

Guido Tommasi Editore



Melissa Forti



# Live, Love, Bake

Ricette nuove e classiche italiane,  
inglesi e francesi per torte,  
biscotti e altri dolci

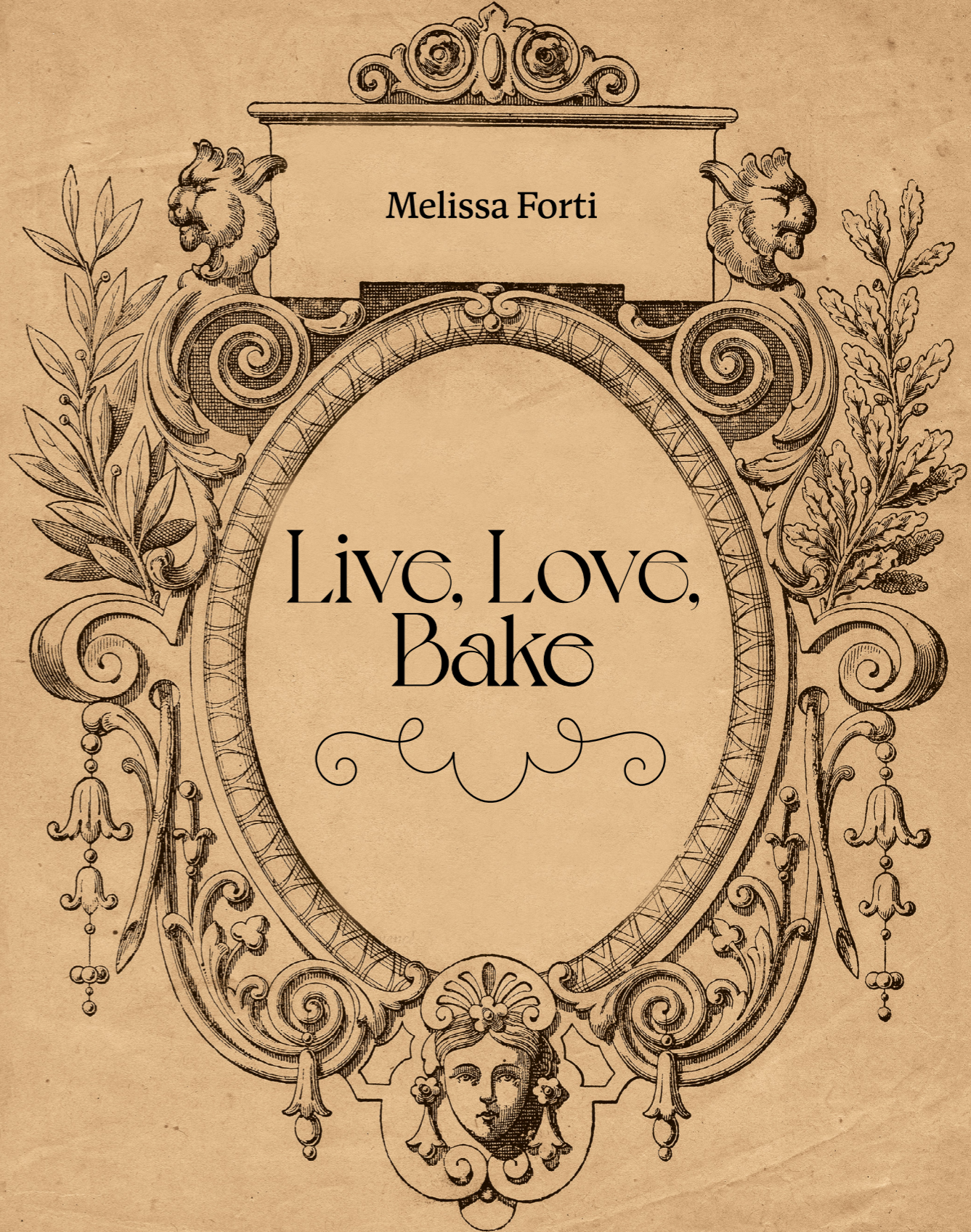
*Melissa Forti*



FOTOGRAFIE  
Giovanna Di Lisciandro

Melissa Forti

Live, Love,  
Bake



A mia mamma





Mi chiamo Melissa Forti e faccio torte. Questo è quello che faccio, e così è come voglio presentarmi.

Ho fatto un sacco di cose dall'inizio della mia carriera, compreso aprire e gestire la mia prima piccola pasticceria a Sarzana, diventata poi una sala da tè e ispirazione per il mio primo libro, *Il senso di Melissa per le torte*. Molto è cambiato da allora e questo è il terzo libro, ma mi considero ancora una persona che fa torte. Ho iniziato così e, si spera, continuerò su questa strada ancora per molti anni.

