

LO SPECIALISTA

del "FREE from"

MAURIZIO DE PASQUALE È UN NOME ORMAI NOTO AL MONDO DELLA PASTICCERIA E PANIFICAZIONE ARTIGIANALE INTERESSATO A SVILUPPARE PRODOTTI IN LINEA CON GLI ATTUALI STILI DI VITA. IN QUESTE PAGINE L'ESPERTO CI PROPONE INTERESSANTI RICETTE PER UNA COLAZIONE DAVVERO ALTERNATIVA

Maurizio studia a Milano e proviene dal mondo economico-bancario. Nella metropoli conosce Paola, interprete, e tra loro nasce un'intesa che, dopo qualche anno, li conduce all'altare. Sua moglie è figlia d'arte, il padre infatti possiede una storica pasticceria a Casorate Primo, in provincia di Pavia, dove lei, fin da bambina, entra in contatto il mondo dell'arte bianca e del cioccolato. Nel 2007, con la crisi economica alle soglie, Maurizio De Pasquale decide di dare una svolta alla sua vita. Lascia l'ambito dell'economia per tuffarsi in quello dolciario, frequenta corsi di formazione presso la Boscolo Etoile e da lì inizia ad appassionarsi profondamente alla pasticceria, anche da un punto di vista scientifico. Comincia la sua collaborazione con la Facoltà di Agraria di Milano e intraprende studi mirati alla laurea in Scienze e tecnologia della ristorazione. «Ho iniziato un percorso sulle intolleranze alimentari che alla fine è diventato il mio punto di forza.

Collaboro con l'Istituto di medicina biologica di Milano, in particolare con il professor Di Fede, che mi ha permesso di mettere a punto delle produzioni di pasticceria ideali per chi soffre di intolleranze o per chi, semplicemente, cerca un'alimentazione alternativa».

“

LA PASTICCERIA, PIÙ CHE LA CUCINA, DEVE ESSERE RICONTESTUALIZZATA AGLI ODIERNI STILI DI VITA. OCCORRE RIDURRE IL CONTENUTO DI ZUCCHERI E GRASSI DEI NOSTRI DOLCI E TROVARE MATERIE PRIME ALTERNATIVE

”

Maurizio è stato pioniere nel proporre – in primis nel suo locale – una pasticceria salustica e alternativa, sostenuta da una forte ricerca scientifica. E oggi è diventato un punto di riferimento in materia, offrendo docenze e consulenze a livello nazionale e internazionale.

È ORA DI CAMBIARE CANALE

«Sono fermamente convinto – spiega Maurizio – che sia giunto il momento di adeguare le abitudini alimentari ai mutati stili di vita. Oggi la maggior parte delle persone fa una vita sedentaria quindi non necessita delle calorie di cui invece ha bisogno chi svolge lavori di fatica, come muratori o contadini. Gran parte della popolazione si nutre in modo errato, introducendo quotidianamente troppi zuccheri e grassi rispetto al fabbisogno giornaliero. A ciò si aggiunge la smodata produzione industriale che ha portato a un appiattimento dell'offerta, a un impoverimento dei nutrienti e a elaborati ricchi di additivi e sostanze artificiali. La sovrassaturazione dell'organismo, dovuta a un eccessivo consumo di latticini e derivati, alimenti ricchi o arricchiti di glutine, ha causato un aumento delle intolleranze alimentari, fino alla celiachia e alle allergie gravi. Dobbiamo cercare canali alternativi a quelli proposti dall'industria di massa e tornare alle vecchie abitudini, tipo il "venerdì di magro", ossia il giorno della settimana in cui si sfiora il digiuno, consentendo all'organismo di smaltire le "scorie" accumulate durante la settimana».



VERSO UNA NUOVA PASTICCERIA

Anche la pasticceria, anzi, la pasticceria più che la cucina, deve essere ricontestualizzata agli odierni stili di vita. Occorre ridurre il contenuto di zuccheri e grassi dei nostri dolci e trovare materie prime alternative, per non dover rinunciare a un appagante dessert a fine pasto o a uno snack goloso. Teniamo presente che il diabete, insieme al cancro, è il grande

male di questo secolo e si sta diffondendo in età sempre più giovanile.

DA DOVE SI INIZIA?

