

CREME DA SPALMARE

per brunch, merende e aperitivi di sicuro successo

RACHEL KHOO

FOTOGRAFIE DI
KEIKO OIKAWA



PICCOLI SPUNTINI

Guido Tommasi Editore
dal 1999

sommario

| | |
|----------------------------|---|
| le basi | 4 |
| materiale e utensili | 6 |

cioccolato

| | |
|---|----|
| crema al cioccolato classica | 8 |
| cioccolato fondente alle spezie | 10 |
| cioccolato fondente al caffè | 10 |
| cioccolato fondente alla liquirizia | 10 |
| cioccolato fondente alla menta | 10 |
| cioccolato fondente al tè Earl Grey | 10 |
| crema al cioccolato bianco | 12 |
| cioccolato bianco alla vaniglia | 14 |
| cioccolato bianco alla lavanda | 14 |
| cioccolato bianco al tè matcha | 14 |
| cioccolato bianco alla fava tonka | 14 |
| cioccolato bianco all'arancia | 14 |
| crema al cioccolato e olio d'oliva | 16 |

nuts e semi

| | |
|--|----|
| crema al cioccolato e nocciole | 18 |
| crema pralinata | 20 |
| crema al cioccolato crunchy | 22 |
| burro di arachidi, frutta in guscio e altri semi | 24 |
| crema di marroni | 26 |
| torrone spalmabile | 28 |

caramello

| | |
|---|----|
| dulce de leche, l'originale | 30 |
| dulce de leche, la ricetta facile | 30 |
| caramello da spalmare | 32 |
| caramello al burro salato | 34 |
| caramello alla mela e calvados | 34 |

| | |
|----------------------------------|----|
| caramello al pain d'épices | 34 |
| caramello agli agrumi | 34 |
| caramello al whisky | 34 |
| caramello al cocco | 34 |

frutta

| | |
|---|----|
| lemon curd e altri curd di agrumi | 36 |
| lemon curd al miele e cardamomo | 36 |
| curd di lamponi al pepe nero | 38 |
| curd di frutti della passione | 38 |
| confettura di cocco «Kaya» | 40 |
| sciropo di Liegi | 42 |
| sciropo di prugne al rosmarino | 42 |
| sciropo di ciliegie al basilico | 42 |

due gusti

| | |
|--|----|
| crema variegata al cioccolato e marshmallow | 44 |
| crema variegata al cioccolato e mango con peperoncino di Espelette | 46 |
| crema variegata al cioccolato bianco e lamponi | 48 |

creme salate

| | |
|--|----|
| tapenade | 50 |
| hummus | 52 |
| crema di formaggio di capra e noci macadamia | 54 |
| crema di avocado alle mandorle | 56 |
| crema di lenticchie piccante | 58 |
| pâté di fegatini di pollo | 60 |
| anchoyade con fichi e noci | 62 |
| rilette di salmone affumicato al wasabi | 64 |
| rilette di sgombro con limone ed erbe aromatiche | 66 |
| crema di piselli alla menta e limone confit | 68 |
| crema di fagioli cannellini alla melagrana | 70 |

54



36



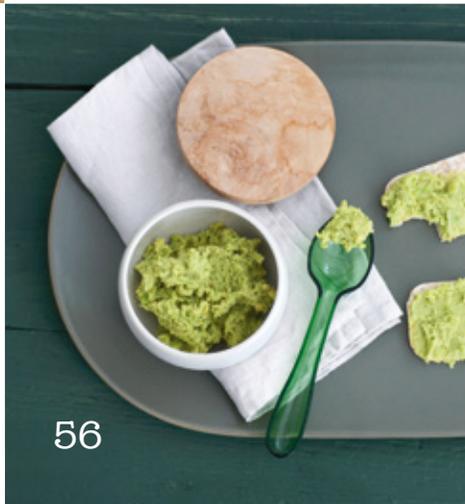
42



46



56



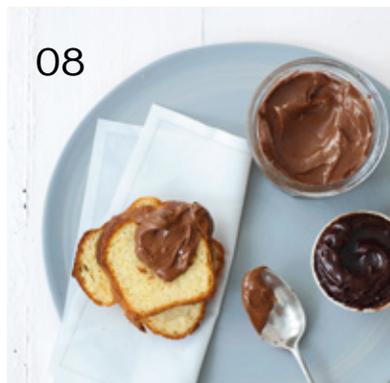
30



50



08



22



le basi

Preparare le creme spalmabili è veramente facile! Ecco qualche consiglio per cominciare bene.

È fondamentale usare ingredienti di ottima qualità. Le creme si preparano con pochi prodotti, è importante quindi sceglierli con cura. È questo che farà la differenza.

cioccolato

Con un cioccolato di copertura o un cioccolato di buona qualità, con un'alta percentuale di cacao, otterrete risultati migliori rispetto a un cioccolato meno pregiato.

Il cioccolato di copertura è disponibile in gocce o scaglie nei negozi specializzati; in questo modo non dovrete tagliarlo e si fonderà più facilmente.