La mia vita, fino a ora, è stata una escalation di grandi traguardi e anche di delusioni, perché la vita è fatta così. Ma con il vero spirito di "pick yourself up, dust yourself off, start all over again" ("rialzati, datti una spolverata, inizia tutto da capo", la mia versione preferita di questa canzone è della cantante jazz Anita O'Day), ho continuato a lavorare su questa cosa bellissima che è la mia esistenza con l'entusiasmo di una ragazzina. Nonostante ciò, e qui vi dico la verità, ci sono state anche un sacco di lacrime e sudore. Di recente ho aperto Café Duse a Copenhagen, in Danimarca, uno dei miei progetti più ambiziosi fin'ora. Accolgo ogni nuova impresa nel modo più umile possibile e le considero tutte monumentali, ma questa ha segnato la mia crescita personale e professionale come nessun'altra prima. Come essere umano e come donna, sento di essere a un punto di svolta

e il desiderio di raccontare la mia storia continua a crescere ogni giorno di più.

Coloro che mi conoscono sanno che il mio stile è semplice, sincero e onesto. Per me la perfezione è molto di più che l'aspetto di una torta. Per essere perfetta una torta deve risvegliare tutti i nostri sensi, ma cosa più importante, deve parlare alle nostre emozioni. Questo è quello che amo della pasticceria: come ci permette di ricordare un tempo passato, persone che amiamo o luoghi che abbiamo visitato e come ci regala momenti di piacere nel presente, aiutandoci a creare una nuova visione del futuro. La pasticceria mi dà l'opportunità di usare sapori, profumi e consistenze per esprimere la storia e la tradizione attraverso i miei occhi e di esplorare il mio passato, guardare il mio presente e sbirciare nel mio futuro. Con questa idea in mente, ho diviso le ricette del libro in tre capitoli – Passato, Presente e Futuro, dove il terzo capitolo è dedicato a tutte le persone che hanno intolleranze alimentari, come quella al glutine, così come a coloro che hanno preso la decisione consapevole di cambiare le loro abitudini alimentari. C'è uno spazio per tutti e tutti dovrebbero sentirsi parte della narrazione. L'inclusione e la connessione sono ciò che desidero per il futuro.

con amore,  
**MELISSA**



# PASSATO

CASSOLA ROMANA .....	20
TORTA ALLA RICOTTA E VISCIOLE ROMANA .....	22
FRITTELLE DI MELE .....	24
MILLEFOGLIE .....	26
ZEPPOLE DI SAN GIUSEPPE AL FORNO PER LA FESTA DEL PAPÀ .....	30
CROSTATA MORBIDA DELLA NONNA .....	36
PIZZETTE ROSSE ROMANE .....	38
BOMBOLONI .....	40
SUGOLI .....	42
RISOLATTE .....	44
MARITTOZZI ROMANI .....	46

FRAPPE AL FORNO .....	50
VENTAGLI .....	52
BABKA AL CIOCCOLATO .....	56
PROFITEROLES .....	60
BISCOTTI AI PINOLI .....	64
BRIOCHE COL TUPPO .....	66
TARTE TROPÉZIENNE .....	70
BUDINI DI RISO .....	74
LA MIA MARBLE CAKE .....	78
TORTA MARGHERITA .....	80
BISCOTTI PER IL TÈ .....	82

# PRESENTI

SCONES PER IL TÈ SENZA UOVA .....	88
BIGNÈ MIGNON .....	90
MIGNONS ALLA FRUTTA .....	94
TORTA TIRAMISÙ A MODO MIO .....	98
TORTA RED VELVET DI MELISSA .....	102
LA MIA TORTA ALLE CAROTE .....	106
MIGNONS AL LIMONE E PINOLI .....	110
BISCOTTI OCCHI DI BUE .....	114
MIGNONS AL CAFFÈ .....	116
TORTA SAPORE DI SICILIA .....	120
FETTE AL LIMONE .....	124
TORTA AL PISTACCHIO E CIOCCOLATO .....	126
TORTA AL CAFFÈ .....	128
TORTA DI COMPLEANNO ALLE CILIEGIE E MANDORLE .....	130

TORTA MERINGATA .....	134
BOSTON CREAM PIE .....	138
TORTA AL CIOCCOLATO 1000 STRATI .....	142
BISCOTTI KRUMIRI .....	148
TORTA DI PRIMAVERA .....	150
LOAF MARMORIZZATO AL TÈ MATCHA E COCCO .....	154
BAKEWELL TART PER LA MIA AMICA LEILA .....	156
TORTA AL PISTACCHIO E MIELE .....	158
TORTA MANDORLE E CIOCCOLATO .....	160
BISCOTTI ALL'ACQUA DI ROSE .....	162
MERINGHE .....	166
TORTA MOUSSE ALLA RICOTTA E GOCCE DI CIOCCOLATO E FRAGOLE .....	168
TORTA MAZZINI .....	172