La stragrande maggioranza della pasticcerie italiane, però, sono reticenti all'idea di avvicinarsi a questo settore. Tale "timore" è spesso dovuto alla mancanza di cultura e formazione in materia. Del resto, in tale ambito, non è possibile improvvisare, perché non si



COME SI È EVOLUTA NEGLI ULTIMI ANNI LA COLAZIONE FUORI CASA?

«Sempre di più – lo vedo anche nella mia pasticceria, racconta Maurizio – aumenta la richiesta di una colazione più leggera, povera di zuccheri, con meno grassi e ricca di fibre. La prima colazione è il pasto più importante della giornata, ed è il momento in cui si ha bisogno di fare scorta energetica da consumare durante la giornata. Anche i bar, le pasticcerie e gli hotel hanno recepito il messaggio. Il croissant vegano è il più richiesto, ha farine poco raffinate e zuccheri alternativi. Ben vengano i dolci colorati, a patto che i coloranti derivino dal mondo vegetale e siano naturali. In termini di bevande è importante evitare o comunque alternare al latte, ampiamente acidificante, bevande naturali a base di frutta e verdura, senza dimenticare il tè o le bevande a base di mandorla, soia e riso».

Maurizio De Pasquale, chef di Orlandi Pasticceria

IDENTIKIT

PASTICCERIA ORLANDI
PIAZZA MIRA CARLO 3
27022 CASORATE PRIMO (PV)
TEL. +39 02/9056384
WWW.ORLANDIPASTICCERIA.COM



può “giocare” con la salute delle persone. Dedicarsi alla produzione di linee per intolleranti, infatti, significa, dedicarsi alla ricerca e scoperta di nuovi ingredienti, allestire spazi appositi, ribilanciare le ricette e rimodulare i metodi produttivi. Per farlo, è necessario partire dallo studio della natura degli ingredienti e delle reazioni fisico-chimiche di ciascun componente in relazione ad altri ingredienti e al nostro organismo.



TECNICA

Sappiamo che il problema tecnologico delle farine senza glutine è che non danno struttura all'impasto. Il problema però si può risolvere ribilanciando la ricetta con amidi – di mais, riso o frumento deglutinato – fibre – come inulina (cicoria), fibra di agrumi o bamboo – e in alcuni casi addensanti naturali, ossia cellulose provenienti dal mondo vegetale – come la Cmc – o idrocolloidi – come xantano e farina di guar. In sostanza, dobbiamo ricreare quella catena proteica che negli impasti classici viene prodotta dal glutine. È possibile ricreare anche “l'effetto” delle uova. Per l'albume è sufficiente aggiungere agli impasti acqua e proteine della soia, mentre per il tuorlo basta

lavorare con le lecitine, per esempio di girasole. In questo servizio vi propongo dei croissant fatti con un “finto” burro, derivato dalla cristallizzazione di un olio insaturo dove l'acqua è ben legata grazie ai liposomi, ossia lecitine concentrate. Per avere risultati simili al burro si possono adottare anche certi escamotage, come aggiungere amido al posto del tuorlo, oppure polpa di banana o mela. Sostituendo il burro non avrò dunque grassi saturi, né colesterolo, ma, attenzione, aumenterà l'apporto calorico. In alternativa al latte, che presenta una proteina molto lunga ed elastica, posso usare in ricetta del latte di soia addizionato a proteine di soia o fibre. Parliamo di zuccheri: in natura ne esistono tantissimi che possono sostituire il classico saccarosio, come lo sciroppo d'agave, d'acero, i vari malti o gli zuccheri d'uva. Dobbiamo però considerare i diversi poteri dolcificanti e ribilanciare la ricetta nel caso si usino degli sciroppi.



MATERIE PRIME

Oggi tutte le materie prime specializzate sono più o meno reperibili sul mercato, anche tramite l'acquisto online. Il

problema riguarda più che altro il costo dei piccoli formati, parliamo di sacchetti da mezzo chilo o da chilo. Ma se acquistiamo, per esempio, un sacco di farina di quinoa da 25 kg, già si conta un risparmio notevole. Per quanto riguarda la scelta di farine con glutine, dobbiamo preferire quelle integrali o di tipo 2, ricche di fibre e sostanze che fanno bene al nostro organismo, come Omega-3 e Omega-6, contenuti nel germe di grano. Abbiamo un'ampia offerta anche di farine senza glutine – come di grano saraceno, baobab, fico d'india, amaranto, riso, quinoa, mais ecc. – per il resto si tratta di scoprirle e provarle, verificando la reologia della materia prima. Altro dato importante da verificare è che siano ufficialmente certificate, per evitare il rischio di contaminazioni crociate. Ogni mattina evado circa 700 cornetti tra tradizionali, vegani con glutine o senza, con margarina o burro da cristallizzazione di olio di girasole. Questi ultimi, dato l'elevato costo di produzione, escono a un prezzo di 2,40 euro al pezzo.



