

*Bernard Laurance*

Volta ao  
**Mundo**  
em  
**110 Sobremesas**

*Fotografias das receitas*  
*Amélie Roche*

*Tradução de*  
*Maria de Fátima Moura*



BERTRAND EDITORA  
Lisboa 2015

# Índice

Em pequeno, brincava aos feiticeiros... **9**

## Europa

Bolo de amêndoa **16**  
Praliné, pasta de pistácio e pasta de avelã **18**  
Havreflarns **22**  
Paris-Brest **25**  
Canelés **29**  
O assassino de chocolate **33**  
Macarons de merengue italiano **38**  
Macarons de merengue francês **40**  
Macarons de pistácio e macarons de praliné **44**  
Macarons com ganache maravilhosa de baunilha ou de flor de laranjeira **46**  
Macarons de caramelo e manteiga com sal **49**  
Macarons com ganache maravilhosa de coco **50**  
Macarons de framboesa **53**  
Macarons de limão **54**  
Bolo de nozes do meu pai **56**  
Scofa® **58**  
Pastéis de nata **64**  
Torrão de Alicante **68**  
Torrão de Jijona **71**  
Massa doce **74**  
Kouign-amann **77**  
Far da Bretanha **80**  
Gallettes da Bretanha finas **82**  
Sablés da Bretanha (Traou mad®) **84**  
Apfelstrudel **85**  
Sablés gigantes com praliné **89**  
Sablés gigantes com nozes **92**  
Tarte de laranja escandalosa **93**  
Creme de chocolate Valérie **96**  
Tarte caramelizada de natas e açúcar **98**

Broyé de Poitou **102**  
Sablé gigante dos meus sonhos **104**  
Condat (bolo de amêndoa, limão e azeite) **106**  
Crocantes de Cordes-sur-Ciel **108**  
Crocantes de pinhões, laranja e chocolate **112**  
Crocantes de caramelo e avelã **113**  
Crocantes de amêndoa e café **114**  
Gaufrettes flamengas com baunilha **115**  
Spéculoos **118**  
Sablés de aveia, nozes e chocolate **120**  
Flan parisiense **121**  
Tiramisu **124**  
Mil-folhas de baunilha **126**  
Telhas de amêndoa **130**  
Shortbreads naturais **134**  
Shortbreads milionários **136**  
Shortbreads de nozes-pecãs e caramelo **137**  
Tarte Tatin **138**  
Tarte de morangos **141**  
Génoise de morangos e pistácio **144**  
Clafoutis de cerejas **148**  
Baci di dama **150**  
Floresta negra **152**

## Américas

Tarte de nozes-pecãs **158**  
Brownies de cacau **160**  
Brownies decadentes **162**  
Cheesecake **163**  
Barrinhas com choc chips **166**  
Cookies nova-iorquinos gigantes de nozes e chocolate **168**  
Cookies gigantes de aveia e arandos **172**  
Três cookies (clássicos, de chocolate e cremosos) **173**  
Scones americanos com chocolate **176**

Barras de granola **178**  
Sticky buns com nozes-pecãs **181**  
Tarte de açúcar do Québec **184**  
Tapioca **186**  
Bolo de fubá **188**  
Rocamboles **190**  
Goiabada **192**  
Bolo de cenoura **193**  
Quindins **196**  
Pudim de leite condensado **198**

## *Magrebe e Médio Oriente*

Fekkas **202**  
Cornos de gazela marroquinos **205**  
Maamouls de tâmaras e nozes **209**  
Bolinhas de coco marroquinas **212**  
Montecaos **214**  
Zlabias **216**  
Sfenj **219**  
Oum Ali **222**  
Rolos libaneses de massa folhada com castanhas-de-  
caju **224**  
Mel caseiro **227**  
Nougatines de sésamo e pasta de avelã **228**  
Cornos de gazela argelinos **230**  
Baklavas de amêndoa **234**  
Pastilla doce **238**  
Rahat loukoum (rosa, limão e pistácio) **242**