# FUTURO

TORTA AL LIMONE E MIRTILLI .....	178
L'UNICA TORTA AL CIOCCOLATO VEGANA DI CUI AVETE BISOGNO .....	180
CROSTATA FRANGIPANE ALLE ALBICOCHE .....	182
TORTA BUNDT AL LIMONE .....	186
FETTE DI ZENZERO .....	188
BIGNÈ ALLA CREMA CHANTILLY .....	190
TORTA QUADRATA AI MIRTILLI .....	192
SCONES VEGANI .....	194
FLAN VEGANO .....	196
BISCOTTI DI NATALE .....	200
TORTA AL CIOCCOLATO E NOCCIOLE .....	202
TORTA A STRATI AL LIMONE .....	204
GALETTE ALLE ALBICOCHE .....	208

BISCOTTI ALLE MANDORLE .....	210
LOAF 4/4 .....	212
BISCOTTI MORBIDI ALLE MANDORLE .....	214
BISCOTTI ALLO ZAFFERANO E LIMONE SENZA UOVA .....	216
TORTA VANIGLIA E FRAGOLE .....	218
DEPRESSION ERA CHOCOLATE CAKE .....	220
VICTORIA SPONGE .....	222
LOAF AL LIME VERDE E COCCO .....	224
QUADRATI AL LIMONE .....	226
TORTA ALLE PERE E CIOCCOLATO .....	228
TORTA ALLE BANANE E CREMA AL FORMAGGIO .....	230
BISCOTTI RUGOSI AL CIOCCOLATO .....	232

# Torta alla ricotta e visciole romana

## INGREDIENTI

Per 1 torta da 20 cm e circa 8 porzioni

### Per l'impasto

- 385 g di farina
- 226 g di burro, freddo e tagliato a pezzetti
- 160 g di zucchero
- 5 tuorli di uova biologiche grandi
- 1 cucchiaino di estratto o pasta di vaniglia (o i semi di 1 bacca di vaniglia)

### Per il ripieno

- 550 g di ricotta di pecora o di latte vaccino
- 160 g di zucchero
- 1 uovo biologico grande
- 1 cucchiaino di liquore all'amaretto
- 1 cucchiaino e ½ di estratto o pasta di vaniglia (o i semi di 1 bacca e ½ di vaniglia)
- 360 g di confettura di visciole

**NOTA** Io preferisco torte alte, ma se non disdegnate una torta più bassa, potete cuocerla in uno stampo da 22 cm.

Una delle comunità ebraiche più antiche del mondo è quella che arrivò a Roma intorno al I secolo a.C. Quando due culture si uniscono e condividono lo stesso territorio la fusione culturale è inevitabile. E nel caso degli ebrei a Roma direi grazie al cielo! Ancora oggi la cucina ebraica romana è, più di tutte le altre, una delle più apprezzate a Roma – e nel mondo. L'integrazione è così radicata che ho impiegato anni a capire che alcuni piatti che pensavo fossero propriamente romani erano in realtà il risultato di uno dei matrimoni culinari più interessanti. E questa ricetta non è da meno. Durante la festa di Shavuot, gli ebrei erano soliti preparare vari piatti usando i latticini, ma la bolla papale del 1555 aveva posto numerose restrizioni sulla comunità ebraica, incluso il divieto di vendere ai cristiani qualsiasi prodotto derivato dal latte. Come risultato i pasticceri nel Ghetto ebraico iniziarono a ricoprire la loro famosa crostata di ricotta e visciole con uno strato di impasto, riuscendo a eludere i controlli. È per questo motivo che la crostata alla ricotta è così diversa da quelle che conosciamo oggi che non sono coperte.

Non è un segreto che io amo usare la ricotta nelle mie torte e a Roma questo latticino è fenomenale! Per questa ricetta vi consiglio di usare la ricotta migliore che riuscite a trovare.

**PROCEDIMENTO** Ungete uno stampo a cerniera da 20 cm.

Per l'impasto disponete la farina su un piano di lavoro. Aggiungete il burro e sbriciolatelo con le mani nella farina fino a raggiungere una consistenza sabbiosa (cercate di avere le mani fredde mentre fate questa operazione, altrimenti il burro si scioglierà). Create un incavo al centro e aggiungete lo zucchero, le uova e la vaniglia. Incorporate tutti gli ingredienti con le mani e create un panetto di impasto (in alternativa, miscelate la farina e il burro in un robot da cucina e azionate fino ad avere una consistenza sabbiosa, poi unite lo zucchero, le uova e la vaniglia e amalgamate il tutto). Dividete l'impasto in due pezzi, copriteli con pellicola e metteteli in frigorifero per 1 ora.

Preriscaldate il forno a 180°C.

