

# STEFANO CAVADA

# INFORNO

60 prelibatezze dolci e salate  
da cuocere al forno

ricette guidate  
passo per passo  
dall'autore, influencer  
e food blogger  
altoatesino  
#effettocavada

**ATHESIA**

STEFANO CAVADA

# INFORNO

60 prelibatezze dolci e salate da cuocere al forno





A chi ama la cucina, a chi la tramanda, a chi la crea,  
a chi la insegna e a chi la mangia.





## Indice

### Introduzione 10

#### Prima di infornare 13

- Strumenti essenziali 14
- Come foderare una tortiera 17
- Come foderare uno stampo per plumcake 17
- Pieghe del pane 19
- Pezzatura 19
- Tipologie di farina 20
- Pasta frolla 22
- Cottura in bianco 22
- Verifica della cottura con lo stecchino 22
- Tipologie di lieviti 23
- Tangzhong o milk roux 23
- Lievitazione e maturazione degli impasti 25
- Modalità di cottura del forno 26
- Preriscaldare il forno 27

#### Piccole bontà 29

- Pizzette morbidissime 30
- Ventagli di würstel 35
- Scones salati 36
- Grissini di mais e paprika con camembert al forno 38
- Laugencroissant 40
- Cavadini 44
- Morbidini con gocce di cioccolato 46
- Muffin al cioccolato 48
- Madeleine 51
- Meringhe alle arachidi e cioccolato 52
- Ciambelline al forno 55
- Craquelin alla vaniglia 57
- Barrette energetiche al cioccolato bianco e avena 60

## **Pane 63**

- Grissoni multicereali alle olive 64
- Laugen 69
- Schüttelbrot 73
- Rosette 76
- Pane bicolore ai mirtilli 81
- Pane alle castagne 84
- Pane alla birra 88
- Pane ai semi 90
- Focaccia alle olive 93
- Pane intrecciato alle cipolle e speck 97
- Pane in cassetta alla pizzaiola 100

## **Primi 103**

- Crespelle gratinate alla zucca e scamorza affumicata 104
- Pasta pasticciata con prosciutto e piselli 109
- Gnocchi di grano saraceno gratinati 113
- Gnocchi al forno con speck e mozzarella 114
- Conchiglioni ripieni 116
- Lasagne "mille strati" con ragù di salsiccia 119
- Mac & cheese 122

## **Piatti unici 125**

- Quiche alla polenta e timo con porri e speck 126
- Toad in the hole al grano saraceno 128
- Polpettine allo speck con patate, pomodorini e feta 131
- Cottage pie di ragù di maiale e patate 132
- Polpettone di pollo 137
- Non chiamatela tarte tatin di pomodorini 138

## **Torte 141**

- Plumcake al caffè e yogurt 142
- Strudel alle pere, noci e cioccolato 145
- Torta della Foresta Nera 146
- Rolade al grano saraceno e confettura di mirtilli rossi 149
- Crostata alle noci pecan e caramello 150
- Torta allo yogurt, fragole e mandorle 154
- Crostata al cioccolato 156
- Torta alle mele e cannella 160
- Torta gin tonic 163
- Ciambellone con farina di mais, more e miele 165
- Torta integrale alle noci 166
- Torta di rose 169

## **Biscotti 173**

- Spitzbuben al cacao con caramello salato 175
- Biscotti digestive 178
- Millionaire's shortbread 181
- Zenzerini 182
- Rotolini ai fichi 185
- Crinkle cookies 189
- Mini cookies alle arachidi senza glutine 191
- Biscotti morbidi alla banana 192
- Biscotti cinnamon roll 195
- Biscottini salati al basilico 196
- Biscotti speziati con crema di gorgonzola 199

## **Le farine Rieper non mancano mai 202**

## **Ringraziamenti 205**

## **L'autore 207**











## Introduzione

Un po' di tempo fa, qualcuno mi disse "non c'è due senza tre". Non è passato poi molto da quel momento alla nascita di questo nuovo ricettario.

INFORNO, il mio terzo libro, riguarda una delle mie più grandi passioni in cucina: il forno, oramai mio fedele compagno di vita. Sarà che in cucina, fin da piccolo, ho iniziato a dilettermi proprio con ricette di torte e biscotti, ed è stato una sorta di imprinting. La magia che avviene all'interno di questo elettrodomestico per me non ha paragoni.

