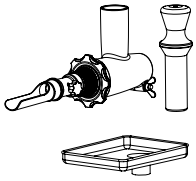
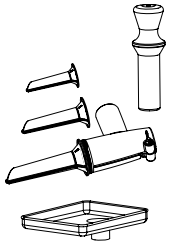




BASIC
Sempre incluso

CIOTOLA D'ACCIAIO | **SPATOLA** | **RULLO** | **GANCIO** | **CIOTOLA TRASPARENTE** | **FRUSTE A PALLONCINO** | **FRUSTE A FOGLIA**

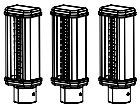
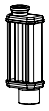
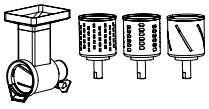
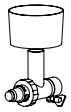


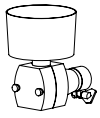






EXTRA

CIOTOLA IN METALLO | **FRULLATORE** | **TRITACARNE** | **GRATTUGIA** | **COLINO** | **CORNI PER SALSICCIA** | **SPREMIAGRUMI**

FETTUCCINE
SPAGHETTI
LASAGNETTE



EXTRA

TAGLIAPASTA | **TIRAPASTA** | **TAGLIAVERDURE** | **MACINA CEREALI** | **GELATIERA** | **FIOCCATRICE**


Fatto in casa
PANE




MARELD

Giapponese

PANE AL LATTE

Questo pane soffice, leggero e burroso è perfetto così com'è, oppure per essere tostato, per realizzare panini e altro ancora.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



RULLO

INGREDIENTI, 1 PANE

250 ml di latte tiepido, 37°C
2 cucchiai di zucchero
2 cucchiai di lievito secco (7 g)
390 g di farina di grano tenero
45 g di zucchero
1 cucchiaino di sale
1 uovo + 1 tuorlo
75 g di burro a temperatura ambiente

SPENNELLARE

1 uovo
1 cucchiaio di latte
1 pizzico di sale

PER LA COTTURA

Olio neutro

PER LO STAMPO

Burro a temperatura ambiente

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Mescolare il latte tiepido con 1 cucchiaino di zucchero e il lievito secco in una piccola ciotola. Lasciare riposare per 10 minuti affinché il lievito fermenti.
2. Montare l'Ankarsrum con la ciotola d'acciaio, la spatola e il rullo.
3. Aggiungere la miscela di lievito nella ciotola e aggiungere tutti gli ingredienti per l'impasto. Far girare a bassa velocità per circa 5 minuti.
4. Aumentare a velocità media e lavorare l'impasto per altri 5 minuti fino a quando non sarà lucido e compatto.
5. Mettere circa 3 cucchiai di olio sul fondo di una ciotola e posizionare l'impasto nella ciotola. Avvolgere e lasciare lievitare per 60 minuti.
6. Prendere l'impasto e stenderlo su una superficie leggermente infarinata, dividendolo in tre parti uguali.
7. Ungere con burro una teglia per pane.
8. Stendere ogni pezzo in un rettangolo di 15x30 cm. Ripiegare un lato lungo verso il centro e poi ripiegare l'altro lato, in modo da ottenere una doppia piega.
9. Arrotolare in un rotolo dal lato corto, pizzicando la giuntura. Posizionare il primo rotolo di pasta con la giuntura verso il basso al centro della teglia. Ripetere l'operazione e posizionare un rotolo di pasta su ogni lato del rotolo centrale. Tra un rotolo e l'altro deve esserci un piccolo spazio per la lievitazione.
10. Coprire con un canovaccio da cucina e lasciare lievitare il pane fino al raddoppio, circa 45-60 minuti.
11. Impostare il forno a 180°C ventilato o a 200°C statico.
12. Sbattere le uova, il latte e il sale. Spennellare delicatamente e accuratamente il pane.
13. Cuocere per circa 18-20 minuti.

Consiglio!

Oltre al pane al latte giapponese, questo impasto si presta bene anche per toast, panini per hamburger o pane per hot dog.

Deliziosi

BAGEL

I bagel sono deliziosi semplicemente conditi con marmellata o con una combinazione di formaggio cremoso, salmone e spinaci. Se vi avanzano dei bagel, potete sempre tostarli.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



RULLO

INGREDIENTI,
12 BAGEL GRANDI

25 g di lievito di birra fresco
500 ml di acqua, 37°C
45 g di zucchero
750 g di farina di frumento
2 cucchiai di sale

PER LA COTTURA

45 g di olio neutro

GUARNIZIONE

1 albume sbattuto
200 g di semi opzionali

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Assemblare la ciotola, la spatola e il rullo.
2. Riscaldare l'acqua a 37°C.
3. Sbriciolare il lievito nella ciotola, aggiungere l'acqua e avviare l'Ankarsrum a bassa velocità finché il lievito non si scioglie. Per aiutare il lievito a sciogliersi, è possibile tirare il braccio avanti e indietro alcune volte.
4. Aggiungere lo zucchero e la maggior parte della farina di frumento.
5. Far girare a bassa velocità per 5 minuti, aggiungere il resto della farina e il sale, aumentare a media velocità e far girare per altri 5 minuti fino a ottenere un impasto omogeneo.
6. Coprire la ciotola con l'apposito coperchio e lasciare lievitare per 30 minuti.
7. Versare l'impasto su una superficie infarinata e dividerlo in 12 pezzi. Formare delle palline di pasta e spingere con il pollice verso il basso, premere delicatamente e allungare in modo da ottenere un grande buco al centro.
8. Versare un po' d'olio su un piatto e trasferirvi i bagel, lasciandoli lievitare sotto un telo da cucina per altri 30-45 minuti.
9. Far bollire l'acqua in una pentola grande, quindi abbassare la fiamma a fuoco lento. Mettere delicatamente un bagel alla volta, facendolo cuocere per circa 1-2 minuti su ogni lato. Poi mettere il bagel su un telo da cucina.
10. Impostare il forno a 200°C ventilato o a 225°C statico.
11. Foderare una teglia con carta da forno e aggiungere i bagel, spennellare con l'albume e cospargere di semi.
12. Cuocere per circa 20 minuti.

Consiglio!

Se il buco si restringe in lievitazione, allargate il buco del bagel dopo averlo immerso nell'acqua.

Desiderate più semi sui bagel? Mettete i semi su un piatto e immergete il bagel nei semi.





Croccanti

BAGUETTE

Servite le baguette appena sfornate con una zuppa calda. Oppure, tagliatene una a metà, aggiungete un gustoso ripieno e preparatevi un buon pranzo a casa o per un pic-nic!

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



GANCIO

INGREDIENTI,
4 BAGUETTE

500 ml di acqua
25 g di lievito di birra fresco
2 cucchiai di olio d'oliva
1 cucchiaino di sale
Ca 700 g di farina

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la ciotola, la spatola e il gancio
2. Scaldare l'acqua a 37°C.
3. Sbriciolare il lievito nel contenitore, aggiungere l'acqua e avviare l'Ankarsrum a bassa velocità finché il lievito non si scioglie.
4. Aggiungere l'olio d'oliva, il sale e la maggior parte della farina, poco alla volta. Agevolare l'impasto muovendo il braccio un paio di volte avanti e indietro.
5. Aumentare fino alla media velocità. Lavorare per almeno 5 minuti. Usare il timer.
6. Coprire la ciotola con il coperchio e lasciare lievitare per 1 ora.
7. Mettere l'impasto su una superficie infarinata senza impastarlo.
8. Dividere l'impasto in quattro parti, formando le baguette arrotolando e tirando le estremità di ciascuna. Riporle poi su una teglia foderata di carta da forno.
9. Coprire le baguette con un canovaccio e lasciarle lievitare per 30 minuti.
10. Scaldare il forno a 275°C.
11. Cuocere al centro del forno per circa 15 minuti.
12. Lasciare raffreddare le baguette su una grata senza canovaccio.

Consiglio!

Se preferite che le baguette abbiano una crosta croccante, spruzzate un po' di acqua nel forno mentre inserite il pane. Aprite la porta del forno dopo 5 minuti per fare uscire il vapore.



La bella

FOCACCIA

Qualche salume fresco, del buon formaggio e olive, insieme a una focaccia appena sfornata - voilà, la cena è pronta.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



RULLO

INGREDIENTI,
1 FOCACCIA

25 g di lievito di birra fresco
400 ml di acqua
45 g di olio d'oliva
540 g di farina tipo 00
2 cucchiaini di sale

PER LA TEGLIA

3 cucchiai di olio d'oliva

CONDIMENTO

3 cucchiai di olio d'oliva
5 cipolle rosse piccole
60 g di olive nere senza nocciolo
Rosmarino fresco
Sale in fiocchi

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare sull'Ankarsrum la ciotola, la spatola e il rullo.
2. Scaldare l'acqua a 37°C.
3. Sbriciolare il lievito nella ciotola, aggiungere l'acqua e azionare l'Ankarsrum con il rullo vicino al bordo a velocità bassa, fino a quando il lievito non si scioglie.
4. Aggiungere l'olio, la farina e infine il sale. Agevolare l'impasto muovendo il braccio verso il centro per un paio di volte.
5. Aumentare poi a velocità media, bloccare il braccio a 2-4 cm dal bordo e lasciare impastare per circa 5 minuti. Usare il timer.
6. Coprire la ciotola con il coperchio e lasciare lievitare per 40 minuti.
7. Ungere con olio d'oliva una teglia di 20x30 cm.
8. Mettere l'impasto lievitato direttamente nella teglia e appiattirlo con le mani infarinate.
9. Lasciare lievitare del doppio del volume, per almeno 30 minuti.
10. Riscaldare il forno a 225°C.
11. Dividere le cipolle rosse a metà e togliere la buccia esterna.
12. Fare dei buchi nella pasta con le dita e premere la cipolla rossa, le olive e il rosmarino.
13. Irrorare con olio d'oliva e cospargere di sale in fiocchi.
14. Cuocere al centro del forno per circa 25 minuti.
15. Lasciare raffreddare la focaccia su una griglia senza il canovaccio.

