



Antiche Ricette Di Cucina

1976 -- 1978



LA SFOGLIA ALL'UOVO

INGREDIENTI:

Farina di Grano Tenero "0" Gr 100
Uova di Gallina 1 (intera)

Per fare la sfoglia verde usare il 20% di spinaci cotti, strizzati molto e tritati finemente.
Per fare la sfoglia rossa usare il 15% di carote cotte e pestate finemente.
Esempio: 500 gr farina, 4 uova e 40 gr di spinaci cotti oppure 30 gr di carote cotte.

PROCEDIMENTO:

Per preparare la sfoglia è molto importante la qualità della farina e delle uova, quindi quando acquistate questi ingredienti dovete preferire farina fatta con buon grano italiano e uova intere fresche da galline allevate a terra e con mangimi naturali.

Sul tagliere di legno formare una fontana con la farina, mettere al centro le uova aperte e impastare con le mani fino ad ottenere un'impasto molto liscio, ne tenero ne durissimo. Infarinatelo accuratamente e lasciatelo sul tagliere coperto con un sacchetto di plastica o con una insalatiera dai bordi lisci.

Dopo 30 minuti, col mattarello di legno, tirare la sfoglia dello spessore di circa 1,5/2 mm, prima di usarla lasciatela asciugare leggermente capovolgendola alcune volte.

Questo è il procedimento per preparare una perfetta sfoglia fresca che può essere tagliata, a rettangoli o quadrati, della dimensione che serve per preparare cannelloni, lasagne, manicaretti, ravioli, tortellacci, tortelloni, tortellini ecc....



Ricetta scaricabile solo per uso personale.

Vietata la pubblicazione su supporti cartacei di qualsiasi genere, in siti internet e la vendita di servizi ad essa correlati.

Autore: Teglia Roberto +++ info: ludabologna@gmail.com