Cosa c'è di più squisito che sfornare del pane fatto in casa, con la buona fragranza che si diffonde nell'aria e il suono della crosta che, raffreddandosi, inizia un po' a scricchiolare?

Ricordo ancora benissimo il forno della casa a Caldaro, dove sono cresciuto. Inevitabilmente anche lì, come succede tuttora, era il posto dove riporre teglie e stampi di ogni forma per mancanza di spazio in dispensa. Quel forno ha accompagnato ogni ricordo della mia famiglia: quanti biscotti abbiamo sfornato nel corso degli anni, quanti strudel, quante pizze e quante torte!

Tutto ha avuto inizio grazie a un ricettario degli anni Ottanta, *I dolci si fanno così* – il suo costo allora era di 2.000 lire – che mi ha insegnato a preparare torte e dolci di ogni tipo. Ero piccolo quando ho cominciato a dilettermi autonomamente con quelle ricette, e ammetto che non tutte le ciambelle riuscivano con il buco. Qualche piccolo disastro capitava: un biscotto carbonizzato, una torta non cresciuta,

o peggio... cruda!, o quelle fatidiche volte in cui per sbaglio confondevo lo zucchero col sale e il dolce era immangiabile.

Subito dopo aver pubblicato *Il mio Natale altoatesino*, sentivo di avere ancora bisogno di ideare e scrivere nuove ricette. Sapevo già dentro di me che il tema sarebbe stato quello delle ricette da cuocere al forno. Non ho potuto che includere ricette di panificati, torte, biscotti e piatti da preparare direttamente in una pirofila.

Oltre alla cucina tipica e ai prodotti della tradizione altoatesina, che negli anni sono stati un mio caposaldo, nonché il filone portante dei miei contenuti, ho da sempre anche una grande passione per i lievitati, la pasta frolla e la besciamella – per riassumerla in poche parole.

Così, nel mio file word – per mesi intitolato "Libro 3" – ho raccolto nuove ricette che spaziassero proprio dal pane alle torte, dai biscotti a piccole sfiziosità dolci e salate, ai primi piatti e ai piatti unici da fare al forno.

Alcune sono ricette già realizzate in passato, che per questo ricettario ho voluto migliorare sotto ogni aspetto. Ci sono sicuramente forti influenze altoatesine, richiami ai miei anni di vita a Londra e a Parigi e tante ricette inedite che profumeranno le cucine in cui verranno preparate.

Il titolo INFORNO è arrivato grazie al gioco di parole tra "in forno" – abbreviazione di "ricette da cuocere in forno" – e "inforno" forma verbale.

Le ricette che troverete di seguito sono accessibili a tutti, non ci sarà nulla di troppo complicato; solo qualche passaggio a cui prestare attenzione o qualche tempo di attesa un po' lungo, soprattutto con i lievitati. Anche con questo libro l'effettocavada è garantito!

Prima di accendere la planetaria o di tirare fuori il burro dal frigo – vi dico solo che per la realizzazione di questo libro ne ho usati quasi quattro chili –, ho messo insieme delle informazioni che, spero, possano tornare utili e che possano guidarvi nella realizzazione delle ricette.

Ho preparato una sorta di inventario con tutti gli strumenti e gli accessori utili alla realizzazione dei piatti di questo ricettario – così avete modo di vedere gli stampi e di conoscerne le dimensioni –, delle guide passo per passo per foderare gli stampi, per dare le pieghe all'impasto, per suddividerlo in più parti con facilità e altre pratiche informazioni.

Sono sicuro che pagina dopo pagina, anche alla sola vista delle fotografie, vi verrà l'acquolina in bocca.

E ora... tre... due... uno... **INFORNO!**











# PIZZETTE MORBIDISSIME

Queste pizzette sono veramente, ma veramente morbide. C'è qualcosa di magico in queste piccole delizie, perché la loro vista mi fa venire l'acquolina in bocca (nonché la voglia di mangiarne un vassoio intero). Sapete qual è il segreto del loro impasto soffice? Le patate, grazie all'amido che contengono, conferiscono all'impasto una morbidezza unica. Qui le propongo con il classico topping a base di pomodoro, mozzarella e basilico: ma date pure libero sfogo alla fantasia!

