

## Pasta Sfoglia

### Informazioni:

- Tempo di Preparazione: 140 Min.
- Difficoltà: Molto Difficile
- Porzioni: 4
- Calorie per porzione: 797 Kcal

### Ingredienti:

- 200 g farina 00
- 250 ml acqua
- 8 g sale
- 150 g farina manitoba
- 250 g burro
- 75 g farina 00



### Preparazione

Per preparare la pasta sfoglia iniziate con la preparazione del pastello. Mescolate e setacciate le due farine, preferibilmente in una planetaria con gancio a foglia, oppure a mano. Sciogliete il sale nell'acqua e impastate il tutto a media velocità per circa 8 minuti: dovete ottenere un composto più morbido ed elastico di quello del pane e, naturalmente, liscio e omogeneo. Lasciatelo riposare, coperto con un canovaccio, in un luogo fresco per almeno mezzora.

Nel frattempo iniziate a preparare il panetto. Estraiete il burro dal frigo, tagliatelo a cubetti e inseritelo nella planetaria con i 75 grammi di farina: mischiate fino ad ottenere un composto omogeneo e senza grumi.

Trasferite l'impasto ottenuto su una spianatoia e riducetelo in un quadrato di uno spessore di circa 1 centimetro, o con le mani infarinate o ponendolo tra due fogli di carta forno e appiattendolo con l'ausilio di un mattarello. Inserite il panetto nella parte bassa del frigo – la più fredda – per almeno mezzora.

Stendete il pastello: ne ricaverete un rettangolo di circa 50 centimetri di lunghezza al centro del quale posizionerete il panetto, ormai pronto, che coprirete con i due lembi più lunghi del pastello,

facendoli combaciare (ricordatevi che la pasta centrale dev'essere sovrapposta in modo da creare un effetto chiusura di scatola che impedirà all'impasto di aprirsi durante la stesura). Ripiegate anche gli altri due lembi, fino a chiudere il panetto su ogni lato. Ricordatevi sempre di infarinare il piano di lavoro e la pasta per facilitarvi il lavoro di stesura.

Prendete un mattarello ed esercitate una pressione sull'impasto, così da rendere più cedevole il panetto di burro. Potete quindi cominciare a stendere la sfoglia, che dovrà acquisire una forma rettangolare, regolare. Per fare ciò non limitatevi a stenderla muovendo il mattarello avanti e indietro (perché rischiate di ottenere una

## **Pasta Sfoglia**

sfoglia a forma di clessidra), ma dovete imprimere dei movimenti obliqui, tenendo il mattarello lungo la diagonale del vostro rettangolo ideale, in modo da allargarne anche il centro.

Quando otterrete una larghezza di circa 25 centimetri procedete con le pieghe. Piegare i due lati più corti in modo da farli combaciare al centro del lato più lungo,,

assicuratevi che i due lembi non si sovrappongano e piegatela a libro, appoggiando un lembo sull'altro

Una volta pronto il vostro panetto segnatelo con una pressione del dito (che vi ricorderà che avete appena praticato la prima piega), avvolgetela nella pellicola e mettetela in frigo per almeno mezz'ora. A quel punto, estraete la sfoglia, posizionatela di fronte a voi con l'apertura sulla destra e ripetete l'operazione di stesura e piegatura (per rendervi conto se la preparazione della vostra sfoglia sta avvenendo nel modo esatto, basta passarci una mano sopra mentre la state stendendo: se la sfoglia risulta omogenea e liscia al tatto, allora state facendo un buon lavoro). Prima di riavvolgerla nella pellicola e di riposizionarla in frigo, segnatela per due volte per ricordare di aver effettuato la seconda piega. L'intero procedimento andrà ripetuto altre due volte, per un totale di quattro pieghe. Alla fine, la pasta andrà lasciata riposare in frigo per almeno un'ora. Se non volete utilizzare subito la vostra pasta sfoglia, potete avvolgerla nella pellicola e conservarla nel congelatore.