

ANTIPASTI E SNACK

## Sfoglie di cuori al salmone

DOSI PER: **2 persone**    DIFFICOLTÀ: **molto bassa**    PREPARAZIONE: **15 min**    COTTURA: **8 min**    COSTO:  
**basso**    REPERIBILITÀ ALIMENTI: **molto facile**



A volte basta poco per creare qualcosa di speciale, e queste **sfoglie di cuori al salmone** ne sono la prova.

Un semplice rotolo di [pasta sfoglia](#) si trasforma in un antipasto elegante e romantico, **perfetto per una cena a due** o per arricchire un buffet.

L'abbinamento classico tra salmone e formaggio è una garanzia di successo, ideale per arricchire una selezione di [tartine miste da buffet](#) o da servire accanto a delle [stelline di pasta sfoglia](#) per un aperitivo a tema. Se ami queste preparazioni facili e veloci, non puoi perderti i [ventagli salati](#) o le golose [girelle al salmone](#). Sono l'idea perfetta per la nostra [raccolta di antipasti per San Valentino](#). E se ti avanza della pasta sfoglia, perché non provare delle deliziose [sfogliatine di mele in friggitrice ad aria](#) per

dessert?

## INGREDIENTI PER LE SFOGLIE DI CUORI

### AL SALMONE

PASTA SFOGLIA RETTANGOLARE 1

SALMONE AFFUMICATO 100 gr

FORMAGGIO SPALMABILE 80 gr

LATTE

SCORZA DI LIMONE NON TRATTATO

ANETO

PEPE NERO MACINATO

## COME FARE LE SFOGLIE DI CUORI AL SALMONE

**1** Prepara la base: Srotola la pasta sfoglia sul piano di lavoro mantenendo la sua carta forno sotto.

Crea le forme: Con il tagliabiscotti, ricava dei cuori dalla sfoglia. Cerca di posizionarli vicini per ottimizzare gli spazi.



**2** Inforna: Disponi i cuori sulla teglia rivestita di carta forno. Bucherella leggermente il centro di ogni cuore con i rebbi di una forchetta (questo eviterà che si gonfino troppo al centro, creando una base più piatta per il ripieno). Spennella i bordi con un po' di latte o tuorlo per renderli dorati.

Cuoci in forno preriscaldato a 200°C per circa 8-10 minuti, finché non saranno gonfi e ben dorati.



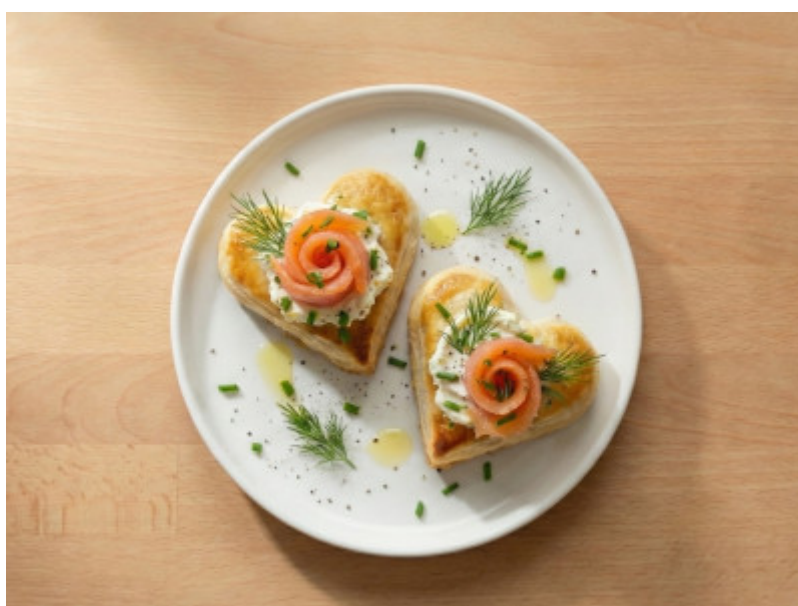
**3** Raffredda: Togli i cuori dal forno e lasciali raffreddare completamente su una gratella. È importante che siano freddi, altrimenti il formaggio si scioglierà.

Prepara la crema: Nel frattempo, metti il formaggio spalmabile in una ciotolina. Lavoralo con un cucchiaio per ammorbidirlo e, se ti piace, aggiungi una grattugiata di scorza di limone e un pizzico di pepe per dare freschezza.



**4** Assembla: Una volta raffreddati, spalma uno strato generoso di crema al formaggio al centro di ogni cuore. Prendi una fettina di salmone, arrotolala su se stessa per creare una piccola rosellina e adagiala delicatamente sopra il formaggio.

Decora e servi: Guarnisci con un rametto di aneto fresco o erba cipollina per dare un tocco di colore e servi subito.



## IDEE ALTERNATIVE

Questa versione è un classico intramontabile, ma puoi personalizzarla come preferisci.

Con altri salumi: Sostituisci il salmone con del prosciutto crudo dolce, arrotolato a rosetina, o con della bresaola abbinata a scaglie di parmigiano e rucola.

Versione vegetariana: Farcisci i cuori con una crema di robiola e noci, decorando con un pomodorino confit o un'oliva taggiasca.

Con un formaggio diverso: Prova a usare del caprino fresco o della ricotta lavorata con erba cipollina per una base cremosa diversa dal solito.

Per un tocco croccante: Prima di infornare, cospargi i bordi dei cuori con semi di sesamo o di papavero per una consistenza ancora più interessante.

# TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Per dei cuori di sfoglia perfetti, gonfi e dorati.

Trucco per una riuscita sicura: Il segreto per non far gonfiare eccessivamente il centro dei cuori e creare una base piatta per la farcitura è bucherellarli con i rebbi di una forchetta prima di infornarli. Questo permetterà al vapore di fuoriuscire, facendo gonfiare solo i bordi.

Lo sfizio in più: Aggiungi alla crema di formaggio spalmabile qualche bacca di pepe rosa tritata. Il suo sapore aromatico e leggermente resinoso si sposa magnificamente con il salmone.

L'idea per i bambini: I bambini si divertiranno un mondo a ritagliare i cuori con la formina! Prepara una versione per loro sostituendo il salmone con del prosciutto cotto.

Idea antispreco: Non buttare via i ritagli di pasta sfoglia! Spennellali con un po' di latte, cospargili di formaggio grattugiato o di semi misti, e infornali insieme ai cuori. Diventeranno dei croccantissimi salatini da sgranocchiare.

## COME CONSERVARE LE SFOGLIE DI CUORI AL SALMONE

Questi cuori di sfoglia sono perfetti se assemblati e gustati al momento, per mantenere la massima fragranza della pasta sfoglia. Puoi però portarti avanti cuocendo le basi di sfoglia in anticipo (si conservano per un giorno in un contenitore ermetico) e preparando la crema. Ti basterà assemblare il tutto poco prima di servire.