## **30 pizzette**

**tempo di preparazione** 40 minuti

**tempo di lievitazione** 3 ore

**tempo di riposo** 12 ore

**tempo di cottura** 14 minuti

**coppapasta** 8 cm

## **per l'impasto**

300 g patate farinose pelate a cubetti

500 g farina di tipo 1

3,5 g lievito di birra disidratato  
(o 12 g lievito di birra fresco)

1 cucchiaino zucchero semolato

200 ml acqua

4 cucchiaini olio extravergine  
d'oliva

12 g sale fino

## **per condire**

200 g polpa di pomodoro

1 pizzico sale fino

1 cucchiaino olio extravergine  
d'oliva

1 cucchiaino origano essiccato

200 g mozzarella per pizza a cubetti

1 mazzetto basilico fresco

**1** In una pentola di acqua fredda portare a bollore le patate a cubetti e cuocerle per 14 minuti. Scolarle e farle raffreddare per 15 minuti all'interno dello scolapasta.

**2** Nella ciotola della planetaria mescolare, con un cucchiaino, la farina, il lievito di birra disidratato (se si usa quello fresco andrà sciolto nell'acqua) e lo zucchero.

**3** Schiacciare, con uno schiacciap patate, le patate nella ciotola. Versare l'acqua e l'olio extravergine d'oliva e impastare per 8 minuti con il gancio, fino a ottenere un impasto liscio ed elastico. Aggiungere il sale e impastare per un altro minuto.

**4** Ribaltare l'impasto sul piano da lavoro leggermente unto e dargli un paio di pieghe formando una palla. Porlo in una ciotola anch'essa leggermente unta, coprirlo con della pellicola o un piatto, farlo lievitare a temperatura ambiente per 2 ore e poi metterlo in frigorifero a riposare per 12 ore (fino a un massimo di 24 ore).

SEGUE A PAGINA 33 ➤











**5** Ribaltare l'impasto sul piano da lavoro e stenderlo, con l'aiuto di un matterello e un po' di farina, fino a uno spessore di 5 mm circa. Ritagliare le pizzette con un coppapasta del diametro di 8 cm e disporle su una teglia rivestita con carta da forno unta con un filo d'olio. Premere leggermente le pizzette con la punta delle dita dal centro verso l'esterno, lasciando un piccolo cornicione (come si farebbe con una classica pizza). Coprire le pizzette con un canovaccio e lasciarle lievitare per un'ora a temperatura ambiente.

**6** In una ciotola mescolare la polpa di pomodoro, il sale, l'olio extravergine d'oliva e l'origano. Spalmare un cucchiaino di polpa di pomodoro su ogni pizzetta, cospargere con la mozzarella a cubetti e aggiungere qualche foglia di basilico spezzettata.

**7** Cuocere in forno preriscaldato a 240 °C statico (220 °C ventilato) per 14 minuti, o finché le pizzette saranno ben dorate in superficie.

**8** Sfnare le pizzette, lasciarle raffreddare per alcuni minuti e servirle tiepide.





# VENTAGLI DI WÜRSTEL

Questa ricetta sa mettere sicuramente tutti d'accordo, in fondo a chi non piacciono i würstel? I ventagli di würstel sono semplicissimi da preparare e, il tempo in cui cuociono in forno, può essere impiegato per miscelare un buon cocktail con cui servirli.

## **4 ventagli**

**tempo di preparazione** 5 minuti

**tempo di cottura** 18 minuti

## **per i ventagli**

2 rotoli pasta sfoglia rettangolare

4 würstel

- 1** Dividere a metà, per la lunghezza, i rotoli di pasta sfoglia così da ottenere 4 rettangoli.
- 2** Avvolgere ogni würstel con un rettangolo di pasta sfoglia e adagiarlo su una teglia rivestita con carta da forno.
- 3** Tagliare, con una forbice da cucina, ogni würstel a fettine di 1,5 cm circa, aprendole e alternandole su ogni lato.
- 4** Cuocere in forno preriscaldato a 220 °C statico (200 °C ventilato) per 18 minuti.
- 5** Sforare i ventagli, lasciarli intepidire sulla teglia e servirli.