ORGANIZZAZIONE E TECNOLOGIA

Nella mia pasticceria la produzione

“salustica” rappresenta circa il 40%. Servo quotidianamente importanti forniture sulle piazze di Milano, Vigevano e Pavia. E non potrei farlo se non mi avvalessi della catena del freddo, date anche le ridotte dimensioni del mio laboratorio. Lavoriamo 7 giorni su 7, cominciando alle 4:30 del mattino. La produzione copre sempre i cinque giorni successivi, rispondendo alle necessità del negozio, che raggiunge i massimi picchi di vendita nei periodi delle ricorrenze e in agosto. Sono ampiamente soddisfatto delle aziende che oggi offrono una tecnologia sempre più compatta ed efficiente: mi riferisco alle macchine, ai forni e agli abbattitori di temperatura che consentono di svolgere molteplici funzioni in piccoli spazi.



PRESENTAZIONE & MARKETING

Al di là del passaparola, trovo che i social media siano un'importante fonte di business. Tramite internet è possibile far conoscere i propri prodotti potenzialmente in tutto il mondo. Grazie alle nostre produzioni particolari, siamo riusciti a conquistare nicchie di



PRODURRE LINEE PER INTOLLERANTI SIGNIFICA DEDICARSI ALLA RICERCA DI NUOVI INGREDIENTI, ALLESTIRE SPAZI DEDICATI, RIBILANCIARE LE RICETTE E RIMODULARE I METODI PRODUTTIVI



mercato provenienti anche dall'estero. Sto anche frequentando un corso di fotografia perché ho notato che sul web un'immagine comunica più di qualsiasi parola. Anche quando si scatta con il cellulare è importante rispettare alcune regole di base, ne va della nostra immagine e reputazione. Altro punto a mio favore è quello di parlare fluentemente la lingua inglese, riuscendo così a farmi conoscere da chiunque e interagire con tutti all'estero, dai committenti delle consulenze agli allievi nelle dimostrazioni.

FIBREPAST FARMO PER TORTE E PASTICCINI GLUTEN FREE

È un'esclusiva miscela per realizzare facilmente e con ottimi risultati torte, biscotti, pasticcini e tanti altri dolci senza glutine, buoni come quelli preparati con farine tradizionali. Composto da ingredienti selezionati, garantisce **ottima tenuta dell'impasto, buona lievitazione, elevata elasticità**, semplificando la lavorazione. Per creare delizie artigianali di alta qualità. **Marcato con il logo di GF-certified** (certificazione GlutenFree), è disponibile nella pratica confezione da **15 kg per usi professionali**.
www.farmo.com



LA TECNICA DEL CROISSANT VEGANO

guarda il video
della tecnica

1. Fate il lievitino aggiungendo del lievito al latte di soia. Lasciate riposare per 1,5 ore.



2. Il giorno precedente realizzate un burro vegan impastando farina ai cereali o integrale, olio di girasole e liposomi.



3. Stendete il burro vegan in uno stampo quadrato coperto di pellicola e fate cristallizzare in frigorifero per 12 ore circa.



4. Realizzate il secondo impasto, unendo al primo il lievitino, la farina di tipo 2, il burro vegan, il lievito fresco e il sale.



5. Incassate nell'impasto il burro vegan con glutine, dopo averlo steso nella sfogliatrice.



6. Date all'impasto le prime 2 pieghe da 3.



7. Date quindi l'ultima piega da 4.



8. Tagliate i triangoli con l'apposito attrezzo.



9. Arrotolate i croissant velocemente lasciando le punte diritte.



CROISSANT VEGAN

Poolish a 13 ore

400 g › Farina integrale
oppure 10 Cereali
400 g › Acqua
1 g › Lievito fresco

Nel pomeriggio amalgamate in planetaria tutti gli ingredienti. Lasciate riposare in frigorifero a +4°C per tutta la notte.

Idrolisi a 12 ore

1200 g › Farina integrale
oppure 10 Cereali
700 g › Acqua

Sempre nel pomeriggio, impastate brevemente l'acqua con la farina, coprite e mettete in frigorifero a +4°C.

