

Guido Tommasi Editore

FROZEN YOGURT



it mylk





IT MYLK

. 7 .

FROZEN YOGURT

. 23 .

FROZEN SANDWICH

. 77 .

YOGURT COMPOSTI

. 89 .

MILK-SHAKE E LASSI

. 109 .

TORTE E DOLCETTI

. 135 .





STORIA DEL FROZEN YOGURT

I PRIMISSIMI FROZEN YOGURT

Il frozen yogurt, chiamato allora “Frogurt”, è stato inventato in New England, negli Stati Uniti, negli anni Settanta dalla H.P. Hood, società americana specializzata in prodotti caseari. Nel 1978 la catena di ristoranti Brigham's (gelati, sandwich e caramelle), con sede a Boston, commercializza con il nome di Humphreez Yogart il primo frozen yogurt confezionato individualmente. Nello stesso momento, Dannon, la filiale americana del gruppo Danone, risponde con la creazione di Danny, un bastoncino di yogurt gelato al lampone coperto da una glassa di cioccolato fondente. Ma il successo deve ancora arrivare. Per i consumatori dell'epoca, questo prodotto, anche se più sano di un gelato classico, assomiglia troppo a uno yogurt tradizionale, dal gusto acido e non abbastanza dolce.

LE PRIME CATENE DI FROZEN YOGURT

Negli anni Ottanta nascono le prime catene produttrici di frozen yogurt, con un prodotto meno amaro, più dolce, nuove ricette e nuovi gusti che fanno quasi dimenticare che si tratta sempre di yogurt. The Country's Best Yogurt (TCBY) e I Can't Believe It's Yogurt aprono un punto vendita dopo l'altro in tutto il paese. La moda è lanciata, i consumatori seguono la tendenza fitness e i prodotti light. La vendita di frozen yogurt si incrementa del 200% tra la metà degli anni Ottanta e l'inizio degli anni Novanta. Alla fine degli anni Novanta, però, la mania è in calo, i produttori di gelati tradizionali reagiscono e immettono sul mercato i gelati light, che rendono subito meno attraente il frozen yogurt.

L'INVASIONE DEL FROZEN YOGURT NEGLI USA

A metà degli anni Duemila, una seconda ondata di frozen yogurt dilaga negli Stati Uniti, con l'arrivo di importanti protagonisti ancora oggi leader mondiali del mercato. Nel gennaio del 2005 la marca Pinkberry, lanciata da una coppia di americani di origine coreana, Shelly Hwang e Young Lee, apre il primo negozio a Los Angeles. Il successo è immediato ed è amplificato da starlette americane come Paris Hilton. La coda è interminabile e provoca nella zona ingorghi che, naturalmente, alimentano a loro volta il passaparola. Nel settembre del 2006 si inaugura un secondo negozio: oggi ce ne sono più di 220 in tutto il mondo. Nel 2007 la società sudcoreana Red Mango apre a sua volta un primo punto vendita negli Stati Uniti: oggi nel mondo se ne contano 190.

IL FROZEN YOGURT ALLA CONQUISTA DEL PIANETA

Dal 2010 il frozen yogurt è partito alla conquista del mondo. In Inghilterra, Germania, Spagna, Francia, Cina le insegne si moltiplicano e il frozen yogurt cavalca l'onda del cibo sano e del piacere senza sensi di colpa. Contemporaneamente si assiste all'innovazione e alla creazione di un numero sempre crescente di gusti e topping. Latte di soia, yogurt greco, bacche di goji, negozi self-service: il frozen yogurt si reinventa ogni giorno...



Lait pasteurisé
Bouteille 1 litre 1,46





LE ATTREZZATURE PER IL FROZEN YOGURT FATTO IN CASA

LA GELATIERA

Per realizzare il frozen yogurt possono essere utilizzati due tipi di gelatiere: quella ad accumulo e quella autorefrigerante. Qualunque sia il modello, il principio è abbastanza semplice. Basta versare la preparazione* nella gelatiera e mantecare per 20-30 minuti, secondo la potenza dell'apparecchio e la quantità di frozen yogurt. Per ottenere un frozen yogurt più simile al gelato, mettetelo nel congelatore fino a ottenere la consistenza desiderata.

— La gelatiera ad accumulo

Il suo prezzo la rende più abbordabile dell'autorefrigerante ed è reperibile presso tutti i negozi di elettrodomestici. Dato che non produce freddo, prima di ogni utilizzo è necessario mettere il contenitore che accumula il freddo nel congelatore per 12 ore.

