

ANTIPASTI E SNACK

Vol-au-vent

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

DOSI PER: [10 pezzi](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [15 min](#) COSTO:

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



I **vol-au-vent** sono uno degli **antipasti più classici e amati**, piccoli cestini di pasta sfoglia fragrante pronti ad accogliere mille ripieni diversi. Questa **ricetta base** ti insegnerà a prepararli in casa in modo facilissimo, partendo da un semplice rotolo di pasta sfoglia. Sono perfetti per un aperitivo o per arricchire un buffet di [Stuzzichini di Natale](#). Una volta pronti, puoi farcirli in mille modi, per esempio con una crema saporita per dei [Vol-au-vent con gorgonzola e funghi](#) o con una semplice trifolata per dei [Vol-au-vent ai funghi](#). Sono ottimi anche per creare dei [Vol-au-vent ripieni freddi](#) con mousse e creme. Appartengono alla grande famiglia dei finger food delle feste, insieme ai [Bigne salati con mousse di mortadella](#)

, ai [Ventagli salati](#) o alle sfiziose [Mini cheesecake salate](#). E per variare, perché non provare dei croccanti [Cestini di parmigiano](#) o delle tradizionali [Pizzelle fritte](#)?

INGREDIENTI PER I VOL-AU-VENT

PASTA SFOGLIA rotolo tondo o quadrato -

1

UOVO SBATTUTO per spennellare - 1

COME FARE I VOL-AU-VENT IN CASA

- 1 Taglia i dischi. Srotola la pasta sfoglia e, con il coppapasta più grande, ricava un numero pari di dischi (ad esempio, 16 dischi). Crea le basi e gli anelli. Prendi metà dei dischi (8, nel nostro esempio) e disponili su una teglia foderata con carta forno. Questi saranno le basi dei tuoi vol-au-vent. Bucherella la loro superficie con i rebbi di una forchetta.



- 2 Prendi i dischi rimasti (gli altri 8) e, con il coppapasta più piccolo, intaglia il centro di

ognuno per creare degli anelli. Assembla i vol-au-vent. Spennella le basi sulla teglia con un po' di uovo sbattuto. Sovrapponi un anello su ogni base, facendo combaciare i bordi (l'uovo farà da collante). Spennella con l'uovo anche la superficie degli anelli.



- 3** Cuoci. Inforna in forno statico già caldo a 200°C per circa 15 minuti. I vol-au-vent dovranno essere ben gonfi e dorati. Una volta cotti, se la base interna si fosse gonfiata troppo, puoi abbassarla delicatamente con il dorso di un cucchiaino per creare più spazio per il ripieno.

Lasciali raffreddare e poi farciscili come preferisci!



IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: Ti basterà utilizzare un rotolo di pasta sfoglia certificato senza glutine. Il procedimento rimane identico.

Versione senza lattosio: Molte paste sfoglia confezionate sono preparate con margarina vegetale e sono quindi già prive di lattosio. Controlla sempre l'etichetta e scegli un ripieno adatto, come una mousse di verdure o del patè di olive.

Versione light: La pasta sfoglia è un ingrediente ricco. Per un risultato più leggero, puoi puntare su un ripieno a base di verdure grigliate, una crema di ricotta light ed erbe aromatiche, o una fresca insalatina di gamberetti e zucchine.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: Il segreto per far "sfogliare" e gonfiare perfettamente i vol-au-vent è lo shock termico. Usa la pasta sfoglia ben fredda di frigorifero e infornala in un forno già molto caldo. Ricordati di bucherellare sempre la base per non farla gonfiare.

Lo sfizio in più: Prima di infornare, spennella gli anelli di sfoglia non solo con l'uovo sbattuto, ma cospargili anche con semi di sesamo, semi di papavero o un pizzico di paprika dolce per un tocco di sapore e colore in più.

L'idea per i bambini: Farcisci i vol-au-vent più piccoli con ripieni che adorano, un cubetto di wurstel

con una goccia di ketchup, prosciutto cotto e formaggio filante, oppure trasformati in mini-pizzette con un cucchiaino di pomodoro e mozzarella.

Idea antispreco: Non buttare mai i ritagli di pasta sfoglia! I dischetti centrali che avanzano possono diventare dei vol-au-vent mignon. Gli altri scarti, spolverati con formaggio grattugiato o con un po' di zucchero, si trasformano in 10 minuti di cottura in deliziosi cracker o dolcetti.

COME SI CONSERVANO I VOL-AU-VENT

I gusci dei vol-au-vent, una volta cotti e raffreddati, si conservano per alcuni giorni chiusi in una scatola di latta. Se perdono fragranza, basta passarli in forno caldo per un paio di minuti. Vanno farciti solo poco prima di essere serviti per evitare che la pasta sfoglia si ammolli.