

Pasta sfoglia

Il procedimento che illustro qua è lo stesso che si trova nell'articolo sui Croissant Francesi, dove sono spiegate dettagliatamente tutte le fasi anche successive all'ultima lievitazione (taglio, formatura, doratura e cottura dei croissant).

Qui vedremo come preparare la pasta di base, che poi si potrà utilizzare per tutte le preparazioni (torte dolci e salate, cornetti ecc), stendendola con il mattarello come una normale pasta.

Con il procedimento classico (3 pieghe a tre più una piega finale) si ottiene una sfoglia con oltre 100 strati, come spiego alla fine.



Ingredienti per un panetto di circa 1 kg

- 500 gr di farina (250 farina 00 + 250 Manitoba)
- 125 ml di acqua
- 125 ml di latte intero
- 20 gr lievito di birra fresco
- 10 gr di sale
- 60 gr zucchero
- 350 gr di burro (100 per l'impasto + 250 da incorporare nella sfoglia, fase chiamata "*beurrage*")

IMPASTO E LIEVITAZIONE

Sciogliere il lievito in poca acqua tiepida (prelevata dal totale).

Nell'impastatrice mettere lo zucchero, il burro freddo (100 gr) a cubetti, tutta la farina e il sale. Iniziare a mescolare, quindi aggiungere l'acqua e il latte, poco per volta. Per ultima, unire l'acqua in cui si è sciolto il lievito. Impastare 4 minuti a bassa velocità e poi altri 6

minuti a media velocità (con il Bimby, che ha un'unica velocità di impasto, ho impostato 10 minuti vel. Spiga). Formare una palla, metterla in un recipiente infarinato, ricoprire con pellicola e mettere in frigo a 6° per 12 ore (abbassare la temperatura del frigorifero al minimo e poggiare la ciotola nel ripiano più alto). Ecco la pasta prima e dopo la lievitazione:



INCORPORAZIONE DEL BURRO (*beurrage*)

Formare il panetto di burro in un quadrato di 20 cm x 20 cm, mettendolo tra due fogli di carta da forno e battendo con il mattarello fino ad ottenere le dimensioni giuste. Se si fatica ad ottenere una forma il più possibile quadrata, si possono ritagliare gli eccessi con un coltellino e riposizionarli, poi stendere ancora un po' con il mattarello. Ecco come si presenta il burro una volta steso:



Mettere in frigorifero per circa 1 ora. Sia il burro che la pasta devono essere freddi di frigorifero (4-6°).

Stendere la pasta in un rettangolo di circa 40x25. Appoggiare il quadrato di burro al centro della pasta, ripiegare i due bordi fino a coprirlo, senza sovrapporre i lembi di pasta, come nelle foto qui sotto:



3 PIEGHE A 3

Con il mattarello stendere la pasta in avanti, seguendo la linea della giunzione, fino ad ottenere di nuovo un rettangolo di circa 40x20. Ruotare di 90°, poi fare la prima piega a 3, come in foto, allineando bene i bordi.



Avvolgere nella pellicola e mettere in frigo per 30 minuti. Riprendere la pasta, stenderla nel senso della lunghezza (l'apertura della piega dovrà essere di fronte a noi, a destra), ruotare di 90° e fare la seconda piega a 3. Avvolgere nella pellicola e mettere in frigo per 30 minuti. Riprendere la pasta, stendere nuovamente e fare la terza piega a 3. Avvolgere nella pellicola e mettere in frigo per 30 minuti.

A questo punto il panetto si può riporre in frigorifero ben sigillato con pellicola, oppure stendere allo spessore desiderato, con molta delicatezza, e utilizzare in tutte le ricette. Una volta steso, sarebbe opportuno piegarlo nuovamente in 2 parti (a metà), poi stenderlo ancora. In questo modo si ottengono oltre 100 strati di pasta, sufficienti a gonfiare in cottura come le paste professionali. Basta infatti fare un veloce calcolo considerando quante volte la pasta viene ripiegata su se stessa: 2 quando si incorpora il burro, 3 volte x 3 quando si fanno le pieghe, 2 nella fase finale, quindi $2 \times 3 \times 3 \times 3 \times 2 = 108$ strati!