— L'autorefrigerante

Riservata di solito ai professionisti, è più costosa e ingombrante, ma non richiede un tempo di raffreddamento e permette, volendo, di realizzare una dopo l'altra diverse ricette di frozen yogurt.

IL CONGELATORE

Il frozen yogurt può essere realizzato in casa anche senza gelatiera. Basta mettere la preparazione* in un recipiente ermetico che possa andare nel congelatore, chiuderlo e lasciare che il composto si addensi per circa 4 ore (anche qui il tempo dipende dalla potenza del congelatore e dalla quantità di frozen yogurt). Tuttavia è assolutamente indispensabile, e quindi vincolante, estrarre la preparazione dal congelatore ogni ora per mescolarla con la frusta. Questa fase è fondamentale per evitare la formazione di cristalli e ottenere una consistenza ariosa.

IL FRULLATORE (> GELATO ESPRESSO!)

Un trucco per realizzare il frozen yogurt casalingo senza gelatiera e in 5 minuti: usare frutta surgelata e un frullatore. Il principio è semplice: passare nel frullatore la frutta surgelata e la preparazione*. Attenzione a estrarre la frutta dal congelatore solo all'ultimo momento, in modo che rimanga congelata. Se avete tempo, mettete gli yogurt nel congelatore 15 minuti prima di iniziare la ricetta. Non frullate troppo a lungo, in modo da avere una preparazione omogenea ma senza perdere la consistenza gelata. Per un risultato più sodo, trasferite il frozen yogurt in un recipiente adatto e tenetelo per un'ora nel congelatore. È anche possibile congelare la frutta da sé: basta tagliarla in pezzi grossi, metterli in un contenitore adatto e lasciarli nel congelatore per circa 4 ore.

* Ricette di frozen yogurt alle pagine 24-26.







COMPOSIZIONE E DECORAZIONE

PRESENTAZIONE

— Tipo Sundae (alla "it mylk")

Attrezzatura: tasca da pasticciare con bocchetta a stella.

Contenitore: coppetta svasata o stampo per cupcake colorato, da completare con un topping.

Procedimento: mettete la tasca nel congelatore un'ora prima dell'utilizzo. Al momento della composizione fate attenzione: è freddissima, mettetevi i guanti.

— Pallina (il classico)

Attrezzatura: cucchiaino da gelato.

Contenitore: coppetta o piatto.

Procedimento: variate la dimensione delle palline.

Fatene anche di piccole, usando un cucchiaino...

o anche spiedini di palline usando lunghi stecchini di legno.

— Quenelle (di tendenza)

Attrezzatura: due cucchiaini grandi.

Contenitore: piatto.

Procedimento: estraete il frozen yogurt 15 minuti prima di servirlo per farlo ammorbidire un po' e renderlo più facile da lavorare. Formate le quenelle con due cucchiaini grandi, passando il gelato da un cucchiaino all'altro e levigando bene la superficie. Per ottenere quenelle molto lisce, immergete i due cucchiaini nell'acqua calda e, prima di servirle, lisciate ancora una volta la superficie.

Suggerimento: per i meno temerari, esistono cucchiaini da gelato a forma di quenelle.

IDEE PER DECORARE

— Bandierine divertenti

Attrezzatura: stuzzicadenti + scotch colorato + forbici.

1. Tagliate una striscia di scotch colorato di 5 cm.
2. Mettete al centro della striscia uno stuzzicadenti.
3. Piegate e incollate insieme i due lati della striscia.
4. Ritagliate una V all'estremità della striscia di scotch.
5. Inserite la bandierina nel dolce o nel frozen yogurt.

— Cannucce rivisitate

Da immergere in un milk-shake.

Attrezzatura: cannuccia + scotch colorato + forbici.

1. Rivestite una cannuccia tradizionale con lo scotch colorato, avvolgendoglielo intorno di sbieco.
2. Tagliate i pezzi di scotch in eccesso alle estremità della cannuccia.
3. Inserite la cannuccia decorata nel milk-shake.





