

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Seadas

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Sardegna](#)

DOSI PER: [20 pezzi](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [30 min](#) COTTURA: [20 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Le **seadas** (o **sebadas**, **sevada**, **savada** e **sevata**, a seconda del dialetto sardo) sono un [dolce](#) tipico della Sardegna, divenuto ormai famoso in tutto il mondo!

Le **seadas** sono dei **dolcetti fritti** a base di **pasta sfoglia**, anche chiamata **pasta violada**, ripieni di formaggio pecorino fresco e conditi con miele o zucchero a velo. Un mix di sapori davvero irresistibile: la **sfoglia croccante** che rivela un ripieno morbido e saporito di formaggio, il tutto arricchito dalla dolcezza del miele.

Le seadas sono un **vero e proprio capolavoro della pasticceria sarda**, che racchiude in sé la storia e la

tradizione di un'isola ricca di **sapori autentici e tradizioni genuine.**

Hai mai avuto l'occasione di assaggiare le seadas?

Se non l'hai ancora fatto, ti consiglio di rimediare al più presto, **segui la nostra ricetta con dettagliato passo passo fotografico** e cucina con le tue mani delle preziosissime seadas come li mangeresti in Sardegna.

Ecco altre ricette che potrebbero piacerti:

[Pabassinas](#)

[Pardulas](#)

[Fregola con arselle](#)

[Pane carasau fatto in casa](#)

[Maloreddus con crema di formaggio](#)

COSA SERVE PER FARE LA PASTA

VIOLADA

FARINA DI GRANO DURO 500 gr

ACQUA 240 gr

STRUTTO 50 gr

SALE 1 pizzico

COSA SERVE PER FARE LE SEADAS

PECORINO FRESCO 500 gr

SCORZA DI LIMONE 1

COSA SERVE PER CUOCERE LE SEADAS

OLIO DI SEMI DI ARACHIDE 600 gr

COSA SERVE PER SERVIRE LE SEADAS

MIELE

COME SI FA IL RIPIENO DELLE SEADAS

1 N.B. Per prima cosa, ricorda che il pecorino fresco che si utilizza per le seadas, va prima fatto inacidire, per farlo inacidire, dovrai tenerlo fuori dal frigorifero avvolto da un panno di cotone per una notte o anche una giornata intera.

Quando avrai ottenuto il pecorino inacidito, mettilo su un tagliere e taglialo a cubetti. Metti i cubetti di pecorino inacidito in un pentolino antiaderente, ottimo se con fondo spesso, in modo che il recipiente mantenga il calore anche dopo che verrà tolto dal fuoco. Accendi il fuoco sotto al pentolino, tieni la fiamma bassa.





2 Quando il pecorino si sarà del tutto sciolto, otterrai un'unica massa filante e omogenea.





3 Quando hai ottenuto il formaggio fuso alla giusta consistenza, togli il pentolino dal fuoco e

aggiungi la scorza di limone già grattugiata, mescola subito velocemente per amalgamare.

Versa subito il pecorino aromatizzato al limone su un foglio di carta forno, è molto importante farlo subito o non riuscirai a lavorarlo.





- 4 Quando tutto il pecorino fuso sarà sul foglio di carta forno, stendilo subito con le mani ottenendo un rettangolo dello spessore di mezzo centimetro circa, l'olio del pecorino ti permetterà di stenderlo senza che ti si attacchi alle mani ed essendo caldo, è molto elastico e facile da lavorare.





5 Quando avrai steso bene tutto il pecorino, con un coppapasta, taglia dei dischi del diametro di 8 cm, o se preferisci delle seadas più grandi, usane uno da 10 cm. I ritagli, potrai utilizzarli così oppure scioglierli una seconda volta e ripetere il procedimento fino al ritaglio di altri dischi di formaggio.





COME SI PREPARA LA PASTA VIOLADA

- 1 Puoi lavorare la pasta violada in una planetaria o a mano, non cambiano le dosi ne il procedimento.

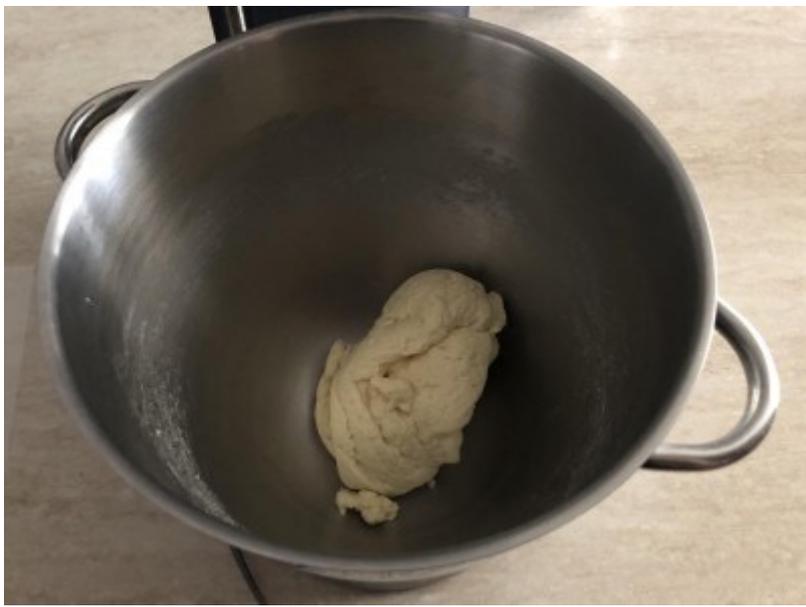
Versa la farina di grano duro nella planetaria, aggiungi una presa di sale, e impasta con l'acqua fredda versata a filo.





- 2 Infine aggiungi anche lo strutto, lavora l'impasto fino ad ottenere un panetto liscio e compatto.





- 3 Rovescia l'impasto sul piano da lavoro, impastalo ancora con le mani piegandola e girandola a palla, forma un panetto e avvolgilo con pellicola, fai riposare la pasta violada per almeno mezz'ora a temperatura ambiente.





COME SI PREPARANO LE SEADAS

- 1 Riprendi la pasta violada e tagliala a fette con un tarocco o un coltello a lama liscia, infarina utilizzando sempre farina di grano duro e appiattisci ogni pezzo di pasta premendo leggermente con le dita.





- 2 Assottiglia l'impasto con la sfogliatrice, dovrai ottenere una sfoglia dello spessore di un millimetro circa.





- 3** Sistema i dischi di formaggio un po' distanziati sulla sfoglia preparata, copri con una seconda sfoglia ed elimina l'aria premendo attorno al disco di formaggio con il palmo della mano.







- 4 Con un coppapasta più grande, 10 o 12 cm di diametro, taglia le seadas, se non hai uno stampo dentellato, puoi tagliare il bordo con una rotella dentellata, in modo da dare la decorazione tipica. Sistema le seadas su uno o più vassoi infarinati con farina di grano duro, prosegui fino ad ultimare tutte le seadas.





COME SI CUOCIONO LE SEADAS

- 1 Scada abbondante olio in una padella o se preferisci, puoi utilizzare la friggitrice. Una volta che l'olio risulterà caldo, versa una o due seadas alla volta, non metterne tante perché sono molto delicate.





2 Quando il fondo delle seadas sarà dorato, girale delicatamente e fai in modo che risultino

perfettamente dorate da entrambi i lati.

Le seadas vanno cotte velocemente, scolate dall'olio e adagiate su carta assorbente in modo da perdere l'olio in eccesso. Quando le seadas sono cotte, cospargile di miele e servile ancora calda.