Consiglio!

Variate la vostra focaccia con condimenti differenti, come feta, timo e pomodori secchi.

CONTENUTO >>

Senza glutine

BANANA BREAD

Il pane alla banana è uno dei preferiti di sempre, che può essere gustato a colazione con una tazza di caffè o di tè, o come spuntino in qualsiasi momento della giornata. Questo delizioso pane è privo di glutine e di uova.

1 >>



MACCHINA DISTESA



FRULLATORE

INGREDIENTI, 1 PANE

60 g di frutta secca mista o mandorle

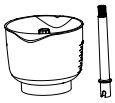
SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Impostare il forno a 200°C ventilato o a 220°C statico.
2. Foderare una teglia (circa 15x35 cm per 1,8 L) con carta da forno.
3. Montare l'Ankarsrum con il frullatore.
4. Tritare finemente tutte le noci o le mandorle a velocità media. Conservare 3 cucchiai per guarnire.

2 >>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A FOGLIA

INGREDIENTI, 1 PANE

125 g di miscela di farine senza glutine (o 150 g di farina di frumento)
45 g di farina di mandorle
35 g di farina d'avena senza glutine
1 cucchiaino di cannella
1 cucchiaino di zenzero macinato
1/2 cucchiaino di curcuma
1 cucchiaio di sale
2 cucchiai di bicarbonato
3 banane mature
250 g di yogurt magro

GUARNIZIONE

2-3 cucchiai di sciroppo d'acero
3 cucchiai di noci tritate
1 banana matura

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la ciotola trasparente e le fruste a foglia.
2. Mescolare tutti gli ingredienti secchi nella ciotola trasparente, comprese le noci tritate.
3. Schiacciare 3 banane e versarle nella miscela di farina, aggiungere lo yogurt e sbattere insieme a bassa velocità per creare una pastella liscia.
4. Riempire la teglia con la pastella.
5. Tagliare una banana nel senso della lunghezza in 3 fette.
6. Guarnire con le fette di banana, premendole un po' nella pastella, e versare lo sciroppo d'acero.
7. Cospargere di noci tritate e infornare per circa 45 minuti.
8. Lasciare raffreddare il pane prima di tagliarlo.

Consiglio!

Accartocciando la carta forno è più facile foderare la teglia. Una volta sistemata, la si può adattare allo stampo.

Se non desiderate le noci, sostituitele con semi di zucca e di girasole.





Pane cinese

MANTOU

Il Mantou è un pane morbido e cotto al vapore che può essere aromatizzato in vari modi.
Questa versione è farcita con aglio ed erba cipollina, per un bellissimo accompagnamento al pasto.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



RULLO

INGREDIENTI, CIRCA 10 MANTOU

480 g di farina 00
2 cucchiai di lievito secco (4 g)
300 ml di acqua tiepida
1/2 cucchiaino di sale

PER CUOCERE

1 cucchiaio di olio neutro

RIPIENO

1 mazzo di cipollotti
1 mazzo di erba cipollina
2 cucchiai di olio neutro
Sale in fiocchi

GUARNIZIONE

Semi di sesamo nero
Erba cipollina tritata

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la ciotola d'acciaio, la spatola e il rullo.
2. Aggiungere la farina e il lievito secco.
3. Iniziare a bassa velocità e aggiungere l'acqua in due riprese.
4. Aggiungere il sale e far girare per almeno 10 minuti finché l'impasto non è ben lavorato e lucido.
5. Mettere il coperchio della ciotola e lasciare lievitare l'impasto per 90 minuti, fino al raddoppio.
6. Sciacquare e tritare finemente i cipollotti e l'erba cipollina.
7. In una padella, scaldare l'olio e cuocere il composto finché le cipolle non sono traslucide.
8. Aggiungere il sale. Mettere da parte per far raffreddare.
9. Premere con un pugno chiuso l'impasto e versarlo sul bancone.
10. Versare 1 cucchiaio di olio neutro e impastare a mano per almeno 2 minuti.
11. Stendere la pasta in un rettangolo di 30-40 cm, spalmare 2/3 della cipolla sulla pasta. Ripiegare i lati lunghi verso il centro, uno sull'altro, e arrotolare leggermente.
12. Tagliare delle strisce larghe 1 cm. Attorcigliare due strisce per formare una corda. Appoggiando un'estremità della corda attorcigliata sul bancone, creare un motivo a spirale infilando sotto l'estremità della corda.
13. Foderare con l'apposita carta un cesto a due piani di bambù, disporre il mantou nel cestello, mettere il coperchio e lasciare lievitare per 30 minuti.
14. Posizionare il cesto di bambù su una casseruola con acqua fredda che dovrà bollire.
15. Lasciare cuocere i mantou a vapore sull'acqua bollente per circa 12-15 minuti con il coperchio, finché non saranno belli sodi.
16. Cospargerli con erba cipollina tritata e semi di sesamo e servirli subito!



Fatti in casa

PANINI PER HAMBURGER

Questi morbidissimi panini sono molto facili da preparare e sono perfetti per i nostri burger fatti in casa (p.36) con i sottaceti (p.62).

>>  MACCHINA IN PIEDI  CIOTOLA D'ACCIAIO  SPATOLA  RULLO

INGREDIENTI, 9 PANINI

25 g di lievito
250 g di latte freddo
2 cucchiai di olio d'oliva
2 cucchiai di zucchero
400 g di farina
1 tuorlo d'uovo
1 cucchiaio di sale

GUARNIZIONE

1 uovo
1 cucchiaio di acqua
1 pizzico di sale
Semi di sesamo nero

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la ciotola d'acciaio, la spatola e il rullo.
2. Sbriciolare il lievito nella ciotola, aggiungere il latte e azionare a bassa velocità finché il lievito non si è completamente sciolto.
3. Aggiungere l'olio d'oliva, lo zucchero, il tuorlo d'uovo e un po' più della metà della farina. Far girare a velocità media per circa 5 minuti.
4. Aggiungere la farina rimanente e il sale. Far girare per 10 minuti fino a ottenere un impasto lucido e compatto.
5. Versare l'impasto su una superficie infarinata e dividerlo in 9 pezzi (circa 60 g). Rotolare con il palmo della mano verso il banco e formare delle palline uniformi.
6. Lasciare lievitare le palline su una piastra con carta da forno per circa 90 minuti sotto un telo da cucina. Lasciare lievitarle fino al raddoppio.
7. Impostare il forno a 210°C ventilato o a 225°C statico.
8. Sbattere l'uovo con l'acqua e il sale. Spennellare con cura i panini e cospargerli di semi di sesamo.
9. Cuocere per circa 7-9 minuti fino a leggera doratura. Raffreddare su una griglia metallica.

Consiglio!

Se desiderate, potete grigliarli poco prima di servire.



Fatto in casa

PANE CON PASTA MADRE

Fare il pane con pasta madre richiede tempo, programmazione e pazienza, ma dà tante soddisfazioni. Sotto una deliziosa crosta si trova una soffice mollica. Provate a servire questo fantastico pane con un bicchierone di frullato verde (p. 96).

1 >>

INGREDIENTI

PASTA MADRE

200 ml di acqua (40°C)
60 g di farina multiuso

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

GIORNO 1

1. Mescolare 100 ml di acqua e 30 g di farina in un vasetto pulito con tappo a scatto e chiudere il tappo.
2. Sistemare il vasetto in un punto non troppo freddo della cucina (ad esempio sopra il frigorifero).

GIORNO 2 E 3

3. Togliere il tappo e mescolare mattina e sera, senza richiudere completamente il tappo.

GIORNO 4

4. Togliere il tappo e mescolare.
5. Scartare quasi tutta la pasta madre, conservando soltanto quella rimasta sul fondo e sui bordi.
6. Aggiungere 30 g di farina e 100 ml di acqua (40°C), quindi mescolare.
7. Appoggiare il tappo senza richiuderlo completamente.

GIORNO 5

8. A questo punto la pasta madre dovrebbe aver formato delle bollicine, aver raddoppiato di volume ed essere pronta per fare il pane. Se non vi sono bollicine, aspettare un altro giorno o collocarla in un punto più caldo.

Consiglio!

Per determinare se la pasta madre è ancora "viva", potete versarne un cucchiaio in una ciotola di acqua tiepida. Se galleggia, la pasta madre è pronta per fare il pane; se invece va a fondo, dovete aspettare un altro giorno o continuare ad alimentarla.