Ovviamente potete variare il cioccolato: fondente, bianco, al latte... Queste tipologie non sono paragonabili, ma il risultato è sempre squisito!

nuts e semi

Noci, nocciole, mandorle, anacardi, pistacchi, arachidi... ma anche semi di sesamo, semi di girasole o semi di zucca: vanno bene tutti e tutti sono ottimi nelle creme spalmabili!

Comprate la frutta in guscio intera, non salata e possibilmente pelata. Evitate quella ridotta in polvere (mandorle in polvere, nocciole in polvere...), meno ricca di sapore e di oli naturali a causa della lunga conservazione. Utilizzando frutta in guscio macinata personalmente, la vostra crema spalmabile risulterà più sostanziosa, più omogenea e più gustosa.

Controllate bene la data di scadenza (più è lontana, meglio è) e verificate che la confezione sia chiusa ermeticamente. Conservate le confezioni in un luogo asciutto e fresco, preferibilmente in frigorifero o nel congelatore.

Per evitare di macinare la frutta in guscio, potete utilizzare l'olio corrispondente (olio di noce, olio di mandorla...). Nei negozi di prodotti biologici o specializzati sono disponibili anche creme di noci da incorporare nella ricetta al posto della frutta secca macinata. Generalmente sono composte al 100% di noci, ma può succedere che in alcune sia stato aggiunto lo zucchero. In questo caso, diminuite la quantità di zucchero prevista dalla ricetta o eliminatelo del tutto, a piacere.

frutta e verdura

Privilegiate la frutta e la verdura di stagione, per ottenere una crema dal sapore intenso. Altrimenti, comprate frutta e verdure surgelate.

zucchero

Lo zucchero semolato bianco è il più adatto per la preparazione del caramello, perché potete controllare il processo di caramellizzazione. Personalmente, mi piace realizzare il caramello anche con lo zucchero vanigliato fatto in casa.

Per preparare lo zucchero vanigliato, aggiungete un baccello di vaniglia tagliato a metà in un barattolo di 500 g di zucchero. Lasciatelo riposare per due settimane, mescolando lo zucchero circa due volte a settimana.

Alcune ricette richiedono l'uso dello zucchero per confettura. La pectina che contiene è infatti un agente addensante naturale che favorisce l'indurimento della crema ed evita che rimanga troppo liquida. Si trova in vendita nei supermercati, sugli scaffali dello zucchero.



materiale e utensili

vasetti per marmellata

Il modo migliore per conservare le creme spalmabili è versarle nei vasetti. Infatti, a differenza dei recipienti di vetro, quelli in plastica come i Tupperware® trattengono l'odore e i grassi degli alimenti che contenevano in precedenza.

I vasetti devono essere sterilizzati per evitare che si sviluppino batteri e muffe.

Per sterilizzare i vasetti, lavateli con acqua e detersivo per i piatti e risciacquateli bene. Metteteli quindi nel forno senza coperchio a 130°C per 15-20 minuti.

conservazione

Le ricette di questo libro non prevedono l'uso di conservanti (a differenza delle creme spalmabili in commercio). Il tempo di conservazione è quindi variabile.

I tempi di conservazione sono proporzionali alla percentuale di zucchero contenuta nella crema, perché lo zucchero è un conservante naturale.

Per contro, la presenza nella crema spalmabile di prodotti caseari o di uova diminuisce il tempo di conservazione.

Alcune creme non richiedono di essere conservate in frigorifero. Quelle riposte in frigorifero, a volte, si spalmano con difficoltà.

Scaldatele leggermente prima dell'uso.

frullatore

Per realizzare alcune ricette è necessario usare il frullatore. Con un robot da cucina non otterrete lo stesso risultato garantito da un frullatore professionale, perché non è così potente, ma le vostre creme saranno altrettanto squisite! Avranno una maggiore consistenza e saranno meno lisce.

Se il vostro robot da cucina si surriscalda mentre macinate la frutta in guscio, fermatevi un minuto per lasciarlo raffreddare: sapore e qualità della crema non ne risentiranno.

setaccio

Per passare la frutta secca al setaccio ed eliminare i semi o le pellicine, utilizzate un sacchetto di garza o un colino fine di nylon (evitate il metallo, che tende a modificare il sapore della frutta). Se non avete un colino di nylon, potete usare un filtro per caffè americano.



PER CIRCA 400 G - PREPARAZIONE: 5 MINUTI - RIPOSO: 15 MINUTI - COTTURA: 5 MINUTI

crema al cioccolato classica

Occorre aggiungere altro? Non conosco nessuno che riesca a resistere a una fetta di pane tostato spalmata abbondantemente con la crema al cioccolato. Si prepara in pochissimo tempo e conquista grandi e piccoli!

200 g di cioccolato, tagliato a pezzettini
200 ml di panna liquida
50 g di burro morbido, a dadini
1 pizzico di sale

1. Portate a ebollizione la panna con il sale.
2. Versate la panna bollente sul cioccolato e il burro. Aspettate 2 minuti prima di mescolare.
3. Se rimangono dei grumi, scaldate lentamente la crema a bagnomaria o per 30 secondi nel forno a microonde. Lasciate addensare per 15 minuti.