FROZEN YOGURT CON TORTA AL LIMONE

BASE AL NATURALE + TOPPING TORTA AL LIMONE

per 6 frozen yogurt
preparazione 45 minuti
cottura 1 ora e 45 minuti



800 g DI FROZEN YOGURT AL NATURALE *

lemon curd

180 g DI SUCCO DI LIMONE

10 g DI MAIZENA

3 UOVA

200 g DI SCIROPPO D'AGAVE

meringhe

2 ALBUMI

150 g DI ZUCCHERO

crumble

40 g DI BURRO

A TEMPERATURA AMBIENTE

40 g DI ZUCCHERO

40 g DI FARINA

40 g DI FARINA DI MANDORLE

attrezzatura

2 TASCHE DA PASTICCERE, 1 BOCCHETTA
A STELLA, E 1 BOCCHETTA PICCOLA LISCIA



** In 800 g di frozen yogurt al naturale ci sono circa 500 g di yogurt cremoso, 200 ml di crème fraîche liquida, 80 g di zucchero... e nient'altro. La ricetta è a pagina 24.*

PREPARAZIONE

Mettete le tasche e le bocchette a raffreddare nel congelatore per qualche minuto.

LEMON CURD

Portate a leggera ebollizione il succo di limone in una casseruola e spegnete il fuoco. In una ciotola sbattete le uova con la maizena e lo sciroppo d'agave fino a ottenere una preparazione liscia. Unite il succo di limone e fate addensare in una casseruola a fuoco medio, mescolando con un cucchiaino di legno. Lasciate raffreddare.

MERINGHE

Montate a neve ferma gli albumi con 75 g di zucchero. Unite il resto dello zucchero e mescolate delicatamente. Rivestite una teglia con la carta forno. Con un cucchiaino formate piccole meringhe, distanziandole abbastanza perché non si attacchino in cottura. Cuocete per 20 minuti a 120°C, poi per 1 ora a 100°C. Quando le meringhe sono fredde, sbriciolatele.

CRUMBLE

Mescolate burro e zucchero con la punta delle dita. Aggiungete la farina e le mandorle macinate e lavorate con le mani fino a ottenere una pasta frolla. Fate riposare in frigorifero per 10 minuti, quindi sistemate le briciole di pasta su un foglio di carta forno e infornate a 200°C per 15 minuti.

COMPOSIZIONE

Se il frozen yogurt è già pronto, estraetelo 10 minuti prima. Riempite una tasca fredda. Formate i gelati come nella foto (Sundae) e cospargete di briciole di meringa e di crumble. Con l'altra tasca formate sui frozen yogurt delle palline di lemon curd. Servite subito.



LA PARENTESI PIGRA DI MARCEL

Sostituite le meringhe fatte in casa con 6 cucchiaini di mini-meringhe già pronte.





MINI-CHEESECAKE

SENZA COTTURA

per 6 persone
preparazione 30 minuti
cottura 10-12 minuti
riposo 1 ora e 15 minuti, raffreddamento 6 ore



crema

720 g DI FORMAGGIO FRESCO TIPO
PHILADELPHIA
1 BACCELLO DI VANIGLIA
180 g DI CASSONADE
1 LIMONE GIALLO NON TRATTATO
350 ml DI PANNA FRESCA

biscotti bretoni

120 g DI FARINA
90 g DI BURRO
85 g DI ZUCCHERO
2 PIZZICHI DI SALE
2 PIZZICHI DI LIEVITO
2 TUORLI GRANDI
1 BACCELLO DI VANIGLIA

attrezzatura

6 CERCHI DI 8 CM DI DIAMETRO
1 FRUSTA ELETTRICA



PREPARAZIONE

Mettete nel congelatore la frusta dello sbattitore e la ciotola in cui monterete la panna. Estraete il formaggio dal frigorifero perché sia più morbido da lavorare.

BISCOTTI BRETONI

Dividete a metà per il lungo il baccello di vaniglia e prelevate i semi. Sfregate con le mani la farina, il sale, il lievito, i semi di vaniglia e il burro tagliato a pezzetti, fino a ottenere grosse briciole. Aggiungete lo zucchero e continuate a sbriciolare. Formate la fontana, unite i tuorli, copriteli di pasta e schiacciate il tutto con il palmo della mano. Coprite nuovamente con la pasta e ripetete l'operazione fino a quando le uova sono completamente incorporate. Appiattite leggermente la palla di pasta, avvolgetela nella pellicola e conservatela in frigorifero per 1 ora. Scaldate il forno a 180°C. Estraete la pasta e lavoratela di nuovo per ammorbidirla. Infarinare il piano di lavoro e il matterello, quindi stendete la pasta allo spessore di 1 cm. Usando i cerchi ricavate dei dischi e disponete ogni disco insieme al cerchio nella teglia rivestita di carta forno. Infornate per 10-12 minuti. Lasciate raffreddare per 15 minuti.