Per il ripieno, unite la ricotta, lo zucchero, l'uovo, il liquore all'amaretto e la vaniglia in una ciotola capiente. Amalgamate il tutto con una spatola di gomma.

Quando l'impasto è freddo, con un matterello stendete ciascun pezzo in cerchi di 20 cm di diametro su un piano di lavoro leggermente infarinato. Posizionate un cerchio sulla base dello stampo e fatelo aderire anche ai bordi. Spalmate uniformemente sul fondo prima la confettura di visciole poi il composto di ricotta. Posizionate l'altro cerchio sopra il ripieno e chiudete i bordi pizzicando con le dita. Cuocete per 40–50 minuti o finché la superficie è ben dorata. Deve sembrare quasi bruciata, elemento distintivo di questa crostata. Mettetela sopra una griglia e lasciatela raffreddare completamente prima di sformarla.



## ALTRE LEZIONI

### CHE IMPARO GIORNO PER GIORNO:

1. Considera il passato come una lezione per capire come vuoi vivere il presente.
2. Il presente non è mai spaventoso. Dovete semplicemente affrontarlo.
3. Crescere implica lasciare andare parti di quello che eri un tempo. E lasciare andare è una delle armi più importanti da avere nella vita.
4. Accettate chi siete e lavorate su chi volete diventare.
5. Abbiamo tutti dei problemi, ma nel nostro presente possiamo lavorare su noi stessi, adattando il modo con cui approcciamo i pensieri e ci relazioniamo con gli altri.
6. Qualsiasi cosa fate, fatela con amore.
7. Ogni giorno è potenzialmente un nuovo inizio.
8. Abbiate il coraggio di ribellarvi.
9. Abbiate il fegato di dire di no.
10. Non fate quello che fanno gli altri e non seguite i trend. Al contrario, fate semplicemente quello che volete fare nel modo in cui volete farlo. Fatevi ispirare da altri, ma sviluppate voi stessi.
11. Cercate di andare a letto ogni sera contenti di quello che è successo quel giorno. Se dovete cambiare qualcosa, avrete tempo di farlo domani, ma domani deve ancora arrivare, quindi per ora, dormite.

Post Office

PLACE  
STAMP HERE  
DOMESTIC  
ONE CENT  
FOREIGN  
TWO CENTS

# IL PRESENTE

## di Melissa

Io ho una relazione molto particolare con la mia frangetta. Me la sono sempre tagliata molto corta quando mi sentivo emancipata, ambiziosa ed energica. Era una dichiarazione più che altro, un modo per dirmi “sono coraggiosa, sono forte!”.

D’altro canto, mi lascio crescere la frangia ogni volta che mi sentivo triste, non motivata o persa. Mentre scrivo questo libro, la mia frangia è più lunga, e sto pensando di sbarazzarmene completamente – dopo 25 anni! La cosa divertente è che questa volta sto contemplando di farmela crescere non perché mi senta triste o persa, ma perché ho imparato che non devo essere dura o ambiziosa per trovare il mio scopo o per mettermi alla prova. Ho anche imparato che niente è più importante del presente e che affrontare il presente con un approccio più dolce, un’attitudine più comprensiva e indulgente verso me stessa e il mondo circostante, mi spinge a tradurre il mio cambiamento interiore in una nuova acconciatura. Non sarà facile però. È difficile lasciare andare chi siamo stati. È disorientante, inquietante e fa paura, ma in realtà, se ci pensate, il presente è tutto quello che abbiamo.

Sono cresciuta e forse questo è quello che mi ha spaventata di più. È facile creare un ambiente sicuro e rimanerci. Avere il coraggio di andare avanti è difficile, e capisco ora di essere stata terrorizzata per molto tempo! Dopo un sacco di panico e lacrime, ho imparato a volare più in alto e concedermi l’opportunità di diventare chi sono destinata a essere – una donna che naviga una nuova vita.

Il mio presente definisce la mia carriera all’estero ancora di più del mio passato. Sebbene abbia iniziato il mio viaggio nella mia Italia, e ci lavoro ancora oggi, la mia carriera ha sempre avuto un elemento internazionale. Non è stato qualcosa che ho pianificato; è successo così e ne sono molto grata. Avere la possibilità di presentare le mie torte in Italia e nel mondo mi dà il privilegio di condividere alcune delle tradizioni della mia terra, così come anche tutto ciò che ho imparato durante i miei viaggi.

Café Duse è il traguardo di cui vado più fiera. È il luogo dove finalmente riesco a vedere la nuova versione di me.



Come in ogni ricetta, lì trovo tutti gli ingredienti: le mie torte, la mia vita, il mio stile, la mia visione e la mia attenzione alla qualità e ai dettagli. Café Duse rappresenta tutto quello che ho preparato e per cui ho lavorato dall'inizio della mia carriera. È un luogo dove i clienti possono conoscere me e la mia storia attraverso le ricette e ogni piccolo dettaglio che ho personalmente selezionato. Duse sono io ma cresciuta.

