

Pasta sfoglia

Ingredienti

Per il pastello

400 g di farina

240-250 g di acqua

10 g di sale fino

Per il panetto

500 g di burro o margarina per sfoglia

100 g di farina

Preparazione



1. Disporre la farina a fontana su un piano di lavoro, mettere al centro l'acqua fredda e il sale e amalgamare gli ingredienti senza lavorare troppo l'impasto.
2. Dare la forma a palla e avvolgere l'impasto nella carta forno o pellicola e riporlo in frigorifero a riposare per circa 30'.



3. Nel frattempo per preparare il panetto, ammorbidire il burro ed incorporarlo alla farina lavorando con la punta delle dita e poi con le mani.



4. Una volta ottenuto un composto omogeneo dare la forma di un panetto, e porlo a rassodare in frigorifero.

5. Trascorso il tempo di riposo del pastello, stenderlo a croce, lasciando il centro più spesso.



6. Disporvi al centro il panetto di burro e farina e ricoprirlo con le parti eccedenti del pastello, sovrapponendo la pasta, e chiudere in modo che la parte grassa non fuoriesca.



7. Stendere l'impasto fino ad un'altezza di circa 7-8 mm, formando un rettangolo tre volte più lungo che largo.



8. Per realizzare la pasta sfoglia è necessario effettuare diverse pieghe alla sfoglia, quindi eseguire la prima piega da tre, piegando il rettangolo in tre parti, e sovrapponendole.

9. Posizionare la sfoglia in modo che i lati chiusi risultino a destra e sinistra, e stendere la sfoglia nel senso dei lati aperti ad uno spessore di circa 10 mm.



10. Creare la seconda piega da 4, portando le due estremità della sfoglia verso il centro e ripiegando ancora la pasta a metà. Porre in frigorifero a riposare per 30 minuti.



11. Abbassare nuovamente la pasta allo stesso spessore, mantenendo sempre la forma rettangolare, e ripiegarla nuovamente in tre. Porre in frigorifero a rassodare per altri 30'.

12. Ristendere la sfoglia e fare un'ulteriore piega da 4. Lasciare riposare ancora per 30' in frigorifero, prima dell'utilizzo.



Note e... Sonia consiglia

a) La pasta sfoglia è un impasto neutro, quindi impiegato sia per preparazioni dolci come [millefoglie](#), diplomatico, saint-honore, sfogliatine, ecc, che per preparazioni salate quali torte rustiche, vol-au-vent, bouchée, ecc.

b) L'aumento di volume della pasta sfoglia durante la cottura è provocato dal vapore generato dalla parte magra (pastello), il quale spingendo verso l'alto gli strati della parte grassa (panetto), dà origine alle varie lamelle, isolate le

une dalle altre dal burro che si scioglie.

- c) Aumentando i giri delle pieghe si ottiene una pasta sfoglia meno alta, ma dalla superficie più regolare.
- d) La pasta sfoglia si conserva in frigorifero per circa una settimana.
- e) Se non viene consumata subito può essere congelata.
- f) Per riutilizzare i ritagli di pasta sfoglia, bisogna sovrapporli e poi stenderli con il matterello, mai rimpastarli.
- g) Per rendere dorata la pasta sfoglia, spennellarne la superficie con uovo sbattuto, ponendo attenzione a non farlo colare lungo i bordi, in quanto la coagulazione dell'uovo ne impedisce la crescita.

Ricetta, foto e video a cura di Sonia Palermo e Angelo Solillo