

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

## Albumi montati a neve

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [5 min](#)    COSTO: [molto basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

---



### INGREDIENTI PER FARE GLI ALBUMI MONTATI A NEVE FERMA

ALBUMI 4

Montare gli albumi a neve è una delle basi fondamentali della pasticceria, un piccolo miracolo che regala leggerezza e sofficità a [torte](#) e [dolci al cucchiaio](#). Saperlo fare alla perfezione è il segreto per preparare delle [meringhe](#) croccanti, una scenografica [pavlova](#) o degli elegantissimi [macarons al cacao](#). Con i nostri consigli, ottenere un risultato stabile e spumoso sarà un gioco da ragazzi.

# COME SI FANNO GLI ALBUMI MONTATI A NEVE

- 1 Per un risultato perfetto, il segreto è la pulizia! Assicurati che la ciotola e le fruste siano pulitissime e senza tracce di grasso. Separa le uova una alla volta, facendo la massima attenzione a non far cadere neanche una goccia di tuorlo negli albumi (altrimenti non monteranno). Usa uova a temperatura ambiente: monteranno più facilmente e incorporeranno più aria. Versa gli albumi nella ciotola e inizia a montare con le fruste elettriche, partendo da una velocità bassa.





- 2 Man mano che iniziano a diventare schiumosi, aumenta gradualmente la velocità fino al massimo. Continua a montare fino a ottenere un composto gonfio, bianco e compatto



- 3 Per capire se sono pronti, fai la "prova della ciotola": se puoi capovolgerla senza che gli albumi cadano, sono montati a neve "ben ferma"! Una volta pronti, usali subito, o al massimo entro pochi minuti, perché con il tempo tendono a perdere volume e a "smontarsi"



## TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per degli albumi montati a neve perfetti, ecco i nostri trucchi.

**Il nemico numero uno: il grasso.** il segreto più importante è che gli albumi non devono contenere la minima traccia di tuorlo. Anche gli utensili, ciotola e fruste, devono essere perfettamente puliti e senza residui di grasso, altrimenti gli albumi non monteranno.

**La prova della ciotola:** per capire se gli albumi sono montati a neve ben ferma, c'è un trucco infallibile. inclina delicatamente la ciotola: se il composto non si muove, è pronto. i più coraggiosi possono provare a capovolgerla sopra la testa!

**Il tempismo è tutto:** gli albumi montati vanno usati subito. se li lasci riposare, anche solo per pochi minuti, inizieranno a "smontarsi", rilasciando l'acqua che contengono e perdendo volume.

**Non buttare i tuorli!** hai avanzato dei tuorli? sono un tesoro! usali per preparare una classica [crema pasticcera](#), la sua golosa versione al cioccolato o un dolce ricco come la zuppa inglese.

# COME SI CONSERVANO GLI ALBUMI MONTATI A NEVE

Gli albumi montati a neve non si possono conservare. Devono essere preparati e usati al momento. Se per caso dovessero smontarsi, non buttarli: puoi usarli per arricchire una frittata, una torta salata o l'impasto di alcune polpette per renderle più soffici.