Il presente ora mi appare meno spaventoso perché ho imparato che il cambiamento è una buona cosa ed è necessario per prosperare. Il presente è spesso corrotto dal nostro passato e dalle nostre preoccupazioni per il futuro, ma ne vale davvero la pena? Ora, ogni giorno, mi concentro sul presente. Focalizzo sul qui e ora perché è veramente tutto quello che abbiamo. Quando sogno di aprire altri negozi, mi rendo conto che sto abbandonando il presente e quindi mi fermo e penso a quello che ho ora. Il resto verrà, se continuo a muovermi.

“Niente è apprezzato di più che il valore della giornata”

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

Non mi preoccupo di quello che dovrei diventare o di mettermi costantemente alla prova. Mi rifiuto di passare il mio presente preoccupandomi del mio futuro. Il mio presente è per conoscermi, ma soprattutto, è per le mie torte. Quando cucino, ogni parte di me è felice. Mi sento soddisfatta, fortunata, non ho paura di niente e l'unica cosa di cui mi preoccupo nel futuro prossimo è quanto tempo deve cuocere la torta nel forno. Lavoro un giorno alla volta, cercando di fare quello che fa felice il mio cuore, e il futuro si formerà da sé.

Sono impaziente di vedere dove mi porterà il futuro, ma ora come ora, sto semplicemente vedendo come si svolge il viaggio.

# Scones per il tè senza uova

## INGREDIENTI

### Per 12 scones

- 380 g di farina 00
- 3 cucchiaini di zucchero
- 1 cucchiaino di lievito chimico
- 1 cucchiaino di bicarbonato di sodio
- Un pizzico di sale
- 100 g di burro, freddo e tagliato a pezzetti
- 250 ml di latticello

**NOTA** Se non riuscite a trovare il latticello, fatelo in casa: unite 240 ml di latte intero e 3 cucchiaini di aceto bianco, mescolate e lasciate riposare finché il latte caglia. Mescolate prima di usarlo al posto del latticello normale.

Per scones dorati in superficie, sbattete un uovo con un goccio di latte e spennellate il composto su ciascun scone prima di infornare.

Potete fare scones più piccoli, ma dovrete regolare il tempo di cottura.

**H**o lasciato un pezzo di cuore in Scozia e lì rimarrà. Quando ero ragazza, ero ossessionata da qualsiasi cosa fosse scozzese, dai tessuti e la sua storia fino ai castelli e i suoi paesaggi, ma soprattutto, le cornamuse. Ogni volta che le sento suonare, piango come una bambina. La storia degli scones risale al 1500, quando venivano cotti in grandi cerchi e poi tagliati in quarti e cotti sulla griglia. Gli scones scozzesi sono diversi da quelli inglesi, che spesso contengono frutta, uova e zucchero. Da anni uso questa ricetta. È più scozzese che inglese, poiché non ha uova e meno zucchero, il che rende il biscotto bilanciato, sia salato sia dolce, abbastanza rustico e delizioso. Mi piace sempre fare degli scones irregolari, ben lievitati e con un tocco di sapore. Se riuscite a trovare la *clotted cream* o panna rappresa, servite gli scones appena sfornati con una generosa cucchiaiata di panna e un cucchiaino di confettura di fragole, come da tradizione. Ma se non riuscite a trovarla, anche il mascarpone funziona.

**PROCEDIMENTO** Preriscaldate il forno a 200°C e rivestite una teglia con della carta forno.

Unite la farina 00, lo zucchero, il lievito chimico, il bicarbonato di sodio e il sale nella ciotola di un robot da cucina. Mescolate velocemente con un cucchiaio, poi aggiungete il burro e azionate il robot fino a ottenere un composto sabbioso. Fate attenzione a non lavorarlo troppo; il segreto per scones soffici è mescolare e lavorare l'impasto il meno possibile. Trasferitelo in una ciotola capiente e aggiungete il latticello, poi mescolate il tutto delicatamente ma velocemente con una forchetta o un cucchiaio fino a ottenere un impasto grezzo.

Fate cadere l'impasto su un piano di lavoro leggermente infarinato e raccoglietelo a palla. Sembrerà granuloso, grumoso e scomposto ma non vi preoccupate: deve essere così. Premetelo con le mani fino a ottenere una sfoglia grezza di circa 3 cm di spessore e tagliate la pasta in cerchi usando un coppapasta tondo e con scanalature di 5 cm di diametro (a questo punto potete coprire gli scones con pellicola e congelarli per 3 mesi, per poi cuocerli direttamente).