2 →

2 >>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



GANCIO

PANE ALLA SEGALE CON PASTA MADRE, 1 PAGNOTTA O 2 PANINI

200 g di farina multiuso
120 g di farina di segale
300 ml di acqua
80 g di pasta madre a temperatura ambiente (p. 29)
2 cucchiaini di miele
2/3 cucchiaini di sale

PER LO STAMPO/ LA PLACCA

45 g di olio d'oliva

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la ciotola, la spatola e il rullo.
2. Aggiungere l'acqua e la pasta madre, avviare la ciotola e far girare a bassa velocità.
3. Aggiungere la farina multuso, la farina di segale, il sale e il miele. Far girare la macchina a bassa velocità, fermandola non appena l'impasto è amalgamato.
4. Mettere il coperchio alla ciotola e lasciare lievitare per 60 minuti.
5. Ungere con olio d'oliva il fondo di un contenitore di plastica e trasferirvi l'impasto. Sollevare l'impasto ai quattro angoli e ripiegarlo verso il centro. Coprire il contenitore con il coperchio e attendere 30 minuti, quindi ripiegare nuovamente. Ripetere l'operazione altre due volte.
6. Lasciare lievitare all'incirca per altre 4 ore sotto coperchio, finché il volume non è raddoppiato.
7. Servendosi di un leccapentole, stendere l'impasto su una spianatoia o un foglio di carta forno infarinati. Spolverare l'impasto con un po' di farina.
8. Tirare delicatamente un angolo e ripiegarlo verso il bordo, premere leggermente al centro e ruotare l'impasto di 45 gradi. Ripetere finché l'impasto non sarà liscio ed elastico.
9. Girare l'impasto in modo che la giuntura sia rivolta verso il basso, spolverare di farina e lasciare riposare sotto un canovaccio per circa 30 minuti.
10. Dare all'impasto la forma di una pagnotta e appiattirla delicatamente con le mani infarinate. Ripiegare i quattro angoli verso il centro e premere, quindi ripiegare un bordo verso l'altro.
11. Trasferire l'impasto in un cestino rettangolare per lievitazione infarinato, sistemandolo capovolto con la giuntura verso l'alto. Pizzicare quindi delicatamente con le dita. Coprire con un canovaccio e lasciare lievitare in frigorifero per una notte.
12. Impostare il forno a 270°C ventilato e sistemare la griglia al centro del forno. Infarinare la pala e sistemarvi sopra l'impasto, togliere la farina in eccesso e praticare un'incisione in un lato della pagnotta.
13. Trasferire la pagnotta dalla pala alla griglia e cuocere a 270°C per circa 15 minuti.
14. Abbassare la temperatura a 225°C e continuare a cuocere all'incirca per altri 30 minuti, finché la temperatura interna del pane non risulta di 96-98°C.
15. Sfornare la pagnotta e lasciarla raffreddare su una griglia metallica. Aspettare circa 60 minuti prima di affettare.

Consiglio!

Ricordate che all'inizio del procedimento la pasta madre non dovrebbe essere troppo fredda, mentre dovrebbe essere a temperatura ambiente quando si fa il pane.





Fatte in casa

TORTILLA

Le tortilla sono facili e veloci da preparare da zero. Sono perfette per il vostro taco preferito, oppure si possono gustare calde appena tolte dalla padella o come accompagnamento alla nostra ricetta dell'hummus (p. 54).

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



RULLO

INGREDIENTI,
12 TORTILLA

25 g di lievito fresco
(o 12 g di lievito secco)
500 ml di acqua fredda
45 g olio d'oliva
600 g di farina di grano tenero
30 g di farina di mais
1,5 cucchiaino di sale
1 cucchiaio di miele

GUARNIZIONE

45 g di olio d'oliva
40 g di erba cipollina tritata

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la ciotola d'acciaio con la spatola e il rullo.
2. Versare il lievito nella ciotola e aggiungere l'acqua. Far girare a bassa velocità finché il lievito non si è completamente sciolto.
3. Aggiungere gli altri ingredienti. Azionare a velocità media per circa 5 minuti.
4. Mettere il coperchio della ciotola. Lasciare lievitare per 90 minuti.
5. Rovesciare l'impasto sul bancone. Dividere in 12 pezzi, formare delle palline e lasciarle riposare sotto un telo da cucina per 10 minuti.
6. Stendere in panetti sottili su una superficie infarinata. Spazzolare via la farina in eccesso.
7. Cuocere ogni tortilla in una padella asciutta e calda, circa 1-2 minuti per lato. Mettere le tortilla in un telo da cucina fino al momento di servirle.
8. Spennellare con un po' di olio d'oliva e cospargere di erba cipollina tritata.



Gustosi

PIATTI PRINCIPALI





Macinato in casa

HAMBURGER

Un hamburger classico è sempre un piacere per tutti. Servite questi hamburger appetitosi con panini fatti in casa, cetrioli sottaceto e un contorno di insalata di cavolo colorata.

1 >>



MACCHINA DISTESA



TAGLIA-VERDURE



TAMBURO PER AFFETTARE & TAMBURO PER LA GRATTUGIA GROSSA

INGREDIENTI, INSALATA DI CAVOLO

150 g di cavolo
100 g di carote
100 g di aceto di vino bianco
1/2 cucchiaino di sale
95 g di maionese
100 g di panna acida
1 cucchiaino di senape di Digione
Sale e pepe

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Sdraiare l'Ankarsrum su un lato e montare il tagliaverdure con tamburo per affettare.
2. Tagliare il cavolo impostando velocità media.
3. Passare al tamburo per la grattugia grossa e sminuzzare le carote a velocità media.
4. Marinare il cavolo e le carote per 2 ore in aceto e sale. Scolare in un colino.
5. Mescolare in una ciotola la maionese, la panna acida e la senape.
6. Aggiungere le carote e il cavolo. Salare e pepare a piacere.
7. Conservare in frigorifero fino al momento di servire.

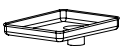
2 >>



MACCHINA DISTESA



TRITACARNE



VASSOIO DI CARICO



PESTELLO SPINGICARNE

INGREDIENTI, 4 HAMBURGER

600 g di spalla di manzo
Sale
Pepe
1 piccola patata o cipolla

CONDIMENTI

Panini (p. 26)
Cetrioli sottaceto (p. 62)

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con il tritacarne e utilizzare un disco a fori da 6 mm. Posizionare il vassoio sul tritacarne.
2. Tagliare la carne a strisce spesse e tritarla a velocità media. Utilizzare il pestello per spingere la carne verso il basso.
3. Terminare con mezza cipolla cruda o una patata o un pezzo di carota per far uscire tutta la carne dal tritacarne (mescolare con la carne macinata).
4. Formare 4 hamburger con le mani. Condire con sale e pepe.
5. Grigliare gli hamburger fino al grado di cottura desiderato.
6. Servire gli hamburger in panini fatti in casa con cetrioli sottaceto e altri condimenti.
7. Aggiungere l'insalata di cavolo o servire a parte.

Consiglio!

Se preparate l'insalata di cavolo cappuccio il giorno prima, sarà ancora più buona!

Per un macinato più fine, utilizzate un disco da 4,5 mm. Potete anche tritare un po' di bacon nel macinato. Non aggiungete mai pan-grattato e uova alla carne!


ANKARSRUM
ANKARSRUM

La classica

PIZZA MARGHERITA

C'è qualcosa di speciale nel preparare la propria pizza e condirla con i propri ingredienti preferiti. Ecco la versione classica, ma sentitevi liberi di personalizzarla.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



RULLO

INGREDIENTI, 6 PIZZE PICCOLE O 4 GRANDI

IMPASTO DELLA PIZZA

7 g di lievito fresco
(1 cucchiaino/3,5 g di lievito secco)
500 g di acqua fredda
720 g di farina 00
25 g di sale in fiocchi

CONDIMENTO

400 g di pomodori finemente schiacciati
250 g di mozzarella
Rucola

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la ciotola d'acciaio, la spatola e il rullo.
2. Sbriciolare il lievito nella ciotola, aggiungere l'acqua e lavorare a bassa velocità finché il lievito non si è completamente sciolto.
3. Aggiungere la farina e lavorare a bassa velocità per 5 minuti.
4. Aggiungere il sale e azionare per altri 5 minuti fino a quando l'impasto non sarà lucido e liscio.
5. Rovesciare l'impasto sul piano di lavoro e dividerlo in 4 pezzi, formare delle palline e ricoprirle con olio d'oliva. Disporre le palline su un piatto e coprirle con pellicola trasparente, lasciarle riposare in frigorifero per 1-3 giorni.
6. Accendere il forno alla massima temperatura e inserire una piastra da forno sulla griglia superiore.
7. La piastra deve rimanere in forno per circa 1 ora; gli ultimi 10 minuti, prima di inserire la pizza, si deve impostare il forno sulla modalità Grill.
8. Rovesciare l'impasto e stenderlo su un piano di lavoro infarinato in forma circolare (l'impasto è sufficiente per 6 pizze piccole o 4 pizze grandi).
9. Distribuire i pomodori schiacciati e aggiungere la mozzarella.
10. Trasferire la pizza sulla pala da forno e farla scivolare sulla piastra. Cuocere per circa 3-6 minuti, fino a cottura ultimata.
11. Servire con rucola.


