



Muffin di sfoglia con
verdure recuperate e
formaggi misti

Ingredienti

- 1 confezione di Pasta Sfoglia Rotonda Buitoni
- 2 uova (1 per spennellare)
- 200g di verdure avanzate già cotte
- 2 cucchiai di formaggi a pasta dura grattugiati
- 50 di scamorza affumicata
- q.b. sale e pepe
- 1 Cucchiaio Olio d'oliva/ EVO
- 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
- q.b. di origano secco
- q.b. formaggio grattugiato

Preparazione

1. Ricavare dei quadrati dal rotolo di pasta sfoglia quindi bucarli con una forchetta e trasferirli all'interno di uno stampo per muffin leggermente unto. La pasta sfoglia sarà leggermente in eccedenza, ma verrà successivamente richiusa. Lavorare il contorno di verdure con uovo, sale, pepe, olio e formaggio grattugiato. Versare il ripieno all'interno di ogni alloggiamento dello stampo, inserire qualche dadino di scamorza e richiudere gli angoli di pasta sfoglia in eccesso verso il centro. Spennellare con uovo sbattuto e spolverare con semi di sesamo nero. Cuocere in forno preriscaldato a 200°C per 15-20 minuti, fino a doratura.
2. In una ciotolina mescolare il concentrato di pomodoro, l'acqua, l'origano secco, l'olio e il sale. Spennellare la sfoglia con il composto e spolverare con formaggio grattugiato. Tagliare i ritagli di sfoglia in strisce e arrotolarli su se stessi formando delle spirali. Disporre su una teglia ricoperta con carta forno e cuocere a 200°C per 15-20 minuti fino a doratura.

Informazioni nutrizionali

carboidrati	15.46 g
Energia	247.41 kcal
grassi	16.36 g
Fibra	1.6 g
Proteine	8.88 g
Grassi saturi	6.57 g
Sodio	423.46 mg
zuccheri	0.35 g

🕒 140

⊕ 6