# SCONES SALATI

Una via di mezzo tra una piccola focaccina e un biscotto, gli scones sono, per tradizione, dei dolcetti da mangiare con la clotted cream, una panna densa, e con la confettura di fragole. Originari della Scozia, dove sono stati infornati per la prima volta agli inizi del Cinquecento, gli scones possono essere anche salati. All'impasto basta sostituire lo zucchero con un ingrediente salato, come del formaggio grattugiato. Gli scones sono da gustare appena sfornati, così da apprezzarne tutta la sofficità.

## **8 scones**

**tempo di preparazione** 5 minuti

**tempo di cottura** 14 minuti

### **per l'impasto**

220 g farina di tipo 00

½ cucchiaino sale fino

2 cucchiaini rasi lievito in polvere  
per salati

1 cucchiaino senape inglese in  
polvere (o senape classica)

50 g burro freddo a cubetti

50 g parmigiano grattugiato

2 cucchiari erba cipollina tritata  
finemente

150 g yogurt magro

### **per spennellare**

1 tuorlo

1 cucchiaino latte

**1** In una ciotola mescolare, con un cucchiaino, la farina, il sale, il lievito e la senape. Aggiungere il burro a cubetti e strofinarlo nella farina con la punta delle dita in modo da ottenere un composto sabbioso. Incorporare il parmigiano grattugiato e l'erba cipollina tritata. Aggiungere lo yogurt e mescolare con un cucchiaino fino a quando l'impasto inizierà a compattarsi (non andrà lavorato a lungo e non dovrà diventare liscio ed elastico).

**2** Compattare l'impasto con le mani sul piano da lavoro e stenderlo, con il matterello e un po' di farina, in un disco dello spessore di 3 cm circa. Tagliarlo in 8 spicchi e disporli su una teglia rivestita con carta da forno.

**3** In una ciotolina sbattere il tuorlo con il latte e spennellare gli scones in superficie.

**4** Cuocere in forno preriscaldato a 200 °C statico (180 °C ventilato) per 14 minuti.

**5** Sfnare gli scones, lasciarli raffreddare 10 minuti e servirli tiepidi.





Torte

# PLUMCAKE AL CAFFÈ E YOGURT

Il plumcake è un dolce della tradizione anglosassone che, in origine, era preparato con frutta essiccata, come ribes, uvetta e prugne, chiamata, almeno dalla metà del Seicento, con il nome generico di “plum”. Oggi esistono infinite varianti di plumcake, come questa mia versione al caffè e yogurt, soffice come una nuvola. È il dolce perfetto per la prima colazione o per la merenda pomeridiana.

## **1 plumcake**

**tempo di preparazione** 5 minuti

**tempo di cottura** 75 minuti

**stampo per plumcake**

8 × 21 cm

## **per l'impasto**

2 cucchiaini caffè solubile

100 g yogurt bianco naturale

4 uova a temperatura ambiente

250 g farina di tipo 00

50 g amido di mais

3 cucchiaini colmi lievito in polvere per dolci

200 g burro a temperatura ambiente

180 g zucchero semolato

1 pizzico sale fino

## **per ultimare**

1 cucchiaio burro fuso

1 cucchiaio zucchero a velo

**1** Sciogliere il caffè solubile nello yogurt, mescolando con un cucchiaino.

**2** In un robot da cucina con le lame inserite, unire lo yogurt col caffè, le uova, la farina, l'amido di mais, il lievito, il burro morbido, lo zucchero e il sale. Frullare per 3 minuti fino a ottenere un impasto omogeneo.

**3** Versare l'impasto in uno stampo per plumcake delle dimensioni di 8 × 21 cm foderato con carta da forno (vedere pagina 16).

**4** Spennellare abbondantemente con il burro fuso un tarocco e inserirlo al centro del plumcake, perpendicolarmente alla base, arrivando a toccare il fondo ed estrarlo (questo passaggio permette di ottenere, in modo uniforme, il classico taglio centrale del plumcake).

**5** Cuocere in forno preriscaldato a 180 °C statico (160 °C ventilato), nel livello più basso, per 15 minuti. Abbassare la temperatura a 160 °C (140 °C ventilato) e terminare la cottura per un'ora.

