



Economia domestica/scuola media

Nome:

Pasta sfoglia



Barbabietole in camicia

per 4 persone

preparazione: ca. 35 minuti

cottura al forno: ca. 25 minuti

carta da forno per la teglia

ripieno

2 piccole barbabietole cotte, da ca. 200 g, sbucciate

150 g di Tilsiter, tagliato a fettine di 3–4 mm

½ cipolla, affettata a cerchietti

2 cucchiai di foglioline di timo

½ cucchiaino di sale

pepe macinato fresco

pasta

500 g di pasta sfoglia al burro

1 tuorlo battuto con 1 cucchiaino di latte

un poco di peperoncino essiccato e pestato

1–2 cucchiaini di semi di sesamo

rametti di timo per guarnire

Preparazione

1 Affettare le barbabietole di sbieco, in 8–10 fette ciascuna. Tagliare le fette di formaggio in 16 pezzi, grandi più o meno come le fette di barbabietola. Disporre a strati 4–5 fette di barbabietola, formaggio, cerchietti di cipolla, timo e spezie, cominciando con le fette di barbabietola più grandi.

2 Spianare la pasta sfoglia in un quadrato di ca. 40x40 cm. Suddividerlo in quattro quadrati. Posare in mezzo a ogni quadrato una piccola torre di barbabietole. Spennellare i bordi di pasta con il tuorlo, riportare gli angoli di pasta sopra il ripieno, uno sopra l'altro, e attorcigliarli un poco. Posare le barbabietole in camicia sulla teglia foderata di carta da forno.

3 Spennellare la pasta con il tuorlo restante, cospargere di peperoncino e semi di sesamo. Cuocere 25–30 minuti nella parte inferiore del forno preriscaldato a 200 °C. Decorare con i rametti di timo. Servire le barbabietole in camicia calde o tiepide.

Suggerimento

Come accompagnamento, va benissimo un'insalata mista.



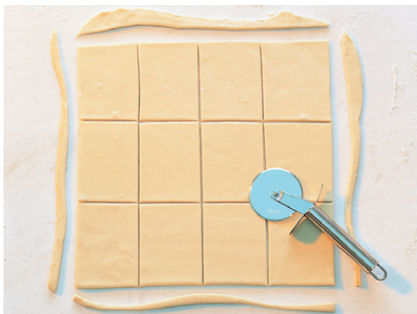
Nome:

Pasta sfoglia

Compito 1

Lavorare la pasta sfoglia

Come lavorare una pasta sfoglia nel modo giusto? Metti un visto ✓, accanto alle affermazioni corrette.



- 1. La pasta sfoglia va lavorata calda.
- 2. La pasta sfoglia va spianata delicatamente e in modo omogeneo, per mantenere i singoli strati.
- 3. Pressare gli strati uno sull'altro.
- 4. Per tagliare, utilizzare un coltello affilato.
- 5. Posare i resti di pasta uno sull'altro, non impastarli.
- 6. Spennellare il tuorlo sui bordi.
- 7. Non preriscaldare il forno.
- 8. Cuocere sempre la pasta sfoglia a 180 °C.
- 9. Calcolare sempre misure un poco superiori al risultato che si intende ottenere dopo la cottura.
- 10. La pasta sfoglia è adatta solo per cibi salati.

Compito 2

Correggi le affermazioni sbagliate. Trascrivi le frasi corrette.



Economia domestica/scuola media

Soluzione

Pasta sfoglia

Compiti 1 e 2

Lavorare la pasta sfoglia

- 1. La pasta sfoglia va lavorata **fredda**.
- 2. La pasta sfoglia va spianata delicatamente e in modo omogeneo, per mantenere i singoli strati.
- 3. **Non** pressare gli strati uno sull'altro.
- 4. Per tagliare, utilizzare un coltello affilato.
- 5. Posare i resti di pasta uno sull'altro, non impastarli.
- 6. **Non** spennellare il tuorlo sui bordi.
- 7. Il forno va **sempre** preriscaldato.
- 8. Cuocere la pasta sfoglia a **calore elevato (200 °C – 220 °C)**.
- 9. Calcolare sempre misure un poco superiori al risultato che si intende ottenere dopo la cottura.
- 10. La pasta sfoglia è adatta per cibi **dolci o salati**.