ANKARSRUM
assistent
ORIGINAL

Fatto in casa

IMPASTO PER PASTA

La pasta fatta in casa: un gesto d'amore in cucina!

>>  **MACCHINA IN PIEDI**

 **CIOTOLA D'ACCIAIO**

 **SPATOLA**

 **RULLO**

INGREDIENTI, 4-6 PERSONE

500 g di farina di grano duro
7 uova
3 1/2 cucchiai di olio di sapore neutro

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare sull'Ankarsrum la ciotola, la spatola e il rullo.
2. Versare tutta la farina nella ciotola e avviare l'Ankarsrum a bassa velocità.
3. Rompere e aggiungere un uovo alla volta.
4. Aggiungere l'olio e, all'occorrenza, aiutare l'Ankarsrum ad impastare tirando il braccio verso il centro alcune volte. Bloccare il braccio dell'Ankarsrum a 2-4 cm dal bordo del contenitore quando l'impasto inizia a rapprendersi. Impastare per almeno 8 minuti. Impostare il timer.
5. Sistemare l'impasto su un tagliere infarinato e finire di impastare a mano.
6. Far riposare l'impasto in frigo per almeno 30 minuti.

Consiglio!

È importante far riposare l'impasto prima di stenderlo.



Deliziosa

LASAGNA VEGETARIANA

Questa deliziosa lasagna, ripiena di ricotta e spinaci, è preparata con sfoglie fresche e rifinita con un sugo di pomodoro fresco. A pagina 40 troverete la ricetta perfetta della nostra pasta.

1 >>

INGREDIENTI, 6 PERSONE

SALSA DI POMODORO

2 cucchiai di olio d'oliva
1 cipolla
3 spicchi d'aglio
1 cucchiaino di timo secco
1 cucchiaino di basilico essiccato
1/2 cucchiaino di pepe di Caienna
3 cucchiai di concentrato di pomodoro
1 cucchiaio di aceto di vino bianco
400 g di pomodori scolati
100 g di acqua
1 cucchiaio di miele o 1 cucchiaio di zucchero
Sale e pepe nero
20 g di basilico fresco

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Preparare la salsa di pomodoro. Tritare la cipolla e l'aglio e cuocere in una padella con olio d'oliva finché la cipolla non è traslucida.
2. Aggiungere il concentrato di pomodoro, le spezie, l'aceto e fare sobbollire per un minuto.
3. Aggiungere i pomodori scolati, l'acqua e il miele, mescolare e cuocere a fuoco medio per circa 30 minuti.
4. Insaporire con sale e pepe nero. Aggiungere il basilico fresco.

Consiglio!

Ricordate di assaggiare sempre, per ottenere un lasagna perfettamente condita.

2 3 →

2 >>

BESCIAMELLA

3 cucchiai di burro
3 cucchiai di farina
500 g di latte
100 g di panna
1/2 cucchiaino di sale
1/2 cucchiaino di noce moscata
Pepe bianco

RICOTTA E SPINACI

200 g di ricotta
200 g di spinaci freschi
1/2 cucchiaino di sale
120 g di formaggio grattugiato
Pepe nero

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Preparare la besciamella. Sciogliere il burro in una casseruola, aggiungere la farina e sbattere costantemente per circa 30 secondi.
2. Versare metà del latte e sbattere fino a ottenere una consistenza omogenea.
3. Abbassare il fuoco e aggiungere il latte rimanente con la panna, il sale, il pepe bianco e la noce moscata.
4. Continuare a sbattere fino a ottenere una consistenza cremosa. Fare attenzione a non bruciare.
5. Mescolare tutti gli ingredienti per il ripieno di ricotta.

3 >>



MACCHINA DISTESA



TIRAPASTA

SFOGLIE DI LASAGNE

Impasto, p. 40

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Sdraiare l'Ankarsrum su un lato e montare il tirapasta.
2. Suddividere l'impasto in 5 parti.
3. Avviare l'Ankarsrum a bassa velocità e alimentare l'impasto nel tirapasta. Iniziare con l'impostazione 0 e ripetere l'operazione 5-6 volte, mettendo doppie le sfoglie ogni volta.
4. Ridurre gradualmente lo spessore delle sfoglie fino alla posizione 7,1 mm, consigliata per le lasagne. Tirare le sfoglie 5-6 volte per ogni spessore, mettendole doppie ogni volta.
5. Lasciare riposare le sfoglie su un asciugamano umido in modo che non si secchino, tagliare con le forbici in sfoglie di dimensioni adatte alla teglia da forno.
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Nella teglia, iniziare con uno strato di salsa di pomodoro e besciamella, poi le sfoglie, quindi uno strato di ripieno di ricotta e poi di nuovo sfoglie, ripetere e completare con un po' di salsa di pomodoro, besciamella e formaggio grattugiato.
8. Cuocere in forno per circa 20-25 minuti (scoperta).

Consiglio!

Piegando le sfoglie per il lato lungo prima di ogni passaggio potrete prevenire strappi e forme irregolari.





Una delizia

LASAGNETTE CON PESTO DI PISTACCHIO

La pasta fatta in casa è sempre una delizia,
soprattutto se abbinata al pesto di pistacchi e limone.

>>



MACCHINA DISTESA



TIRAPASTA



TAGLIAPASTA LASAGNETTE (10 MM)

INGREDIENTI,
4 PERSONE

Impasto p. 40
Pesto di pistacchio p. 58

PER GUARNIRE

Basilico fresco
Parmigiano grattugiato

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Sdraiare l'Ankarsrum su un lato e montare il tirapasta.
2. Dividere la pasta in pezzi piccoli.
3. Avviare l'Ankarsrum a bassa velocità e alimentare l'impasto nel tirapasta. Iniziare con l'impostazione 0 e ripetere l'operazione 5-6 volte, mettendo doppie le sfoglie ogni volta.
4. Ridurre gradualmente lo spessore delle sfoglie fino alla posizione 6 (1.2 mm), consigliata per le lasagnette. Tirare le sfoglie 5-6 volte per ogni spessore, mettendole doppie ogni volta.
5. Poi montare il tagliapasta da 10 mm.
6. Avviare l'Ankarsrum a bassa velocità e introdurre le sfoglie nel tagliapasta. Riporre la pasta su un tavolo abbondantemente infarinato.
7. Lessare direttamente in acqua ben salata o appendere la pasta ad asciugare. Tempo di cottura circa 2-3 minuti.
8. Scolare l'acqua della pasta e versarla nuovamente nella casseruola.
9. Aggiungere il pesto e mescolare per amalgamare bene tutta la pasta.
10. Servire con Parmigiano grattugiato e basilico fresco.



Al vapore

BAO CON FALAFEL E INSALATA

Morbidi e leggermente dolci, questi bao sono facili da preparare e possono essere farciti con il vostro ripieno preferito. A noi piace servirli con falafel e insalata asiatica.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



RULLO

INGREDIENTI, 6 PERSONE

Falafel: p. 51
Insalata asiatica: p. 56

BAO AL VAPORE, CIRCA 24

100 g di acqua tiepida
100 g di latte tiepido
3 cucchiai di lievito secco
3 cucchiai di zucchero
300 g di farina di grano tenero
1/2 cucchiaino di lievito in polvere
1/2 cucchiaio di sale
3 cucchiai di olio neutro (+ olio da usare per spennellare)

GUARNIZIONI

Cetriolo a fette
Maionese Sriracha
Coriandolo
Arachidi tritate

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con ciotola d'acciaio, spatola e rullo.
2. Mescolare l'acqua, il latte e il lievito secco nella ciotola, lasciare riposare il lievito per circa 5 minuti.
3. Aggiungere gli altri ingredienti e mescolare a bassa velocità per almeno 10 minuti, fino a ottenere un impasto liscio e lucido che non si attacca ai lati della ciotola.
4. Posizionare il coperchio della ciotola e lasciare lievitare per 60 minuti fino al raddoppio.
5. Rovesciare l'impasto sul piano di lavoro e dividerlo in 24 pezzi uguali.
6. Formare delle palline e lasciarle lievitare per 30 minuti sotto un telo da cucina.
7. Nel frattempo, tagliare dei quadrati di carta da forno di 8x8 cm.
8. Stendere le palline di pasta in una forma ovale, lunga circa 12 cm.
9. Spennellare con un po' d'olio prima di ripiegare un bordo verso l'altro dal lato lungo. Posizionare ogni bao su un quadrato di carta e lasciare lievitare per 30 minuti sotto un telo da cucina.
10. Cuocere i bao a vapore in un cestino di bambù per circa 10 minuti.
11. Riempire i bao con insalata asiatica, falafel e cetrioli a fette.
12. Spalmare la maionese Sriracha, guarnire con coriandolo e arachidi tritate.



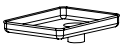
Fritti

FALAFEL

Anche se non sono difficili da preparare, richiedono parecchio tempo e quindi un po' di pazienza. Ma il risultato vale decisamente l'attesa! Servite con dei bao (pagina 49).