Secondo impasto

400 g › Farina integrale o 10 Cereali
30 g › Lievito fresco

320 g › Burro vegan

300 g › Sciroppo d'agave o d'acero
40 g › Sale

1000 g › Burro vegan da incasso

Alle 8:00 del mattino unite l'impasto poolish con l'idrolisi e tutti gli ingredienti del secondo impasto, eccetto il burro da incasso.

Alle 12:00 incassate il grasso. Fate la prima piega da 3 a mano, poi le 2 pieghe da 3 (di seguito) con la sfogliatrice (altezza 7). Alle 15:00 tirate fuori l'impasto e rifate una piega da 4 (altezza 4). Stendete infine l'impasto a un'altezza di 3-4 mm e formate i croissant. Cuocete in forno ventilato a 160°C per 22 minuti (umidità 10%).

PARAMETRI

15 minuti Tempo di impasto
26°C Temperatura di lievitazione
75 Umidità relativa di lievitazione

BURRO VEGAN
PER CORNETTI

200 g › Burro di cacao
295 g › Olio di girasole, oliva o riso
90 g › Farina integrale W400
90 g › Farina tipo 2 W380
95 g › Acqua
30 g › Liposomi

Sciogliete il burro di cacao fino a 34°C. Mettetelo in planetaria e aggiungete l'olio a filo. Amalgamate bene e unite le farine, i liposomi e l'acqua. Colate in stampi quadrati bassi e lasciate cristallizzare per una notte a +4°C. Togliete dagli stampi e rimettete il burro in planetaria con foglia per renderlo plastico.

IL PROTAGONISTA

CROISSANT VEGAN TOP SENZA GLUTINE

2.400 g › Fibreplast o Lp
450 g › Latte di soia
200 g › Burro vegan senza glutine
1500 g › Zucchero
100 g › Fibra di patata
40 g › Sale

210 g › Burro di cacao
300 g › Sciroppo di glucosio
60 g › Lievito
600 g › Burro vegan senza glutine
da incasso
1500 g › Acqua

Impastate tutti gli ingredienti salvo il burro. Lasciate riposare per 2 ore, poi stendete l'impasto, incassate il burro vegan e fate le pieghe desiderate. Cuocete a 170°C per 15 minuti, con umidità del 10%.



BURRO VEGAN SENZA GLUTINE

200 g › Burro di cacao
295 g › Olio di girasole, oliva o riso
90 g › Farina di grano saraceno
90 g › Farina di riso
95 g › Acqua
30 g › Liposomi

Sciogliete il burro di cacao fino a raggiungere i 34°C. Mettetelo in planetaria e aggiungete l'olio a filo. Amalgamate bene e incorporate le farine, i liposomi e l'acqua. Colate in stampi quadrati bassi e mettetelo a cristallizzare per una notte a +4°C. Togliete dagli stampi e rimettete il burro in planetaria con foglia per renderlo plastico.

SPECIALE

COLAZIONE ALTERNATIVA

MUFFIN CAROTA E MELA SENZA GLUTINE VEGAN

200 g › Fibreplast FARMO SL
70 g › Farina di mais bramata
200 g › Carote
200 g › Mele già sbucciate
100 g › Olio di semi di girasole
100 g › Acqua
30 g › Fibra di agrumi

Amalgamate tutti gli ingredienti e colate negli stampi. Cuocete a 160°C per 15-20 minuti.



LE MATERIE PRIME SPECIALIZZATE SONO PIÙ O MENO REPERIBILI SUL MERCATO, ANCHE TRAMITE L'ACQUISTO ONLINE. IL PROBLEMA RIGUARDA PIÙ CHE ALTRO IL COSTO DEI PICCOLI FORMATI



MUFFIN DOPPIO CIOCCOLATO SENZA GLUTINE VEGAN

500 g › Fibreplast FARMO SL
10 g › Fibra di patata
250 g › Uova intere
200 g › Acqua
160 g › Olio di semi di girasole
90 g › Cacao amaro in polvere
200 g › Ganache di cioccolato (50% crema di riso e 50% cioccolato)
150 g › Gocce di cioccolato
20 g › Sciroppo di glucosio
q.b. › Gocce di cioccolato per decorare

Amalgamate tutti gli ingredienti e colate negli stampi. Cuocete a 160°C per 15-20 minuti.