Sistemate gli scones sulla teglia e cuocete per circa 10 minuti, o fino a quando sono leggermente dorati. Sfornate, mettete la teglia su una griglia e fate raffreddare velocemente gli scones. Serviteli caldi e sappiate che sono buonissimi mangiati il giorno stesso.







# Torta al cioccolato e nocciole

VEGANO  
E SENZA  
GLUTINE

## INGREDIENTI

Per 1 torta da 20 cm  
e circa 10 porzioni

### Per la torta

- 130 g di avena senza glutine
- 70 g di nocciole intere
- 1 cucchiaio di cacao amaro in polvere
- 55 g di olio di cocco
- 2 cucchiaini di sciroppo d'acero

### Per il ripieno

- 600 ml di latte di cocco intero
- 90 g di sciroppo d'acero
- 2 cucchiaini di olio di cocco
- 1 cucchiaino e ½ di estratto o pasta di vaniglia (i semi di 1 bacca e ½ di vaniglia)
- 480 g di cioccolato fondente vegano, almeno al 65% di cacao, tagliato grossolanamente

**C**he posso dire di questa ricetta? È un classico e penso che vada assaggiata, non spiegata. In più, è bellissima da guardare. Non siete d'accordo?

**PROCEDIMENTO** Per la torta, preriscaldate il forno a 170°C. Spennellate uno stampo a cerniera da 20 cm con olio di cocco o olio vegetale.

Unite l'avena, le nocciole e il cacao in polvere nella ciotola di un robot da cucina e lavorate per amalgamarli. Aggiungete l'olio di cocco e lo sciroppo d'acero e azionate ancora il robot per incorporarli. Formate un impasto con le mani (sarà umido) e premetelo delicatamente sul fondo dello stampo. Cuocete per circa 10 minuti, o fino a quando è dorato. Sfornate e mettete lo stampo su una griglia per far raffreddare la torta mentre preparate il ripieno.

Per il ripieno, unite il latte di cocco, lo sciroppo d'acero, l'olio di cocco e la vaniglia in una casseruola media su fuoco medio. Quando il composto è caldo, aggiungete il cioccolato e mescolate fino a quando è completamente sciolto. Togliete la casseruola dal fuoco e lasciate raffreddare per circa 8 minuti. Versate il composto di cioccolato nello stampo a cerniera e mettete in frigorifero per almeno 3 ore per farlo rassodare. Togliete la torta dal frigorifero 20 minuti prima di servirla, sformatela aprendo la cerniera, e decoratela dando sfogo alla vostra creatività.



# INDICE

## A

### ALBICOCCHIE

Crostata frangipane alle albicocche .....	182
Galette alle albicocche .....	208
Mignons alla frutta .....	94

### AMARETTO

Torta alla ricotta e visciole romana .....	22
--	----

### ANANAS

La mia torta alle carote .....	106
--------------------------------	-----

### ARANCE

Biscotti alle mandorle .....	210
Biscotti di Natale .....	200
Brioche col tupper .....	66
Budini di riso .....	74
Cassola romana .....	20
Fette di zenzero .....	188
La mia torta alle carote .....	106
Risolatte .....	44
Tarte Tropézienne .....	70
Torta di primavera .....	150

## B

### BANANE

Torta alle banane e crema al formaggio .....	230
--	-----

### BARRETTE

Fette al limone .....	124
Fette di zenzero .....	188
Torta quadrata ai mirtilli .....	192

### BIGNÈ

Bignè alla crema chantilly .....	190
Bignè mignon .....	90
Profiteroles .....	60
Zeppole di San Giuseppe al forno per la festa del papà ..	30

### BISCOTTI

Biscotti ai pinoli .....	64
Biscotti all'acqua di rose .....	162
Biscotti alle mandorle .....	210
Biscotti allo zafferano e limone senza uova .....	216
Biscotti di Natale .....	200
Biscotti krumiri .....	148
Biscotti morbidi alle mandorle .....	214
Biscotti occhi di bue .....	114
Biscotti per il tè .....	82
Biscotti rugosi al cioccolato .....	232
Frappe al forno .....	50
Ventagli .....	52

### BRIOCHE

vedi anche: PASTA LIEVITATA

### BUDINI

Flan vegano .....	196
Risolatte .....	44
Sugoli .....	42

## C

### CAFFÈ

Biscotti rugosi al cioccolato .....	232
L'unica torta al cioccolato vegana di cui avete bisogno ....	180
Mignons al caffè .....	116
Torta al caffè .....	128
Torta al cioccolato 1000 strati .....	142
Torta tiramisù a modo mio .....	98

### CILIEGIE

Bakewell tart per la mia amica Leila .....	156
Torta alla ricotta e visciole romana .....	22
Torta di compleanno alle ciliegie e mandorle .....	130
Zeppole di San Giuseppe al forno per la festa del papà ....	30

