

Pasta frolla vegan

INFORMAZIONI

- 6 persone
- 265Kcal a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora e ½**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**

INGREDIENTI

- 200 g di farina di grano tenero tipo 00
- 50 g di zucchero
- 100 g di margarina vegetale non idrogenata
- 25 ml di acqua minerale naturale
- Sale fino

PREPARAZIONE

- Setacciare in una ciotola la farina.
- Fare un foro al centro della farina, unire lo zucchero, la margarina, l'acqua molto fredda e un pizzico di sale.
- Lavorare rapidamente gli ingredienti con la punta delle dita fino ad ottenere un composto omogeneo.
- Avvolgerlo nella pellicola trasparente e mettere l'impasto a raffreddare in frigorifero per almeno 1 ora.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



I consigli di Barbara

Questa versione di pasta frolla è ottima per la preparazione di dolci farciti. Per i biscotti aggiungere una bustina di vanillina e sostituire l'acqua con latte di soia o di riso.

Per stendere la pasta frolla, aiutarsi con due fogli di carta da forno appena infarinati. Metterne uno sul piano di lavoro, posare la palla di pasta, quindi mettere l'altro foglio. Schiacciarla con il palmo della mano per appiattirla, quindi usare il mattarello. Girarla di tanto in tanto e staccarla dai fogli di carta da forno se dovesse fare delle grinze.

Se la pasta frolla è troppo appiccicosa, infarinare la spianatoia e il mattarello o i fogli di carta da forno. Se invece è troppo secca e tende a spezzarsi aggiungere un cucchiaino di acqua fredda o di latte.

Ritirare la pasta cotta dal forno quando è ben dorata ed ancora morbida: raffreddandosi tende infatti ad indurirsi.