>>  **MACCHINA DISTESA**

 **TRITACARNE**

 **VASSOIO DI CARICO**

 **PESTELLO SPINGICARNE**

INGREDIENTI, 6 PERSONE

500 g di ceci secchi
1 cipolla grande o
3-4 scalogni
50 g di prezzemolo tritato
4 spicchi d'aglio
1 1/2 cucchiaini di sale
2 cucchiai di spezie
per falafel
75 g di fecola di patate
1 cucchiaio di bicarbonato
1 cucchiaio di lievito
in polvere
Olio vegetale per friggere

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Mettere in ammollo i ceci in acqua fredda in una terrina capiente. Lasciare in ammollo almeno 10 ore. Utilizzare una terrina grande con molta acqua perché i ceci si gonfiano. Scolare i ceci e risciacquarli bene.
2. Tritare grossolanamente la cipolla e il prezzemolo.
3. Appoggiare l'Ankarsrum sul fianco, quindi montare il tritacarne con il disco forato da 4,5 mm.
4. Macinare i ceci nel tritacarne insieme a cipolla, prezzemolo, aglio e spezie. Ripetere l'operazione più volte fino a ottenere un composto omogeneo. Se l'impasto non è omogeneo, i falafel si sfaldano durante la frittura.
5. Far riposare al fresco per almeno 30 minuti.
6. Mescolare la fecola di patate, il bicarbonato e il lievito in polvere e unirli all'impasto subito prima di friggere, amalgamandoli bene.
7. Formare i falafel con le mani o con due cucchiai nella misura desiderata.
8. Riscaldare l'olio a 170°C e friggere per circa 2 minuti in modo uniforme.

Consiglio!

Per ottenere dei gustosi falafel è importante macinare con cura i ceci, più e più volte!



Per accompagnare

CONTORNI





Orientale

HUMMUS

Crema di ceci con pasta di sesamo, ottima insieme
alla baguette, alla focaccia o ai bao con falafel ed insalata (p. 48).

>>  MACCHINA DISTESA  FRULLATORE

INGREDIENTI

500 g di ceci bolliti
2 cucchiai di tahin (pasta di sesamo)
135 ml di olio di sapore neutro
150 ml di acqua
1 spicchio d'aglio
1 cucchiaino di sale
50 ml di succo di limone

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Appoggiare l'Ankarsrum sul fianco, quindi montare la caraffa sull'attacco del frullatore.
2. Versare tutti gli ingredienti nella caraffa e frullare fino a ottenere una crema (hummus).
3. Per una consistenza più liquida, aggiungere un po' di acqua.
4. Servire con un filo di olio d'oliva e decorare con paprika in polvere.

Consiglio!

Il segreto per un hummus perfetto è frullarlo a lungo fino ad ottenere una consistenza vellutata e cremosa.



Molto gustosa

INSALATA ASIATICA

Un'insalata semplice ma gustosa è un accompagnamento perfetto per molti piatti diversi.
È un pranzo sano e delizioso, oppure provatela nei nostri bao con falafel e insalata asiatica (p. 48).

>>



MACCHINA DISTESA



TAGLIA-VERDURE



TAMBURO PER LA GRATTUGIA GROSSA & TAMBURO PER AFFETTARE

INGREDIENTI, 4 PERSONE

CONDIMENTO

50 g di olio neutro
1 cucchiaio di miele
1 cucchiaio di zucchero
1 cucchiaio di aceto di vino bianco
1 lime, scorza e succo
3 cucchiai di salsa di pesce
1 peperoncino rosso
2 spicchi d'aglio
1/2 cipolla rossa

INSALATA

200 g di cavolo rosso
100 g di carote
3 cucchiai di coriandolo fresco tritato
45 g di arachidi tritate

PER GUARNIRE

Coriandolo fresco
Arachidi tritate

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Iniziare con il condimento. Mescolare in una ciotola l'olio neutro, il miele, lo zucchero, l'aceto di vino bianco, la scorza e il succo di lime.
2. Tritare finemente cipolla rossa, aglio e peperoncino, aggiungere al condimento e mescolare.
3. Sdraiare l'Ankarsrum su un lato e montare il tagliaverdure con il tamburo per affettare.
4. Grattugiare il cavolo rosso a velocità media.
5. Passare al tamburo per la grattugia grossa e sminuzzare le carote a velocità media.
6. Tritare grossolanamente il coriandolo e le arachidi.
7. Mescolare il cavolo rosso, le carote, le arachidi e il coriandolo in una grande ciotola.
8. Aggiungere il condimento e mescolare fino a coprire l'insalata.
9. Guarnire con coriandolo fresco e arachidi tritate.

Freschissimo!

PESTO DI PISTACCHIO E LIMONE

Il pesto classico è uno dei preferiti da tutti e l'uso dei pistacchi porta il vostro pesto a un livello superiore. Il limone aggiunge freschezza e si sposa incredibilmente bene con la pasta.

1 >>



MACCHINA IN PIEDI



SPREMIAGRUMI

INGREDIENTI, 4 PERSONE

1 limone, scorza e succo

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con lo spremiagrumi, grattugiare la scorza del limone e tagliarlo a metà.
2. Spremere il limone a velocità media.

2 >>



MACCHINA DISTESA



FRULLATORE

INGREDIENTI, 4 PERSONE

120 g di pistacchi
150 g di olio d'oliva
2 spicchi d'aglio
80 g di basilico fresco
50 g di Parmigiano grattugiato
Sale in fiocchi
Pepe nero

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Mettere l'Ankarsrum su un lato e montare il frullatore.
2. Nel frullatore, tritare grossolanamente i pistacchi e aggiungere olio, succo di limone, scorza di limone e aglio. Frullare ad alta velocità per circa 30 secondi.
3. Aggiungere il basilico e il Parmigiano grattugiato, mescolare fino a ottenere la consistenza desiderata. Per un pesto più fine, aggiungere un po' d'acqua.
4. Condire con sale e pepe nero.

Consiglio!

Potete trovare la nostra ricetta per l'impasto per pasta, a pagina 40, o meglio ancora utilizzare le lasagnette a pagina 46.


MAX
5
4
2
44
40
36
32
28
24
20
16
12
8
4



La ricetta della nonna

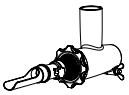
PUREA DI MELE

Preparando la purea di mele in casa potete scegliere la dolcezza che preferite, ad esempio per accompagnare un piatto di carne come fanno gli svedesi, oppure gustarla come dessert oppure come merenda.

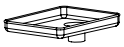
>>



MACCHINA DISTESA



TRITACARNE CON COLINO



VASSOIO DI CARICO



PESTELLO SPINGICARNE

INGREDIENTI,
1 L DI PUREA DI MELE

2 kg di mele
350 g di zucchero

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Lavare le mele, tagliarle a spicchi e sbollentarle in una casseruola o al forno.
   IN CASSERUOLA: coprire il fondo della casseruola con acqua. Disporre gli spicchi di mela e riscaldarli a fuoco lento per ammorbidirli.
   IN FORNO: disporre le mele sulla teglia, coprire con carta da forno e cuocerle a 150°C finché non diventano morbide.
2. Appoggiare l'Ankarsrum sul fianco, quindi montare il tritacarne con il colino.
3. Passare le mele ad alta velocità e ripassare la purea ottenuta due volte.
4. Mettere la purea di mele in una casseruola e portare a ebollizione con lo zucchero. Cuocere fino a sciogliere lo zucchero.
5. Versare nei vasetti.

Consiglio!

Per conservare la purea, potete congelare la parte che prevedete di non consumare entro due settimane. Più zucchero aggiungete, più a lungo si conserva in frigo.



Così facile

CETRIOLI SOTTACETO

I cetrioli sottaceto sono l'accompagnamento ideale per panini, hamburger succulenti e molto altro. Inoltre, sono semplicissimi da preparare.

>>  **MACCHINA DISTESA**

 **TAGLIA-VERDURE**

 **TAMBURO PER AFFETTARE**

INGREDIENTI

300 g di acqua
200 g di zucchero
100 g di aceto (12%)
1 cetriolo grande
1 cucchiaio di semi di senape

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Far bollire l'acqua con lo zucchero e l'aceto, fino a sciogliere completamente lo zucchero. Lasciare raffreddare.
2. Sdraiare Ankarsrum su un lato e montare il tagliaverdure con il tamburo per affettare.
3. Sciacquare e affettare il cetriolo a velocità media con la buccia.
4. Mettere il cetriolo affettato in un barattolo di vetro.
5. Aggiungere i semi di senape e il liquido di marinatura, assicurandosi che il cetriolo sia completamente immerso.
6. Chiudere il coperchio e conservare in frigorifero fino al momento del consumo.

Consiglio!

La ricetta della miscela di aceto è facile da ricordare: una parte di aceto, due parti di zucchero e tre parti di acqua.


Irresistibili
DOLCI


SPÄDTER

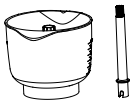


Elegante

GALETTE DI PERE

Questa galette di pere è un dessert elegante e facile da preparare. La galette ha una pasta meravigliosamente croccante con un ripieno dolce e tenero di pere.