### CIOCCOLATO

Babka al cioccolato .....	56
Bignè mignon .....	90
Biscotti per il tè .....	82
Biscotti rugosi al cioccolato .....	232
Boston Cream Pie .....	138
Depression Era Chocolate Cake .....	220
L'unica torta al cioccolato vegana di cui avete bisogno ....	180
Meringhe .....	166
Profiteroles .....	60
Torta al cioccolato 1000 strati .....	142
Torta al cioccolato e nocciole .....	202
Torta al pistacchio e cioccolato .....	126
Torta alle pere e cioccolato .....	228
Torta mandorle e cioccolato .....	160
Torta mousse alla ricotta e gocce di cioccolato e fragole .....	168
Torta sapore di Sicilia .....	120

### COCCO

L'unica torta al cioccolato vegana di cui avete bisogno ....	180
Loaf al lime verde e cocco .....	224
Loaf marmorizzato al tè matcha e cocco .....	154
Torta al cioccolato e nocciole .....	202

### CONFETTURA

Bakewell tart per la mia amica Leila .....	156
Biscotti occhi di bue .....	114
Crostata morbida della nonna .....	36
Torta alla ricotta e visciole romana .....	22
Torta di compleanno alle ciliegie e mandorle .....	130
Victoria Sponge .....	222

## F

### ECLAIRS

Bignè alla crema chantilly .....	190
Mignons al caffè .....	116

## F

### FLAN

Flan vegano .....	196
-------------------	-----

### FRAGOLE

Torta di primavera .....	150
Torta meringata .....	134
Torta mousse alla ricotta e gocce di cioccolato e fragole .....	168
Torta vaniglia e fragole .....	218
Victoria Sponge .....	222

### FRUTTI DI BOSCO

Mignons alla frutta .....	94
Millefoglie .....	26
Torta al limone e mirtilli .....	178
Torta al pistacchio e miele .....	158
Torta quadrata ai mirtilli .....	192
vedi anche: FRAGOLE	

## L

### LIME

Loaf al lime verde e cocco .....	224
----------------------------------	-----

### LIMONI

Bakewell tart per la mia amica Leila .....	156
Bignè mignon .....	90
Biscotti ai pinoli .....	64
Biscotti allo zafferano e limone senza uova .....	216
Brioche col tupper .....	66
Budini di riso .....	74
Cassola romana .....	20
Crostata morbida della nonna .....	36
Fette al limone .....	124
Fette di zenzero .....	188
Frappe al forno .....	50
Frittelle di mele .....	24
Loaf 4/4 .....	212
Maritozzi romani .....	46
Mignons al limone e pinoli .....	110
Mignons alla frutta .....	94
Quadrati al limone .....	226
Risolatte .....	44

Tarte Tropézienne .....	70
Torta a strati al limone .....	204
Torta al limone e mirtilli .....	178
Torta al pistacchio e miele .....	158
Torta alle banane e crema al formaggio .....	230
Torta Bundt al limone .....	186
Torta di primavera .....	150
Torta Mazzini .....	172
Torta quadrata ai mirtilli .....	192
Torta vaniglia e fragole .....	218

## M

### MANDORLE

Bakewell tart per la mia amica Leila .....	156
Biscotti ai pinoli .....	64
Biscotti alle mandorle .....	210
Biscotti morbidi alle mandorle .....	214
Crostata frangipane alle albicocche .....	182
Torta di compleanno alle ciliegie e mandorle .....	130
Torta di primavera .....	150
Torta mandorle e cioccolato .....	160
Torta Mazzini .....	172

### MASCARPONE

Torta a strati al limone .....	204
Torta sapore di Sicilia .....	120
Torta tiramisù a modo mio .....	98

### MELE

Frittelle di mele .....	24
-------------------------	----

### MERINGHE

Meringhe .....	166
Torta meringata .....	134

### MIELE

Biscotti krumiri .....	148
Brioche col tupper .....	66
Torta al pistacchio e cioccolato .....	126
Torta al pistacchio e miele .....	158
Torta mandorle e cioccolato .....	160

## N

### NOCCIOLE

Torta al cioccolato e nocciole .....	202
--------------------------------------	-----

### NOCI PECAN

La mia torta alle carote .....	106
--------------------------------	-----

## P

### PASTA CHOUX

Mignons al caffè .....	116
Zeppole di San Giuseppe al forno per la festa del papà ....	30
vedi anche: BIGNÈ	

### PASTA FRITTA

Bomboloni .....	40
Frittelle di mele .....	24

### PASTA LIEVITATA

Babka al cioccolato .....	56
Brioche col tupper .....	66
Maritozzi romani .....	46
Tarte Tropézienne .....	70

### PASTA SFOGLIA

Millefoglie .....	26
Torta Mazzini .....	172
Ventagli .....	52

### PERE

Torta alle pere e cioccolato .....	228
------------------------------------	-----