## *Ásia e Oceânia*

Mochi básicos **250**  
Daifuku mochi com manteiga de amendoim **252**

Daifuku mochi com feijão azuki **253**  
Daifuku mochi com sésamo **255**  
Bolo indiano de sémola e cenouras **256**  
Pralines tailandeses **258**  
Sonhos de maçã e caramelo crocante **260**  
Bolos de lua **262**  
Bananas com leite de coco e açúcar de palma **266**  
Pérolas de castanhas-d'água com tapioca e pandanus **268**  
Arroz glutinoso com manga **269**  
Pérolas de coco no vapor **270**  
Maqiu **272**  
Creme de ovos **273**  
Recheio de amendoim e coco **274**  
Nougat duro com amendoins **275**  
Nougat crocante com sésamo **276**  
Pavlova **278**

Índices de receitas **280**  
Caderno de moradas **283**  
Agradecimentos **285**



# Европа





# Bolo de amêndoa

Mais conhecido no comércio por «supremo dos vulcões» ou «bolo de Visan», este pequeno bolo é irresistível: um agradável sabor a manteiga e a amêndoas, nada de farinha. Para alcançar este resultado, a minha receita leva uma mistura de açúcar em pó e de açúcar normal. Enquanto o primeiro forma uma crosta brilhante, o segundo é responsável pela bonita cor de caramelo. Aqui, proponho uma versão com baunilha, a que faço com mais frequência em casa. Porém, nada o impede de usar outros aromas, como raspa de limão ou lima, ou até uma colher de sopa de água de flor de laranjeira.

Para um bolo de 14 cm de diâmetro

Tempo de preparação: 15 minutos

Tempo de cozedura: 35 minutos

Ingredientes

100 g de amêndoa em pó

50 g de açúcar em pó

50 g de açúcar

1 pitada de sal

60 g de manteiga sem sal

40 g a 45 g de ovos

½ colher de café de extrato líquido de baunilha

Preaqueça o forno a 160 °C, na função de ar forçado (ventoinha).

Numa tigela, misture a amêndoa em pó, o sal e o açúcar normal.

Derreta a manteiga em banho-maria, ou no micro-ondas.

Adicione-a à mistura do açúcar, juntamente com o ovo batido e a baunilha.

Trabalhe a massa durante 1 minuto, ou até ficar homogénea. Deite-a numa forma de 14 cm de diâmetro, com o fundo forrado com papel vegetal, e com os lados ligeiramente barrados com manteiga.

Leve ao forno durante 35 minutos. A parte de cima deve ficar com uma bonita cor dourada. Desenforme com cuidado e deixe o bolo arrefecer sobre uma grelha de pastelaria. Embrulhe-o em película aderente até ao momento de o devorar. Ao abrigo do ar, este bolo conserva-se durante vários dias, até semanas (embora seja impossível não o comer antes). Cortado em fatias finas, é perfeito com uma chávena de chá.





# Praliné, pasta de pistácio e pasta de avelã

Indispensáveis em pastelaria, estas três bases permitem realizar um número incalculável de receitas: bolos, gelados, chocolates, etc. Com um bom robô de cozinha, torna-se fácil de fazer em casa estas três receitas: o praliné, a pasta de avelã e a pasta de pistácio.

.....

## Pasta de praliné

Para 500 g

Tempo de preparação: 20 minutos

Tempo de cozedura: 10 minutos

## Ingredientes

150 g de amêndoas com pele

150 g de avelãs com pele

200 g de açúcar

30 g de água

1 pitada de baunilha em pó

.....