>>  **MACCHINA IN PIEDI**

 **CIOTOLA TRASPARENTE**

 **FRUSTE A FOGLIA**

INGREDIENTI, 16 PERSONE

210 g di farina 00
45 g di zucchero
2 cucchiai di cardamomo macinato
1/2 cucchiaino di sale
150 g di burro (temperatura ambiente)
3 cucchiai di succo di limone o acqua fredda

RIPIENO

4-5 pere piccole
3 cucchiai di sciroppo di zucchero leggero

PER SPENNELLARE

1 uovo

GUARNIZIONE

33 g di scaglie di mandorle
1 cucchiaio di zucchero

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la ciotola trasparente e le fruste a foglia.
2. Mescolare farina, zucchero, cardamomo e sale.
3. Tagliare il burro a pezzetti e aggiungerlo alla miscela di farina. Sbattere fino a ottenere un impasto friabile.
4. Aggiungere il succo di limone e sbattere per 1-2 minuti.
5. Lavorare l'impasto a mano. Formare un disco, avvolgerlo nella pellicola e lasciarlo riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.
6. Impostare il forno a 175°C ventilato.
7. Stendere la pasta su carta da forno fino a formare un cerchio di circa 3 mm di spessore. Utilizzare un piatto grande (circa 27 cm) per tagliare la pasta a cerchio. Se la pasta si attacca al mattarello, mettere un foglio di carta da forno sopra la pasta e continuare a stendere.
8. Trasferire la pasta su una teglia rivestita di carta da forno.
9. Sciacquare le pere. Tagliarle a fette sottili e disporle sulla pasta, lasciando un bordo di circa 3 cm.
10. Versarvi sopra lo sciroppo e ripiegare il bordo.
11. Spennellare il bordo con l'uovo sbattuto e cospargere di scaglie di mandorle e zucchero.
12. Cuocere al centro del forno per 25-30 minuti, finché il bordo non sarà leggermente dorato.
13. Servire la galette tiepida con gelato alla vaniglia, crema pasticcera o salsa.

Consiglio!

Si consiglia di servirla con una pallina di gelato alla vaniglia (p. 70) o con una salsa alla vaniglia.



Ai frutti di bosco

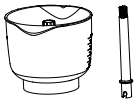
CRÊPE

Le crêpe sono le sottili crespelle tipiche della cucina francese.
In genere, sono a base di uova e ottime a fine pasto - bon appétit!

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A PALLONCINO

INGREDIENTI,
18 CRÊPE PICCOLE

150 g di farina di frumento
2 cucchiaini di zucchero
1/2 cucchiaino di sale
600 ml di latte
3 uova
3 cucchiai di burro

PER CUOCERE LE CRÊPE

4 cucchiai di burro o olio

RIPIENO

Crema alle nocciole
Sciroppo d'acero
Frutti di bosco
Pistacchi tritati

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare sull'Ankarsrum la ciotola e le fruste a palloncino.
2. Versare la farina, lo zucchero e il sale. Avviare l'Ankarsrum a velocità media.
3. Aggiungere 0,2 l di latte e montare fino a ottenere una pastella liscia.
4. Aggiungere quindi il resto del latte e le uova, quindi montare fino ad ottenere un impasto omogeneo.
5. Sciogliere 3 cucchiai di burro e aggiungerli alla pastella.
6. Far riposare la pastella per crêpe per 10 minuti affinché la farina si rapprenda.
7. Scaldare una padella e aggiungere un po' di burro. Cuocere le crêpe sottili e rotonde della dimensione desiderata.
8. Ripiegare le crêpe e disporle su un piatto, irrorandole con lo sciroppo d'acero.
9. Guarnire con frutti di bosco freschi, pistacchi tritati e servire le crêpe con una deliziosa crema alla nocciola o, perché no, con gelato alla vaniglia.

ASSICURATEVI che le fruste siano agganciate correttamente sentendo un "clic" durante l'inserimento nella sede.

Consiglio!

Se state preparando grandi quantità, potete utilizzare il coperchio bianco della ciotola per prevenire schizzi mentre usate le fruste.

Servite queste deliziose crêpe con il gelato alla vaniglia fatto in casa a pagina 70.



Fatto in casa

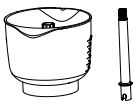
GELATO ALLA VANIGLIA

Il gelato alla vaniglia è un gusto classico. Perfetto da solo, come accompagnamento a vari dessert o abbinato alle vostre guarnizioni preferite.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A PALLONCINO



GELATIERA

INGREDIENTI, 4 PERSONE

1 baccello di vaniglia
250 g di latte
200 g di panna fresca
4 tuorli d'uovo
90 g di zucchero
1 pizzico di sale

PRIMA DELL'USO

Mettere la ciotola refrigerante nel congelatore a -18°C per 24 ore

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Dividere il baccello di vaniglia nel senso della lunghezza e raschiare i semi.
2. Versare il latte e la panna in una casseruola, aggiungere i semi di vaniglia e il baccello. Portare a ebollizione e mettere da parte.
3. Montare l'Ankarsrum con la ciotola trasparente e le fruste a palloncino.
4. Montare i tuorli d'uovo e lo zucchero fino a renderli spumosi.
5. Aggiungere la miscela di latte raffreddata e sbattere a bassa velocità.
6. Mettere la ciotola trasparente in frigorifero fino al completo raffreddamento del composto.
7. Montare l'Ankarsrum con la gelatiera.
8. Versare la miscela di gelato nella ciotola refrigerante attraverso l'apertura del coperchio.
9. Lasciare che l'Ankarsrum funzioni a velocità media per 20-30 minuti fino a raggiungere la consistenza desiderata.
10. Servire il gelato immediatamente o congelarlo in un contenitore ermetico.

ASSICURATEVI che le fruste siano agganciate correttamente sentendo un "clic" durante l'inserimento nella sede.

Consiglio!

Conservate sempre la ciotola nel congelatore. Potrete preparare il vostro gelato fatto in casa preferito ogni volta che lo desiderate.



Dolce e fresco

SORBETTO DI LAMPONI

Questo sorbetto di lamponi dal sapore agrodolce è così gustoso che crea facilmente dipendenza. È molto semplice preparare il proprio sorbetto.

1 >>



MACCHINA DISTESA



FRULLATORE

INGREDIENTI, 4 PERSONE

500 g di lamponi congelati
150 g di acqua
135 g di zucchero
70 g di sciroppo di glucosio

PRIMA DELL'USO

Mettere la ciotola refrigerante a -18°C per 24 ore

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Bollire i lamponi con l'acqua, lo zucchero e lo sciroppo di glucosio, cuocere a fuoco lento finché lo zucchero non è completamente sciolto.
2. Sdraiare l'Ankarsrum su un lato e montare il frullatore.
3. Ridurre in purea il composto di lamponi fino a renderlo omogeneo e poi filtrarlo. Lasciare raffreddare completamente in frigorifero.

2 >>



MACCHINA IN PIEDI



SPREMIAGRUMI

INGREDIENTI

50 g di succo di lime appena spremuto, circa 2 lime

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con lo spremiagrumi, tagliare i lime a metà e spremerli.
2. Mescolare la purea di lamponi con il succo di lime spremuto.

Consiglio!

Si possono facilmente sostituire i lamponi con fragole o more.

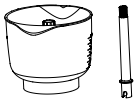
Conservate la ciotola nel freezer per essere sempre pronti a preparare gelati e sorbetti fatti in casa quando ne avete voglia.

3 4 →

3 >>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A PALLONCINO

INGREDIENTI

1 albume

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la ciotola trasparente e le fruste a palloncino.
2. Montare l'albume a neve e aggiungere delicatamente la purea di lamponi fino a ottenere un composto omogeneo.
3. Mettere il composto in frigorifero e lasciarlo raffreddare.

4 >>



ANKARSRUM DISTESA



GELATIERA

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con la gelatiera e avviare a bassa velocità.
2. Versare lentamente il composto nella ciotola refrigerante attraverso l'apertura del coperchio.
3. Far funzionare l'Ankarsrum a velocità media fino a ottenere un sorbetto cremoso, per circa 20 minuti.
4. Servire immediatamente o versare in un barattolo con coperchio e riporre in freezer.





Deliziosa

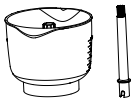
PAVLOVA

La pavlova croccante con crema al mascarpone e frutti di bosco freschi è un dessert che piace a tutti.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A PALLONCINO

INGREDIENTI, CIRCA 12 PERSONE

MERINGA

6 albumi a temperatura ambiente
315 g di zucchero
2 cucchiai di amido di mais
1 cucchiaino di aceto 12% o aceto di vino bianco

RIPIENO

300 g di panna da montare
100 g di mascarpone
40 g di zucchero a velo
3 cucchiai di succo di limone

GUARNIZIONE

Frutti di bosco e frutta a scelta

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Impostare il forno a 100°C.
2. Montare l'Ankarsrum con la ciotola trasparente e le fruste a palloncino.
3. La ciotola deve essere ben pulita, preferibilmente con il limone.
4. Aggiungere gli albumi e sbattere ad alta velocità fino alla formazione di un composto fermo.
5. Aggiungere lo zucchero un po' alla volta continuando a montare. Sbattere fino a quando non saranno sodi e lucidi.
6. Aggiungere l'amido di mais, il sale, l'aceto e lasciare lavorare fino ad amalgamare il tutto. Versare la meringa in una sacca da pasticcere.
7. Foderare una teglia con carta da forno e con una matita disegnare un cerchio (di circa 27 cm) aiutandosi con un piatto.
8. Formare una ghirlanda a cerchi. Utilizzare una punta normale (misura 8).
9. Cuocere nella parte bassa del forno per circa 60 minuti, finché la meringa non sarà completamente asciutta.
10. Spegnere il forno e lasciare raffreddare completamente la pavlova nel forno prima di sfornarla.
11. Montare l'Ankarsrum con la ciotola trasparente e le fruste a palloncino.
12. Montare la panna, il mascarpone, lo zucchero a velo e il succo di limone.
13. Distribuire la crema al centro di ogni pavlova e guarnire con frutti di bosco e frutta fresca.

