

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Fagottini dolci express

DOSI PER: 8 pezzi DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 5 min COTTURA: 10 min COSTO:
molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: m. difficile



I **fagottini dolci express** sono la dimostrazione che non servono ore di attesa o ingredienti complicati per preparare qualcosa di delizioso. Il guscio è fatto con la [pasta matta](#), un impasto semplicissimo a base di farina, acqua e olio, che si stende sottilissimo e diventa croccante in pochi minuti. Che tu scelga un ripieno di Nutella o di marmellata, il contrasto tra l'involucro fragrante e il cuore cremoso ti conquisterà al primo morso.

Per una merenda completa, potresti accompagnarli a una fresca [Caipiroska](#) o, se preferisci i sapori agrumati, alternarli a questa [mousse all'arancia](#). Se ami le preparazioni veloci senza forno, dai un'occhiata anche alla nostra versione della [cheesecake al limone](#)

o lasciatevi ispirare da questa [cheesecake al cocco](#).

Preparare i fagottini dolci express è davvero un gioco da ragazzi: prepari l'impasto e il gioco è fatto!

INGREDIENTI PER I FAGOTTINI EXPRESS

PASTA MATTA dose - 1

CREMA SPALMABILE DI NOCCIOLA AL

CIOCCOLATO o marmellata -

NOCCIOLE TOSTATE

ZUCCHERO A VELO

PREPARAZIONE DEI FAGOTTINI DOLCI EXPRESS

- 1 In una ciotola versa farina, zucchero e sale. Aggiungi l'olio e l'acqua tiepida a filo. Impasta energicamente per 2-3 minuti finché il panetto non è liscio ed elastico. Non farlo riposare, usalo subito!



- 2** Dividi l'impasto in palline grandi come un'albicocca. Stendile con il mattarello (o una bottiglia di vetro se sei in emergenza!) su un piano infarinato fino a ottenere dei dischi sottili (circa 2 mm). Metti un cucchiaino generoso di marmellata ben soda al centro di ogni disco.



- 3** Se preferisci puoi mettere anche un cucchiaino di crema spalmabile al cioccolato e nocciole. Se usi la Nutella e vuoi un effetto super cremoso, aggiungi un pezzetto di granella di nocciole o un pizzico di sale nero sopra la crema prima di chiudere: esalterà il sapore del cioccolato! Attenzione a non esagerare con la quantità del ripieno, altrimenti in padella il calore farà uscire tutto! Piega il disco a mezzaluna. Premi bene i bordi con le dita e poi sigilla con i rebbi di una forchetta. Questo passaggio è fondamentale per non far scappare il ripieno.



- 4 Scalda una padella antiaderente (senza olio o burro, oppure con un velo appena accennato). Cuoci i fagottini a fuoco medio-basso per circa 3 minuti per lato, finché non vedi comparire delle macchioline dorate/brunastre tipiche della cottura in padella. Puoi cospargere di zucchero a velo prima di servire.





IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: utilizza un mix di farina senza glutine per dolci o pasta fresca; aggiungi un pizzico di gomma di xantano se non è presente nel mix per rendere la pasta matta più elastica e facile da stendere.

Versione senza lattosio: la pasta matta è già naturalmente priva di latticini. Per il ripieno, scegli una marmellata di qualità o una crema spalmabile al cioccolato fondente certificata vegana.

Versione light: utilizza farina integrale per il guscio e farcisci con una composta di frutta senza zuccheri aggiunti. Cuoci con un velo d'olio steso con il pennello per minimizzare i grassi.

L'idea vegetariana/vegana: questa ricetta è già 100% vegana, poiché la pasta matta non contiene uova o burro. Un'ottima variante è il ripieno di mele e cannella.

L'idea WOW: una volta cotti, spennella i fagottini con pochissimo miele e passali in un trito di nocciole tostate o pistacchi per un tocco gourmet.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: stendi la pasta matta molto sottile, quasi velata. In padella cuocerà in un attimo diventando croccantissima. Inoltre, sigilla bene i bordi premendo con i rebbi di una forchetta: questo eviterà che la Nutella o la marmellata fuoriescano durante la cottura dei tuoi fagottini dolci Express.

Lo sfizio in più: aggiungi un pizzico di scorza di limone o di arancia nell'impasto della pasta matta; sprigionerà un profumo incredibile durante la cottura in padella.

L'idea per i bambini: crea dei mini-fagottini a forma di triangolo o semiluna: le dimensioni ridotte li renderanno divertenti da mangiare.

Idea antispreco: se ti avanza della pasta matta, non buttarla! Tagliala a striscioline, cospargile di zucchero e cannella e friggile o passale in padella: otterrai delle chiacchiere veloci deliziose.

CONSERVAZIONE

I fagottini dolci express vanno gustati caldi o tiepidi per apprezzare al meglio la croccantezza della pasta matta. Se avanzano, si conservano per un giorno in un contenitore di latta; basterà ripassarli 30 secondi in padella per ridare loro fragranza.