



PASTA SFOGLIA FATTA IN CASA

www.engycakedesigner.it

Introduzione

La pasta sfoglia è un tipo di impasto laminato utilizzato in molte preparazioni culinarie, sia dolci che salate. È caratterizzata da una consistenza leggera e friabile, che si ottiene grazie alla tecnica di stratificazione del burro e dell'impasto. Questo processo crea numerosi strati sottili che si gonfiano e separano durante la cottura, conferendo alla pasta sfoglia la sua tipica consistenza croccante e ariosa.

“Un impasto laminato è un tipo di impasto che viene steso e piegato ripetutamente per creare molteplici strati sottili. Questo processo di laminazione incorpora grasso (come il burro) tra gli strati di impasto, che si traduce in una consistenza leggera e sfogliata una volta cotta. La laminazione è una tecnica fondamentale nella preparazione di vari prodotti da forno, come la pasta sfoglia, i croissant e i danesi”

Caratteristiche della Pasta Sfoglia

- **Stratificazione:** La pasta sfoglia è composta da molteplici strati di impasto e burro. Durante la cottura, il vapore prodotto dall'acqua presente nell'impasto fa gonfiare questi strati, creando la tipica consistenza sfogliata.
- **Versatilità:** Può essere utilizzata per preparazioni dolci come torte, crostate, strudel, e dolci francesi come i millefoglie, così come per preparazioni salate come vol-au-vent, torte salate, salatini e quiche.
- **Sapore:** La combinazione di burro e impasto dà alla pasta sfoglia un sapore ricco e burroso, che si abbina bene a una vasta gamma di ingredienti e ripieni.

Processo di Preparazione

Il processo di preparazione della pasta sfoglia richiede tempo e precisione, in particolare per la fase di laminazione, che prevede numerose pieghe dell'impasto con burro per creare i caratteristici strati. I passaggi principali sono:

1. **Preparazione dell'impasto:** Un semplice impasto di farina, acqua e sale.
2. **Preparazione del burro:** Il burro viene appiattito e raffreddato.
3. **Incorporazione del burro nell'impasto:** Il burro viene avvolto nell'impasto.
4. **Laminazione:** L'impasto viene steso e ripiegato ripetutamente per creare strati di burro e pasta.
5. **Riposo:** L'impasto riposa in frigorifero tra una serie di pieghe e l'altra per mantenere il burro freddo e garantire una buona sfogliatura.

Ecco una guida passo passo per prepararla.

Ingredienti Pastello

- 350 g di farina 00
- 150 g di burro freddo
- 200 ml di acqua fredda
- 5 gr di sale

Ingredienti Panetto

- 150 g di farina 00
- 350 g di burro freddo

Attrezzatura Necessaria

- Mattarello
- Spianatoia o piano di lavoro liscio
- Pellicola trasparente
- Coltello

Procedimento

1. Preparazione dell'impasto base

1. **Setaccia la farina** in una ciotola grande.
2. **Aggiungi il sale** e mescola.
3. **Taglia il burro** a cubetti e aggiungilo alla farina.
4. **Incorpora il burro alla farina** usando le mani fino ad ottenere un composto sabbioso.
5. **Aggiungi l'acqua fredda** poco alla volta e impasta rapidamente fino ad ottenere un impasto omogeneo.
6. **Forma una palla**, avvolgila nella pellicola trasparente e lascia riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.

2. Preparazione del pastello

1. **Taglia il burro** a pezzetti e aggiungilo alla **farina**. Impasta e mettilo tra due fogli di carta da forno.
2. **Appiattisci il pastello di burro e farina** con il mattarello fino ad ottenere un rettangolo di circa 1 cm di spessore.
3. **Riponi** in frigorifero per farlo raffreddare di nuovo.

3. Incorporazione del panetto nell'impasto

1. **Riprendi l'impasto** dal frigorifero e stendilo con il mattarello su una spianatoia infarinata fino ad ottenere un rettangolo di circa 1 cm di spessore.
2. **Posiziona il panetto** al centro del rettangolo di impasto.
3. **Piega i lati dell'impasto** sopra il panetto, sigillandolo completamente e tagliando eventuali eccessi



4. Prime pieghe

1. **Stendi l'impasto** con il burro all'interno con il mattarello fino ad ottenere un rettangolo.
2. **Piega l'impasto in tre**, portando un terzo della parte a destra verso il centro e sovrapponendo poi la parte a sinistra.
3. **Ti troverai con un impasto che ricorda un libro** e avrai il “dorso del libro” a sinistra e le “pagine” (la parte stratificata) a destra.

4. **Avvolgi l'impasto** nella pellicola trasparente e lascia riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.



5. **Pieghe successive**

1. **Ripeti il processo di stesura e piegatura** (passo 4) altre 2-3 volte, ricordandoti di far riposare l'impasto in frigorifero per almeno 30 minuti tra una serie di pieghe e l'altra. Questo passaggio serve a creare gli strati tipici della pasta sfoglia.
2. **Esegui infine una piega a 4** portando un quarto della parte a destra verso il centro e un quarto della parte a sinistra verso il centro senza sovrapporre. Piega poi a metà.



Assicurati sempre che la parte “dorso” del libro sia a sinistra

Dopo l'ultima serie di pieghe, lascia riposare l'impasto in frigorifero per almeno un'ora, o meglio ancora per tutta la notte.

6. Utilizzo della pasta sfoglia

1. **Riprendi l'impasto dal frigorifero** e stendilo alla dimensione desiderata.
2. **Taglia la pasta sfoglia** secondo le necessità della tua ricetta (torte, salatini, croissant, ecc.).

Consigli Utili

- Se hai degli scarti di sfoglia, non “accartocciarli” per impastare nuovamente ma utilizzali per creare delle striscioline di sfoglia zuccherate o dei cannoncini. Eviterai che si perda la sfogliatura.
- Lavora sempre con ingredienti e utensili molto freddi per evitare che il burro si sciolga.
- Cerca di lavorare l'impasto rapidamente per evitare di riscaldarlo troppo con le mani.
- Se l'ambiente è particolarmente caldo, puoi rimettere l'impasto in frigorifero più frequentemente per mantenerlo fresco.
- Stendi sempre con tanta farina per evitare che l'impasto si attacchi sul piano di lavoro e il burro fuoriesca.
- Puoi congelare la sfoglia già sfogliata e scongelarla in frigorifero quando ti occorre.

Seguendo questi passaggi otterrai una pasta sfoglia fatta in casa croccante e friabile, perfetta per una varietà di preparazioni dolci e salate.

Spero che questa guida ti sia stata utili!

A presto

Engy