**6** Sfnare il plumcake, lasciarlo intiepidire nello stampo per 10 minuti, poi rimuoverlo dallo stampo e farlo raffreddare su una gratella.

**7** Spolverizzare il plumcake con un po' di zucchero a velo e tagliarlo a fette.

CONSERVAZIONE: in un portatorte a temperatura ambiente per 4 giorni.











# STRUDEL ALLE PERE, NOCI E CIOCCOLATO

Questa è una versione creativa dello strudel altoatesino di pasta frolla: pere, noci e cioccolato si incontrano in un ripieno ricco di gusto e golosità.

## 1 strudel

**tempo di preparazione** 20 minuti

**tempo di riposo** 1 ora

**tempo di cottura** 35 minuti

### per la pasta frolla

250 g farina di tipo 00

125 g burro freddo a cubetti

125 g zucchero a velo

scorza grattugiata di ½ limone biologico

semi di 1 baccello di vaniglia

1 uovo a temperatura ambiente

1 cucchiaino lievito in polvere per dolci

1 pizzico sale fino

### per il ripieno

4 pere williams

50 g zucchero semolato

50 g gocce di cioccolato fondente

30 g noci sgusciate

1 cucchiaino rum

1 cucchiaino estratto di vaniglia

3 cucchiaini cannella in polvere

scorza grattugiata di 1 limone biologico

1 cucchiaino burro

50 g pangrattato

### per ultimare

1 uovo sbattuto

1 cucchiaino zucchero a velo

**1** In un robot da cucina con le lame inserite, impastare la farina e il burro fino a ottenere un composto sabbioso. Aggiungere lo zucchero a velo, la scorza grattugiata di limone, i semi del baccello di vaniglia, l'uovo, il lievito e il sale e impastare per un minuto circa.

**2** Ribaltare la pasta frolla sul piano da lavoro e compattarla con le mani. Formare un mattoncino dalla forma piatta e avvolgerlo con della pellicola. Porlo in frigorifero a riposare per almeno un'ora.

**3** Nel frattempo sbucciare le pere ed eliminare il torsolo. Tagliarle a fette sottili, metterle in una ciotola con lo zucchero, le gocce di cioccolato, le noci, il rum, l'estratto di vaniglia, la cannella e la scorza grattugiata di limone e mescolare bene.

**4** In una padella antiaderente sciogliere il burro e tostare il pangrattato fino a quando sarà ben dorato. Scolare il ripieno a base di pere da eventuali liquidi e aggiungere il pangrattato tostato.

**5** Estrarre la pasta frolla dal frigorifero e stenderla sul piano da lavoro, con il matterello, in un rettangolo spesso 3 mm su un foglio di carta da forno cosparso con un po' di farina.

**6** Disporre al centro il ripieno e, aiutandosi con la carta da forno, ripiegare la pasta frolla verso il centro premendo lungo la linea di giunzione della pasta per chiudere uniformemente lo strudel. Ribaltare lo strudel in modo che la chiusura sia sul fondo e chiudere anche le estremità. Spennellarlo con l'uovo sbattuto

**7** Cuocere in forno preriscaldato a 180 °C statico (160 °C ventilato) per 35 minuti. Sforare lo strudel, lasciarlo intiepidire e servirlo con una spolverata di zucchero a velo.

CONSERVAZIONE: in un portatorte a temperatura ambiente per massimo 3 giorni o in frigorifero per una settimana.

# TORTA DELLA FORESTA NERA

Un tripudio di panna, cioccolato e amarene: questa è la torta della Foresta Nera. Il nome deriva proprio dall'omonima foresta della Germania, nota per i ciliegi che proprio lì, in passato, venivano piantati dalle coppie di novelli sposi. Tre strati di pan di Spagna al cacao farciti con panna montata e amarene sciroppate: un connubio irresistibile!