Consiglo!

Conservate i tuorli per il nostro gelato alla vaniglia fatto in casa, vedi ricetta a pag. 70.


Meravigliosi
BISCOTTI & TORTE





Alla cannella

GIRELLE SVEDESI

C'è qualcosa di magico nel profumo delle girelle alla cannella!
Caldo, inconfondibile e davvero delizioso.

1 >>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA D'ACCIAIO



SPATOLA



RULLO

INGREDIENTI,
40 GIRELLE

500 ml di latte
50 g di lievito di birra fresco
200 g di burro salato a temperatura ambiente
85 g di zucchero semolato
1 uovo
1/2 cucchiaino di sale
2 cucchiaini di cardamomo pestato (a piacere)
840 g di farina tipo 00

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

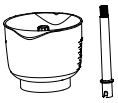
1. Montare sull'Ankarsrum il contenitore, la spatola e il rullo.
2. Riscaldare il latte a 37°C.
3. Sbriciolare il lievito nel contenitore, aggiungere il latte e avviare l'Ankarsrum a bassa velocità, con il rullo per l'impasto vicino al bordo del contenitore, per sciogliere il lievito.
4. Aggiungere il burro a temperatura ambiente, lo zucchero, l'uovo, il sale e il cardamomo (facoltativo).
5. Aggiungere la farina gradualmente. All'occorrenza, aiutare l'Ankarsrum a impastare tirando il braccio verso il centro alcune volte.
6. Passare alla velocità media. Bloccare il braccio a 2-4 cm dal bordo del contenitore quando l'impasto inizia a risalire al suo interno. Impastare per almeno 5 minuti. Impostare il timer.
7. Coprire il contenitore con il coperchio di lievitazione e far lievitare per 40 minuti.
8. Nel frattempo, preparare il ripieno.

2 3 →

2 >>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A FOGLIA

RIPIENO

200 g di burro a temperatura ambiente
135 g di zucchero semolato
3 cucchiai di cannella

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare sull'Ankarsrum la ciotola e le fruste a foglia.
2. Aggiungere il burro a temperatura ambiente a pezzetti, lo zucchero e la cannella.
3. Avviare l'Ankarsrum a bassa velocità e lasciarlo in funzione fino ad ottenere un composto omogeneo.

3 >>

FINITURA

1 uovo
Granella di zucchero

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Sistemare l'impasto su un tagliere infarinato e suddividerlo in due parti uguali.
2. Stendere entrambe le parti in modo da ottenere due rettangoli da 45x30 cm.
3. Spalmare il ripieno e ripiegare sovrapponendo i lati lunghi.
4. Tagliare delle strisce larghe circa 1 cm. Attorcigliare ogni striscia e farne un nodo. Sistemare i dolci annodati su una teglia foderata con carta da forno. Far lievitare per altri 40 minuti.
5. Riscaldare il forno a 225°C.
6. Spennellare le girelle con l'uovo e cospargerle con la granella di zucchero. Cuocere le girelle al centro del forno per 5-10 minuti.
7. Far raffreddare i dolci sulla griglia coperti con un canovaccio.

RULLO O GANCIO? Si utilizzano entrambi per impastare.

A pagina 6-8 troverete le indicazioni per il loro impiego.

Consiglio!

Con un tocco di fantasia potete cambiare a piacere il sapore e l'aspetto delle vostre girelle. Spalmate ad esempio una crema di nocciole, anziché il ripieno alla cannella e, voilà, avrete preparato delle girelle al cioccolato!





Per le feste

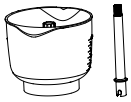
CUPCAKE

Più piccoli sono, più se ne possono mangiare!

1 >>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A PALLONCINO

INGREDIENTI, 12 CUPCAKE

75 g di burro
2 uova
225 g di zucchero
180 g di farina
2 cucchiaini di lievito in polvere
1 cucchiaino di zucchero vanigliato
40 g di cacao
1/2 cucchiaino di sale
250 ml di latte

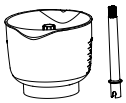
SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Riscaldare il forno a 175°C.
2. Montare sull'Ankarsrum la ciotola e le fruste a palloncino.
3. Far fondere il burro in una casseruola.
4. Versare l'uovo e lo zucchero nella ciotola e montare a neve ad alta velocità.
5. Mescolare tutti gli ingredienti secchi in una ciotola separata e aggiungerli alla pastella di uova insieme al burro fuso e al latte. Mescolare a bassa velocità fino a ottenere un impasto omogeneo.
6. Riempire gli stampi da muffin per 2/3. Cuocere al centro del forno per circa 18-20 minuti.
7. Far raffreddare completamente i cupcake sulla griglia sotto un canovaccio.

2 >>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A FOGLIA

GLASSA AL CIOCCOLATO

60 g di burro a temperatura ambiente
300 g di zucchero a velo
1 cucchiaino di zucchero vanigliato
20 g di cacao
100 g di formaggio fresco
1 cucchiaio di caffè caldo

DECORAZIONE

Codette o fiori di zucchero

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare sull'Ankarsrum la ciotola e le fruste a foglia.
2. Versare il burro, lo zucchero a velo, lo zucchero vanigliato, il cacao e il formaggio fresco e avviare l'Ankarsrum a bassa velocità. Mescolare fino a ottenere una crema omogenea.
3. Aggiungere il caffè.
4. Guarnire i cupcake con la glassa utilizzando una siringa per dolci e decorare con le codette o i fiori di zucchero.

Consiglio!

Se non avete una siringa, tagliate un angolo di un sacchetto di plastica e utilizzatelo come una siringa.

ASSICURATEVI che le fruste siano montate correttamente sulla testa dello sbattitore, sentendo un "clic" durante l'inserimento.



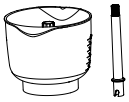


All'americana

COOKIE CON GOCCE DI CIOCCOLATO

Un biscotto croccante fuori ma deliziosamente morbido dentro, da gustare con il caffè!

>>  **MACCHINA IN PIEDI**

 **CIOTOLA TRASPARENTE**

 **FRUSTE A FOGLIA**

INGREDIENTI, 40 BISCOTTI

250 g di burro a temperatura ambiente
225 g di zucchero semolato
190 g di zucchero di canna
2 uova
1 cucchiaino di vaniglia in polvere
450 g di farina di frumento
1 cucchiaino di lievito in polvere
1 cucchiaino di bicarbonato
1/2 cucchiaino di sale
125 g di cocco in scaglie
250 g di cioccolato in gocce o tritato

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Riscaldare il forno a 175°C.
2. Montare sull'Ankarsrum la ciotola e le fruste a foglia.
3. Versare il burro a temperatura ambiente, lo zucchero semolato e lo zucchero di canna. Avviare l'Ankarsrum a bassa velocità e attendere 2-3 minuti finché il composto non diventa soffice. Aumentare la velocità gradualmente.
4. Aggiungere le uova e la vaniglia in polvere e continuare a mescolare.
5. In una terrina, mescolare la farina, il lievito in polvere, il bicarbonato e il sale. Portare l'Ankarsrum a bassa velocità e aggiungere la miscela di farina.
6. Aggiungere il cocco fino ad amalgamarlo.
7. Formare delle palline grandi come noci e sistemarle su una teglia foderata con carta da forno. Cuocere al centro del forno per 9-11 minuti, finché la parte superiore non diventa dorata.
8. Decorare con il cioccolato in gocce o tritato, che si scioglierà nei biscotti caldi.
9. Far raffreddare i biscotti sulla teglia per 5 minuti senza canovaccio, quindi toglierli dalla teglia.

Consiglio!

Controllateli e non lasciateli in forno troppo a lungo. Sfornate i biscotti quando sembrano "quasi" pronti in quanto sulla teglia continuano a cuocere leggermente.



Cioccolato e nocciole

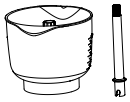
CIAMBELLA CON GLASSA

La ciambella... così semplice e così buona.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A PALLONCINO

INGREDIENTI,
1 CIAMBELLA

4 uova
270 g di zucchero
2 cucchiaini di vaniglia in polvere
240 g di farina
2 cucchiaini di lievito in polvere
75 g di burro
100 ml di latte

GLASSA AL CIOCCOLATO

100 g di cioccolato fondente
1 cucchiaio di olio

GUARNIZIONE

30 g di nocciole tritate

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Riscaldare il forno a 175°C. Imburrare uno stampo da ciambella e cospargerlo di pangrattato.
2. Montare sull'Ankarsrum la ciotola e le fruste a palloncino.
3. Versare le uova, lo zucchero e la vaniglia in polvere. Avviare l'Ankarsrum a velocità media e montare a neve fino a ottenere un impasto soffice e leggero.
4. Aggiungere la farina e il lievito in polvere e mescolare.
5. Sciogliere il burro e aggiungervi il latte.
6. Versare la miscela di burro e latte nell'impasto. Mescolare fino a ottenere un impasto omogeneo.
7. Versare nello stampo e cuocere per 35 minuti.
8. Far raffreddare la torta per circa 10 minuti affinché si rapprenda, quindi capovolgere lo stampo.
9. Tritare il cioccolato e scioglierlo delicatamente a bagnomaria, lasciarlo raffreddare leggermente e mescolare l'olio fino a ottenere una glassa uniforme.
10. Disporre la torta su un piatto.
11. Versare la glassa al cioccolato sulla torta e cospargere di nocciole tritate.