### PINOLI

Biscotti ai pinoli .....	64
Mignons al limone e pinoli .....	110

### PISTACCHI

Torta al pistacchio e cioccolato .....	126
Torta al pistacchio e miele .....	158

### PIZZA

Pizzette rosse romane .....	38
-----------------------------	----

### POMODORI

Pizzette rosse romane .....	38
-----------------------------	----

### PUREA DI MELE

L'unica torta al cioccolato vegana di cui avete bisogno .....	180
Torta Bundt al limone .....	186

## R

### RICOTTA

Cassola romana .....	20
La mia marble cake .....	78
Torta alla ricotta e visciole romana .....	22
Torta mousse alla ricotta e gocce di cioccolato e fragole .....	168
Torta sapore di Sicilia .....	120

### RISO

Budini di riso .....	74
Risolatte .....	44

### RUM

Brioche col tupper .....	66
Cassola romana .....	20
Frittelle di mele .....	24
Millefoglie .....	26

### SCONES

Scones per il tè senza uova .....	88
Scones vegani .....	194

### TARTELLETTE

Budini di riso .....	74
Mignons al limone e pinoli .....	110
Mignons alla frutta .....	94

### TORTE E CROSTATE

Babka al cioccolato .....	56
Bakewell tart per la mia amica Leila .....	156
Boston Cream Pie .....	138
Cassola romana .....	20
Crostata frangipane alle albicocche .....	182
Crostata morbida della nonna .....	36
Depression Era Chocolate Cake .....	220
Fette di zenzero .....	188
Galette alle albicocche .....	208
L'unica torta al cioccolato vegana di cui avete bisogno .....	180
La mia marble cake .....	78
La mia torta alle carote .....	106
Loaf 4/4 .....	212
Loaf al lime verde e cocco .....	224
Loaf marmorizzato al tè matcha e cocco .....	154
Quadrati al limone .....	226
Tarte Tropézienne .....	70
Torta a strati al limone .....	204
Torta al caffè .....	128
Torta al cioccolato e nocciole .....	202
Torta al cioccolato 1000 strati .....	142
Torta al limone e mirtilli .....	178
Torta al pistacchio e cioccolato .....	126
Torta al pistacchio e miele .....	158
Torta alla ricotta e visciole romana .....	22
Torta alle banane e crema al formaggio .....	230

Torta alle pere e cioccolato .....	228
Torta Bundt al limone .....	186
Torta di compleanno alle ciliegie e mandorle .....	130
Torta di primavera .....	150
Torta mandorle e cioccolato .....	160
Torta margherita .....	80
Torta Mazzini .....	172
Torta meringata .....	134
Torta mousse alla ricotta e gocce di cioccolato e fragole .....	168
Torta Red Velvet di Melissa .....	102
Torta sapore di Sicilia .....	120
Torta tiramisù a modo mio .....	98
Torta vaniglia e fragole .....	218
Victoria Sponge .....	222

### ZENZERO

Biscotti di Natale .....	200
Fette di zenzero .....	188

© EDIZIONE ITALIANA  
Guido Tommasi Editore  
Datanova S.r.l., 2024

Tutti i diritti riservati  
www.guidotommasi.it

TRADUZIONE  
Valeria Cecilia Barbon

REVISIONE  
Anita Ravasio

CORREZIONE BOZZE  
Zino Malerba

GRAFICA EDIZIONE ITALIANA  
Leida Federico

Vietata ogni riproduzione,  
totale o parziale, su qualunque  
supporto, in particolare  
la fotocopia e il microfilm,  
senza l'esplicita autorizzazione  
scritta dell'Editore.

ISBN 978 88 6753 446 3

Stampato in Unione Europea



Edizione originale: "Live, Love, Bake"  
© Prestel Verlag,  
Munich · London · New York, 2024  
Neumarkter Strasse 28 · 81673 Munich  
www.prestel.com  
A member of Penguin Random House  
Verlagsgruppe GmbH  
Published by arrangement  
with Berla & Griffini Rights Agency

**TESTI**

© Melissa Forti, 2024

**FOTOGRAFIE**

© Giovanna Di Lisciandro, 2024

**DESIGN E LAYOUT**

Isabella Mancioi

**PRODUTTORE CREATIVO**

Chiara Panetti

**ASSISTENTE DI FOTOGRAFIA**

Martina D'Andrea, Melania Commodo, Giulia Gerosa

**POST-PRODUZIONE**

Lorenzo Bataloni, Samuele Donnini

**FOOD STYLIST**

Giovanna Di Lisciandro

**STYLIST**

Emma Danieli

**MAKE-UP E HAIR STYLIST**

Noemi Turrini

**GRAZIE A**

Barbara Natalucci, Benedetta Canale