## 1 torta

**tempo di preparazione** 40 minuti

**tempo di cottura** 40 minuti

**tortiera** 24 cm

### per il pan di Spagna

8 uova a temperatura ambiente

200 g zucchero semolato

150 g farina di tipo 00

50 g amido di mais

50 g cacao amaro in polvere

1 pizzico sale fino

30 g burro fuso

1 cucchiaino estratto di vaniglia

### per la bagna

60 ml acqua

25 g zucchero semolato

5 cucchiaini sciroppo di amarene

2 cucchiaini kirsch (o maraschino)

### per farcire

800 ml panna fresca da montare

4 cucchiaini zucchero a velo

1 cucchiaino estratto di vaniglia

1 vasetto da 400 g di amarene  
sciroppate

30 g cioccolato fondente

**1** Separare gli albumi dai tuorli e montare questi ultimi con 100 g di zucchero. Montare gli albumi a neve con l'altra metà dello zucchero finché saranno lucidi e sodi.

**2** A parte mescolare la farina con l'amido di mais, il cacao amaro e il sale, setacciarli e incorporarli alla montata di tuorli in due volte, alternandoli agli albumi montati, mescolando dal basso verso l'alto con una spatola. Prelevare una piccola quantità di impasto e mescolarla con il burro fuso e l'estratto di vaniglia. Incorporare questa miscela all'impasto.

**3** Versare l'impasto in una tortiera con cerniera del diametro di 24 cm imburata e foderata sul fondo con carta da forno.

**4** Cuocere in forno preriscaldato a 180 °C statico (160 °C ventilato) per 40 minuti. Sforare la torta e lasciarla raffreddare completamente.

**5** Preparare la bagna portando a ebollizione, in un pentolino, l'acqua e lo zucchero. Lasciare intiepidire e aggiungere lo sciroppo di amarene e il kirsch.

**6** In una ciotola montare con le fruste elettriche la panna con lo zucchero a velo e l'estratto di vaniglia.

**7** Tagliare la torta in tre strati. Bagnare il primo strato con la bagna al kirsch, spalmarvi un terzo della panna montata e adagiarvi alcune amarene. Coprire con il secondo strato di pan di Spagna, bagnarlo e farcirlo come il precedente. Aggiungere l'ultimo strato di pan di Spagna, bagnarlo e coprirlo con la panna, conservandone un po' per la decorazione.

**8** Riempire con la rimanente panna una sac à poche dalla bocchetta a stella e realizzare una dozzina di ciuffi sulla circonferenza della torta. Decorare ogni ciuffo con un'amarena e grattugiare un po' di cioccolato fondente al centro della torta.

CONSERVAZIONE: in un portatorte in frigorifero per 5 giorni.





1ª edizione 2022

© Athesia Buch Srl, Bolzano

**Revisione e correzione:** Milena Macaluso

**Foto:** Lucia Iannone e Claudiu Frasiloaia (Frollemente), Torino  
Stefano Cavada (pagine 11, 27, 32, 78, 99, 121, 206)

**Design e layout:** Athesia-Tappeiner Verlag

**Elaborazione immagini:** Typoplus, Frangarto

**Stampa:** Printer, Trento

**Carta:** copertina Free Vellum White e volume Tauro Offset

Per essere sempre aggiornati

[www.athesia-tappeiner.com](http://www.athesia-tappeiner.com)

Siamo lieti di ricevere domande e suggerimenti

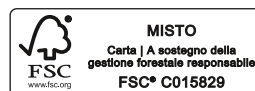
[casa.editrice@athesia.it](mailto:casa.editrice@athesia.it)

ISBN 978-88-6839-643-5

ISBN 978-88-6839-644-2 (e-Book)

Immagine di quarta di copertina

Torta della Foresta Nera, ricetta a pagina 146







*Inforno. 60 prelibatezze dolci e salate da cuocere al forno*  
è il terzo libro di ricette di Stefano Cavada, cuoco e food influencer altoatesino. Le ricette contenute nel libro sono studiate appositamente per essere preparate, come il titolo suggerisce, al forno, elettrodomestico fedele compagno di molte delle pietanze che Stefano ama cucinare. Suddiviso in sei capitoli – *Piccole bontà, Pane, Primi, Piatti unici, Torte e Biscotti* – il volume, corredato di foto, contiene anche una preziosa guida con utili consigli da mettere in atto per ottenere l'infornata perfetta.

ISBN 9978-88-6839-643-5



9 788868 396435

[athesia-tappeiner.com](http://athesia-tappeiner.com)

25 € (I/D/A)