Consiglio!

Montate bene a neve la miscela di uova e zucchero con le fruste a palloncino mescolando a lungo, prima di aggiungere gli altri ingredienti.

Provate a sentire se la torta è pronta già dopo 30 minuti. Il tempo di cottura dipende dal tipo di forno!



Morbidi

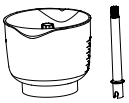
BISCOTTI AL CARAMELLO

I biscotti al caramello sono semplici ma davvero prelibati.

>>



MACCHINA IN PIEDI



CIOTOLA TRASPARENTE



FRUSTE A FOGLIA

INGREDIENTI

200 g di burro a temperatura ambiente
225 g di zucchero
70 g di melassa
300 g di farina di frumento
1 cucchiaino di bicarbonato

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Riscaldare il forno a 200°C.
2. Montare sull'Ankarsrum la ciotola e le fruste a foglia.
3. Versare il burro a temperatura ambiente e lo zucchero. Avviare l'Ankarsrum a bassa velocità e montare.
4. Aggiungere la melassa e la farina di frumento mescolata con il bicarbonato. Mescolare fino a ottenere un impasto omogeneo.
5. Suddividere l'impasto in tre parti uguali. Con ogni parte, formare un rotolo lungo 35 cm.
6. Sistemare i rotoli su una teglia foderata con carta da forno. Appiattirli leggermente con una forchetta.
7. Cuocere al centro del forno per circa 12 minuti.
8. Affettare in diagonale per ottenere dei tranci larghi circa 2 cm.

Consiglio!

Potete triplicare la ricetta e utilizzare il contenitore.

Ricordate di affettare i biscotti quando sono ancora caldi.



Rinfrescanti

BEVANDE





Per la salute

FRULLATO VERDE

I frullati possono essere preparati facilmente con la vostra frutta e le verdure preferite.
Questa ricetta combina l'arancia e il mango con i piselli verdi e gli spinaci per una bevanda deliziosa.

1 >>



MACCHINA IN PIEDI



SPREMIAGRUMI

INGREDIENTI,
4 FRULLATI

100 ml di succo d'arancia
(1-2 arance)

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Montare l'Ankarsrum con lo spremiagrumi.
2. Spremere 1-2 arance fino a ottenere 100 ml di succo.

2 >>



MACCHINA DISTESA



FRULLATORE

INGREDIENTI,
4 FRULLATI

200 ml di acqua
60 g di piselli verdi surgelati
65 g di spinaci freschi
1 lime, succo
150 g di mango congelato
1 avocado

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Sdraiare l'Ankarsrum su un lato e montare il frullatore.
2. Aggiungere l'acqua, il succo, i piselli e gli spinaci nel frullatore e ridurre in purea fino a ottenere un composto omogeneo.
3. Aggiungere gli altri ingredienti e frullare fino a ottenere un composto omogeneo.
4. Aggiungere un po' d'acqua se il composto diventa troppo denso.
5. Assaggiare e regolare la dolcezza a piacere con altro succo d'arancia o un po' di miele o sciroppo d'agave.

Consiglio!

Se lo desiderate, potete aggiungere dello yogurt per aumentare le proteine.



Freschissima!

GRANITA AL LIMONE

Questa bevanda rinfrescante e leggermente dolce è perfetta per una giornata calda e soleggiata.

1 >>  MACCHINA IN PIEDI  SPREMIAGRUMI

INGREDIENTI, 4 BEVANDE

SCIROPPO

250 g di acqua
225 g di zucchero

SUCCO

Il succo di 4 limoni
Il succo di 2 lime
La scorza di 1 limone e 1 lime

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Far bollire acqua e zucchero fino a quando lo zucchero non si è sciolto, lasciar raffreddare e mettere in frigorifero.
2. Montare l'Ankarsrum con lo spremiagrumi.
3. Grattugiare la scorza di 1 limone e 1 lime.
4. Tagliare a metà i limoni e i lime, avviare l'Ankarsrum a velocità media e spremere gli agrumi.

Consiglio!

Per una versione adatta ai bambini o per un'opzione analcolica, basta evitare la vodka.

2 >>  MACCHINA DISTESA  FRULLATORE

INGREDIENTI, 4 BEVANDE

200 ml di sciroppo di zucchero
150 ml di vodka (opzionale)
30 cubetti di ghiaccio

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Sdraiare l'Ankarsrum su un lato e montare il frullatore.
2. Frullare accuratamente il succo, la scorza, lo sciroppo, la vodka e il ghiaccio fino a quando il ghiaccio non sarà tritato. Se si desidera una granita più dolce, aggiungere altro sciroppo.
3. Versare in bicchieri alti e guarnire con la menta. Servire immediatamente.

Macinato in casa

CAFFÈ FREDDO

Questa bevanda fredda ed energizzante è sapientemente addolcita con uno sciroppo al caffè che fa venire voglia di una calda giornata estiva.

>>  **MACCHINA DISTESA**  **MACINA CEREALI**

INGREDIENTI,
2 BEVANDE

SCIROPPO AL CAFFÈ
100 ml di caffè in chicchi
90 g di zucchero

BEVANDA AL CAFFÈ
Sciroppo al caffè
200 ml di caffè freddo
Ghiaccio
300 ml di latte o latte d'avena

SEGUIRE QUESTI PASSAGGI

1. Sdraiare l'Ankarsrum su un lato e montare la macina cereali.
2. Macinare il caffè e preparare 300 ml di caffè.
3. Mettere 200 ml di caffè in frigorifero per farlo raffreddare completamente.
4. Far bollire 100 ml di caffè con 90 g di zucchero in un pentolino finché lo zucchero non è completamente sciolto; far bollire per qualche minuto. Lasciare raffreddare completamente.
5. Versare lo sciroppo al caffè sul fondo dei bicchieri e aggiungere il caffè freddo, mescolando per unire il tutto.
6. Aggiungere ghiaccio alla sommità dei bicchieri, lasciando spazio per la quantità di latte desiderata. Servire immediatamente.

Consiglio!

Questa bevanda è molto gustosa anche con una spruzzata di rum.

Preparate in anticipo i cubetti di ghiaccio per il caffè, in modo che la bevanda fredda non si diluisca mentre il ghiaccio si scioglie.



NOTES




ON OFF

Ordine alfabetico

INDEX

PANE	PAGINA
Bagel	16
Baguette	18
Banana bread senza glutine	22
Focaccia	20
Mantou cinese	24
Pane al latte	14
Pane con pasta madre	28
Panini per hamburger	26
Tortilla	32

DOLCI	PAGINA
Biscotti al caramello	92
Ciambella al cioccolato	90
Cookie con gocce di cioccolato	88
Crêpe	68
Cupcake	84
Galette di pere	66
Gelato alla vaniglia	70
Girelle svedesi	80
Pavlova	76
Purea di mele	60
Sorbetto di lamponi	72

PIATTI	PAGINA
Bao con falafel	48
Cetrioli sottaceto	62
Falafel	50
Hamburger	36
Hummus	54
Impasto per pasta	40
Insalata asiatica	56
Insalata di cavolo	37
Lasagna vegetariana	42
Lasagnette al pistachio	46
Pesto di pistacchio e limone	58
Pizza Margherita	38

BEVANDE	PAGINA
Caffè freddo	100
Frullato verde	96
Granita al limone	98

CONTENUTO 2

COLOFON

Home.Made.
Ankarsrum Assistent Original

Published by Ankarsrum Kitchen AB, Sweden

Copyright © 2024 Ankarsrum Kitchen AB, Sweden

All rights reserved. No part of this publication my be reproduced, distributed,
or transmitted in any form or by any means without the prior permission of the publisher.

ACKNOWLEDGEMENTS
Project management and copy editing: Ankarsrum Kitchen AB

Recipes: Ankarsrum Kitchen AB and Linn Utbult, Sweden
Recipe photography: Katja Ragnestam, Sweden

Other photography: Wolfgang Kleinschmidt, Choice Agentur, Sweden
Philip Hördegård, Abby Priest, Sweden
Ellen Nielsen Kindstrand, LN Bild, Sweden

Design and production: Carolina de Klerk Nordholm/nordholmcommunication.se, Sweden

Printing and binding: Holmstock B.V./nlprinters.nl, The Netherlands, 2024

www.ankarsrum.com

ISBN 978-91-531-2128-2

ANKARSRUM®

ANKARSRUM.COM

ISBN 978-91-639-9409-8

Recipe Book Scandinavia 41 014-00