Numa frigideira grande, aqueça o açúcar, a baunilha em pó e a água, deixando ferver em lume forte. Quando a calda espessar, junte os frutos secos (amêndoas e avelãs) de uma só vez. Mexa com a colher de pau. Ao fim de alguns segundos, a calda vai fazer cada vez mais bolhas, acabando por cristalizar. Todo o açúcar vai transformar-se novamente num pó grosseiro. Este processo é normal, é mesmo o pretendido. Continue a mexer com a colher de pau, envolvendo bem todos os frutos secos no açúcar. Com a colher, separe as amêndoas e as avelãs que estejam coladas. Os frutos secos vão começar e fazer barulho à medida que forem cozinhando. Se este processo for demasiado rápido, reduza o lume. Após 4 a 5 minutos, o açúcar vai derreter novamente, formando desta vez um caramelo. Não deixe o lume demasiado alto para não queimar o caramelo, tornando-o demasiado amargo. Quando todo o açúcar estiver derretido, deite-o sobre um tapete de silicone, ou sobre um papel vegetal de boa qualidade. Deixe arrefecer completamente. Parta a placa de caramelo em pedaços grandes e deite-os no robô de cozinha. Triture durante alguns segundos para obter um praliné em pó, com que pode salpicar os gelados. Para guardar, coloque-o numa caixa hermética. Para fazer uma pasta, continue a triturar e, ao fim de alguns minutos, obterá a pasta de praliné. Quanto mais triturar, mais líquido ficará. Os pralinés profissionais são feitos com rolos em pedra que tornam a massa muito sedosa. Em casa, fica um pouco mas granulosa, mas isto não modifica em nada o sabor e até confere um agradável carácter crocante ao conjunto.





**1** Deite os frutos secos na calda.

**2** Quando o açúcar ficar areado, misture muito bem, para envolver os frutos secos.

**3** Deite o caramelo sobre um tapete de silicone e deixe arrefecer.

**4** Coloque os pedaços de caramelo no robô de cozinha munido com a lâmina.

**5** Após alguns segundos, irá obter um pó de praliné.

**6** Após alguns minutos, tudo se transforma numa pasta.

Pasta de pistácio

Para 500 g

Tempo de preparação: 20 minutos

Tempo de cozedura: 10 minutos

Ingredientes

250 g de pistácios crus com pele

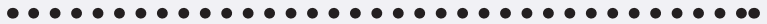
250 g de açúcar

30 g de água

Proceda da mesma maneira que para o praliné de amêndoa e avelã até ao momento da cristalização. A única diferença tem a ver com o caramelo.

Na minha opinião, se derretermos novamente todo o açúcar cristalizado para formar o caramelo, a pasta de pistácio fica com um gosto demasiado forte. Para o evitar, logo que a calda fique areada, envolva bem os pistácios no açúcar e separe-os. Quando o açúcar começar a derreter novamente, deixe apenas caramelizar a fina camada de açúcar que envolve os pistácios. Assim que esta camada estiver caramelizada (sem que todo o açúcar tenha derretido), espalhe sobre o tapete de silicone, sobre uma bancada de mármore untada com óleo ou sobre um bom papel vegetal.

Em vez de caramelo de pistácios, irá obter pistácios caramelizados. Deixe-os arrefecer e coloque-os no robô de cozinha. Triture-os até obter uma pasta. Seja paciente, pois pode ser preciso insistir.



Pasta de avelã

Para 500 g

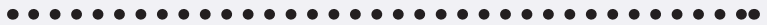
Tempo de preparação: 20 minutos

Tempo de cozedura: 10 a 12 minutos

Ingredientes

250 g de avelãs sem pele

250 g de açúcar em pó



Se não encontrar avelãs sem a pele, não se preocupe, quando as levar ao grelhador do forno, a pele acaba por sair.

Coloque as avelãs num tabuleiro e leve ao forno preaquecido a 180 °C.

Deixe as avelãs torrarem durante 5 minutos. Retire do forno e mexa bem.

Leve-as novamente ao forno, durante 5 a 7 minutos.

Retire-as do forno e deixe-as arrefecer.

Se as avelãs ainda tiverem a pele, esfregue-as num pano da loiça limpo.

A pele sairá facilmente, mas não faz mal se ainda restarem alguns vestígios.

Coloque as avelãs já frias no robô de cozinha, junte o açúcar em pó e triture. Rapidamente obterá um pó fino. Para que a pasta se forme, demorará mais algum tempo.

Em cima: pasta de praliné

Ao meio: pasta de avelã

Em baixo: pasta de pistácio

