

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Angel cake

LUOGO: Nord America / Stati Uniti

DOSI PER: 8 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 40 min COSTO:

molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

NOTE: + 2 ORE DI RAFFREDDAMENTO A TESTA IN GIÙ



L'**Angel Cake**, o "torta degli angeli", è una delle torte più leggere e soffici che esistano, una vera nuvola che si scioglie in bocca. Questa ricetta è perfetta per chi cerca una **torta alta e soffice** ma completamente priva di grassi, come burro o olio. Il suo segreto sta negli [Albumi montati a neve](#), che la rendono una **torta di albumi morbida e impalpabile**. È una parente stretta della [chiffon cake](#), con cui condivide lo stampo caratteristico e la sofficietà, anche se la Chiffon prevede l'uso anche dei tuorli e dell'olio. Se ami le torte agrumate, puoi provare la [Chiffon Cake al limone](#) o la [Chiffon cake all'arancia](#).

L'**Angel Cake** è anche un modo geniale per utilizzare gli albumi avanzati da altre preparazioni. Pensa a tutte le volte che prepari creme e ti avanzano: con quelli potresti fare anche delle [meringhe](#) (anche al [cioccolato](#)), una scenografica [Pavlova](#), dei rustici [brutti ma buoni](#) o un cremoso [Semifreddo al caffè](#).

INGREDIENTI PER L'ANGEL CAKE

ALBUMI devono essere a temperatura ambiente - 500 gr
ZUCCHERO SEMOLATO extra fine - 180 gr
FARINA 00 150 gr
CREMOR TARTARO 10 gr
ESTRATTO DI VANIGLIA 1 cucchiaino da tè
SALE 1 pizzico

COME SI FA L'ANGEL CAKE PERFETTA

- 1 Per prima cosa, assicurati che gli albumi siano a temperatura ambiente e che la ciotola sia perfettamente pulita e priva di tracce di tuorlo o grasso. Versa gli albumi nella planetaria (o nella ciotola se usi le fruste).





2 Aziona le fruste e inizia a montare. Quando gli albumi iniziano a fare la schiuma bianca, aggiungi lo zucchero poco alla volta (un cucchiaino per volta), continuando a montare. Quando la massa è bianca e lucida, aggiungi l'estratto di vaniglia, il pizzico di sale e il cremor tartaro. Continua a montare finché non ottieni una neve fermissima, stabile e lucida. Se rovesci la ciotola, non deve cadere nulla!





3 Ora spegni le fruste e armati di pazienza e delicatezza. Setaccia la farina direttamente sul

composto di albumi, poca alla volta (in 3 o 4 riprese). Mescola con una spatola facendo movimenti ampi e delicati dal basso verso l'alto per non smontare il composto. Non avere fretta: devi inglobare la farina senza perdere l'aria accumulata.



- 4** Prendi il tuo stampo da Angel Cake. **Regola d'oro:** NON imburrarlo e NON infarinarlo. L'impasto deve "arrampicarsi" sulle pareti ruvide dello stampo per crescere.

Versa il composto nello stampo e livellalo delicatamente con la spatola.

Cuoci in forno ventilato preriscaldato a 180°C per circa 35 minuti.

Consiglio: Non aprire il forno prima dei 30 minuti. Fai sempre la prova stecchino, deve uscire asciutto.



- 5** Sforna la torta e capovolgi immediatamente lo stampo, appoggiandolo sui suoi piedini (o sul collo di una bottiglia se non ha i piedini). Lascia raffreddare la torta a testa in giù fino a completo raffreddamento (circa 2 ore). La gravità aiuterà il dolce a non collassare e a mantenere la sua struttura ariosa. Una volta fredda, passa una lama sottile o una spatola lungo tutti i bordi (anche quello centrale) per staccare il dolce. Capovolgi e sforna





6 Spolvera con abbondante zucchero a velo e servi la tua nuvola dolce.



IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: Sostituisci la farina 00 con amido di mais (maizena) o con un preparato per dolci senza glutine. La consistenza sarà ancora più leggera e impalpabile.

Versione senza lattosio: Ottima notizia! La ricetta dell'Angel Cake è naturalmente priva di lattosio, non contenendo latte, burro o altri derivati.

Versione light: Questa torta è già incredibilmente leggera e priva di grassi. Per ridurre ulteriormente le calorie, puoi sostituire lo zucchero con un dolcificante a zero calorie adatto alla cottura.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: Il segreto per non far sgonfiare l'Angel Cake è capovolgere lo stampo immediatamente dopo averla sfornata e lasciarla raffreddare completamente in questa posizione. Questo "stira" la struttura della torta e le impedisce di collassare su se stessa.

Lo sfizio in più: Servi la torta con una salsa ai frutti di bosco, una crema inglese o una ganache al cioccolato. La sua base neutra si sposa magnificamente con qualsiasi tipo di salsa o frutta fresca.

L'idea per i bambini: La sua consistenza simile a una spugna la rende perfetta per essere farcita. Tagliala a metà e riempi con panna montata e fragole, oppure con una semplice crema alla Nutella.

Idea antispreco: Questa è la ricetta antispreco per eccellenza! È nata proprio per utilizzare le grandi quantità di albumi che avanzavano nelle pasticcerie dalla preparazione di creme e paste frolle.

COME SI CONSERVA L'ANGEL CAKE

L'Angel cake si conserva a temperatura ambiente per 3-4 giorni, sotto una campana per dolci. Anzi, il giorno dopo è ancora più buona, perché i sapori si assestano e l'umidità si distribuisce uniformemente.