CREMA

Montate la panna e conservatela in frigorifero. In un altro recipiente mescolate con la frusta elettrica il formaggio fresco, i semi del baccello di vaniglia, la cassonade, il succo e la scorza grattugiata del limone. Incorporate la panna con la spatola. Distribuite il composto sui biscotti, nei cerchi, e conservate in frigorifero per 6 ore. Togliete i dolci dai cerchi e servite ben freddo.

LA PRESENTAZIONE DI CHEF MARCEL



Grattugiate finemente la scorza di limone sulle mini-cheesecake, copritele con uno strato sottile di lemon curd o di yuzu curd (vedi pagina 38-40), o anche con un coulis di frutti rossi.





INDICE DELLE RICETTE

FROZEN YOGURT

frozen yogurt al naturale.....	24
frozen yogurt aromatizzato	26
topping.....	28
coulis.....	30
frozen yogurt con granola	32
frozen yogurt con tarte tatin.....	34
frozen yogurt con torta di fragole.....	36
frozen yogurt con torta al limone.....	38
frozen yogurt con yuzu.....	40
frozen yogurt con cioccolata calda	42
frozen yogurt con pesche al rosmarino.....	44
frozen yogurt con crème brûlée	46
frozen yogurt con caramello e arachidi caramellate	48
frozen yogurt con cioccolato e marroni	50
frozen yogurt con caramello e churros	52
frozen yogurt con miele e noci.....	54
frozen yogurt con tè imperial	56
frozen yogurt cheesecake.....	58
frozen yogurt cookie dough e dulce de leche	60
frozen yogurt al latte di pecora.....	62
frozen yogurt con mango e limone verde.....	64
frozen yogurt alla soia	66
frozen yogurt con lamponi e noci pecan	68
frozen bircher.....	70
frozen yogurt con miele e ciliegie	72
frozen yogurt con cioccolato bianco e ribes	74

FROZEN SANDWICH

frozen sablés	78
frozen yogurt con cialde	80
frozen cookies	82
frozen brownies	84
frozen spéculoos	86

YOGURT COMPOSTI

yogurt con pralinato	90
yogurt con tè verde	92
yogurt con caramelle alla fragola	94
yogurt bircher	96
yogurt con sciroppo d'acero	98
yogurt con crema di marroni.....	100
yogurt con mango e cioccolato	102
yogurt con cetriolo	104
yogurt con zuccheri profumati.....	106

MYLK-SHAKE E LASSI

milk-shake alla vaniglia	110
milk-shake alla fragola.....	112
milk-shake al dulce de leche.....	114
milk-shake per la colazione	116
milk-shake verde spinaci-kiwi-spirulina	118
milk-shake verde mela verde e cavolo riccio	120
milk-shake al pistacchio	122
milk-shake pralinato	124
milk-shake al cacao e pera.....	126
milk-shake con spéculoos	128
lassi alla melagrana e banana.....	130
lassi con menta e fleur de sel.....	132

TORTE E DOLCETTI

cheesecake magro	136
cheesecake con spéculoos, vaniglia e noci pecan	138
cheesecake con pere e caramello	140
mini-cheesecake	142
dolcetti morbidi allo yogurt.....	144
dolce allo yogurt.....	146
dolce al formaggio bianco	148
cupcake allo yogurt con doppia vaniglia	150
cupcake allo yogurt e limone.....	152
riso al latte allo yogurt.....	154
mousse di formaggio bianco	156

it mylk



it mylk

**IL FROZEN YOGURT È GELATO
ALLO YOGURT.**

**IL FROZEN YOGURT DI IT
MYLK È GELATO ALLO YOGURT
MA...LEGGERO E CREMOSO.**

**SCOPRITE LA RICETTA DEL
FROZEN YOGURT FATTO
IN CASA E I TOPPING PER
GUARNIRE IL VOSTRO
GELATO.**

**+ LE MIGLIORI RICETTE
ALLO YOGURT DI IT MYLK:
CHEESECAKE MAGRO,
MILK-SHAKE VERDE,
CUPCAKE ALLO YOGURT...**

www.itmylk.fr

22,50 € IVA INCLUSA
ISBN: 978 88 67530 397



9 788867 530397



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it