Conservate la crema coperta in frigorifero e consumatela entro due settimane.

Togliete la crema dal frigorifero almeno 10 minuti prima di utilizzarla. Sarà più facile spalmarla e il sapore risulterà migliore a temperatura ambiente. Se è ancora troppo dura, mettete il vasetto in un'insalatiera piena d'acqua calda per qualche minuto o scaldatela lentamente nel forno a microonde.

Se il cioccolato fondente non vi entusiasma, sostituitene metà con il cioccolato al latte. La crema manterrà comunque il sapore intenso del cioccolato fondente, ma sarà un po' meno amara. Personalmente, la preferisco.

Se utilizzate esclusivamente cioccolato al latte, aggiungete soltanto 180 ml di panna.

La crema ci metterà più tempo per indurirsi.



hummus

ricetta classica

PER CIRCA 200 G - PREPARAZIONE: 15 MINUTI

200 g di ceci in scatola, sciacquati e sgocciolati
½ spicchio d'aglio, pelato e schiacciato
qualche goccia di succo di limone
2-4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
1 cucchiaino di burro di semi di sesamo (ricetta a pag. 24)
1 cucchiaino di cumino macinato
fleur de sel, pepe nero macinato fresco

Frullate tutti gli ingredienti tranne il sale e il pepe fino a ottenere una crema granulosa. Salate e pepate a piacere. Questo hummus si conserva in un recipiente ermetico in frigorifero per 5 giorni.

peperoni grigliati

PER CIRCA 400 G - PREPARAZIONE: 15 MINUTI
COTTURA: 40 MINUTI

125 g di ceci in scatola, sciacquati e sgocciolati
3 peperoni rossi grandi, tritati grossolanamente
un po' di olio d'oliva
½ spicchio d'aglio, pelato e schiacciato
1 cucchiaino di succo di limone spremuto al momento
1 cucchiaino di burro di semi di sesamo (ricetta a pag. 24)
1 cucchiaino di cumino macinato
1 pizzico di zucchero
fleur de sel, pepe nero macinato fresco

Adagiate i peperoni in una teglia e versate l'olio d'oliva. Infornate per 40 minuti a 200°C. Frullate tutti gli ingredienti fino a ottenere una crema granulosa. Salate e pepate a piacere. Questo hummus si conserva in un recipiente ermetico in frigorifero per 5 giorni.

barbabietola

PER CIRCA 300 G - PREPARAZIONE: 10 MINUTI

150 g di ceci in scatola, sciacquati e sgocciolati
1 barbabietola grande cotta (160 g)
1 spicchio d'aglio, pelato e schiacciato
qualche goccia di succo di limone
2-4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
1 cucchiaino di burro di semi di sesamo (ricetta a pag. 24)
1 cucchiaino di cumino macinato
fleur de sel, pepe nero macinato fresco

Frullate tutti gli ingredienti fino a ottenere una crema granulosa. Salate e pepate a piacere. È meglio consumare questo hummus il giorno stesso, perché la barbabietola perde rapidamente il suo colore intenso.

carote

PER CIRCA 250 G - PREPARAZIONE: 15 MINUTI - COTTURA: 1 ORA

100 g di ceci in scatola, sciacquati e sgocciolati
2 carote grandi, pelate e tritate grossolanamente
½ spicchio d'aglio, pelato e schiacciato
1 cucchiaino di succo di limone spremuto al momento
2-4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
1 cucchiaino di burro di semi di sesamo (ricetta a pag. 24)
1 cucchiaino di cumino macinato
1 pizzico di zucchero
fleur de sel, pepe nero macinato fresco

Mettete le carote in una teglia, versate l'olio d'oliva e infornate per 1 ora a 200°C. Frullate tutti gli ingredienti fino a ottenere una crema granulosa. Salate e pepate a piacere. Questo hummus si conserva in un recipiente ermetico in frigorifero per 5 giorni.



Per una colazione davvero buona, una merenda da ghiottoni o un aperitivo originale attingete a piene mani da queste 50 ricette di creme da spalmare: dolci e cremose oppure salate e stuzzicanti, sono perfette per bambini e adulti di ogni età. Provatetele in compagnia o anche da soli: non vi deluderanno.

Di origine londinese, Rachel Khoo ha deciso di trasferirsi a Parigi per vivere appieno la sua più grande passione: la cucina.

Dopo il diploma in pasticceria al Cordon Bleu, ha lavorato come ragazza alla pari e quando finalmente ha trovato lavoro come pasticciera nella libreria La Cocotte, specializzata in libri di cucina, qualcosa è cambiato. Foodwriter di successo, conduce una trasmissione molto seguita sulla BBC.



PICCOLI SPUNTINI

Guido Tommasi Editore
dal 1999

www.guidotommasi.it

12,50 €
IVA inclusa

ISBN: 978 88 67530 014



9 788867 530014