

ANTIPASTI E SNACK

# Sfogliatine ai semi di sesamo e papavero

di: *Cookaround*

---

DOSI PER: 6 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    PREPARAZIONE: 10 min    COTTURA: 15 min    COSTO:  
molto basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

---



Sfogliatine ai semi di sesamo e papavero...uno snack perfetto per un aperitivo fatto in casa con gli amici, ma anche per completare e arricchire il paniere in tavola nel quale avrete già messo diversi prodotti da forno salati.

Insomma queste sfogliatine sono come le ciliegie, una tira l'altra! Si preparano in 10 minuti e potrete rispolverare questa ricetta quando avrete della pasta sfoglia in frigorifero della quale non sapete che fare, anche se capisco sia difficile avere della pasta sfoglia inutilizzata in frigorifero con quante ricette di sfizi, golosità etc si possono preparare con

questo ingrediente.

La pasta sfoglia è un po' come il fritto, qualsiasi cosa ci metti dentro lo esalti e lo rendi goloso, ma anche da sola cotta con pochissimi altri ingredienti, come in questo caso, è davvero irresistibile soprattutto se di alta qualità, realizzata con buon burro e non con grassi di dubbia provenienza.

## INGREDIENTI

PASTA SFOGLIA confezione, rettangolare -  
1  
SEMI DI SESAMO  
SEMI DI PAPAVERO  
UOVO 1  
SALE

## PREPARAZIONE

**1** Preparare le sfogliatine ai semi di sesamo e papavero è davvero semplice. Vi serviranno pochissimi ingredienti e in poche mosse le avrete pronte in tavola.

Come prima cosa srotolate la pasta sfoglia mantenendola sul foglio di carta forno con la quale solitamente la trovate in vendita.

**2** Sbattete in una ciotolina un uovo intero con due cucchiari di latte e utilizzate questo mix per spennellare uniformemente tutta la sfoglia. Vedrete che rimarrà un po' di uovo e latte nella ciotola, conservatelo, vi servirà più avanti nella ricetta.

**3** Cospargete, ora, la pasta sfoglia con i semi di papavero e di sesamo. Per questa operazione procedete come più vi piace, noi abbiamo voluto concentrare i semi di papavero nella sezione centrale e quelli di sesamo ai lati, ma potete anche spargerli mischiandoli o come preferite.

Se amate altri tipi di semi che potrebbero starci bene potrete aggiungerli proprio in questo passaggio, questo renderà la vostra ricetta unica e personale.

**4** Ora, con molta calma e delicatezza, arrotolate la pasta sfoglia partendo da uno dei due lati corti. Abbiate cura di arrotolare stringendo bene i giri, ossia non dovrete lasciare spazio

nei vari giri della pasta sfoglia.

Per un risultato ancora migliore, impacchettate il rotolo bello stretto nella carta forno e riponetelo in freezer per circa 15 minuti. In questo modo sarà molto più semplice tagliare il rotolo a fette.

**5** Estraiete il rotolo dal congelatore e liberatelo dalla pasta sfoglia. Affettate il rotolo in sezione di circa 1 cm di spessore e disponete le fette in una teglia già foderata con della carta forno appoggiandoli di piatto.

Spennellate i rotoli con dell'uovo sbattuto e distribuite sopra qualche granello di sale.

**6** Infornate i rotolini a 200°C per 15 minuti circa o fino a doratura.

Sfornateli e fateli freddare prima di servirli in tavola.