

## PASTA CHOUX

### La pasta choux

(dal francese *choux*, cavolo, perché di solito gli alimenti fatti con questa pasta, una volta cotti assomigliano a dei cavolini di Bruxelles), è una pasta leggera e delicata, che viene usata in cucina generalmente per preparare **bignè** (ma anche ciambelle, eclairs, ecc...) con **ripieni sia dolci che salati**. La pasta choux ha un **alto rendimento**, non ha bisogno di stampi per cuocere e si differenzia dalle altre paste perché **viene cotta in due tempi**: la prima in un tegame **sul fuoco** durante la preparazione, e la seconda in **forno** o, in alcuni casi, nell'acqua o nel grasso bollente.

**Nota Aggiuntiva:** + il tempo di raffreddamento dell'impasto

### Ingredienti per circa 60 bignè

Acqua 200 ml Burro 100 gr Farina 130 grammi  
Sale 1 pizzico Uova 4 medie (circa 50-55 gr l'una)  
Zucchero 1 cucchiaino (per preparazioni dolci)

### Preparazione:



versate in un tegame 200 ml di **acqua** (potete anche unire 100 ml di **acqua** e 100 ml di **latte**) con il **burro**, lo **zucchero** ed una presa di **sale** (1). Non appena l'acqua inizierà a bollire, togliete il tegame dal fuoco e buttateci dentro la **farina setacciata** (molto bene) (2), mescolando bene e rapidamente in modo da evitare che si formino grumi (3).



Rimettete poi il tegame sul fuoco e, a **fiamma bassa**, mescolate con rapidità sbattendo con vigore il composto con un cucchiaino di legno (4-5): la miscela diverrà presto consistente e morbida e si staccherà dalle pareti, formando una palla. Quando sul fondo del tegame si formerà una **patina bianca** (6), togliete l'impasto dal fuoco,



e lasciate raffreddare completamente mettendo il composto su un piatto (7), se volete accelerare il procedimento, immergete la casseruola in **acqua** fredda. Intanto **sbattete le uova** in un contenitore, quindi rimettere il composto in una planetaria dotata di gancio a foglia (8), se non possedete una planetaria potete anche fare tutto a mano utilizzando il cucchiaino di legno, e aggiungete le **uova un po' alla volta e molto lentamente** al composto freddo, mescolando energicamente per incorporarle all'impasto (9). Non aggiungete altre **uova** se non saranno prima ben assorbite quelle aggiunte precedentemente.



La **pasta è perfetta** se facendola scendere da un cucchiaino di legno formerà una specie di **nastro** (10). A questo punto mettete la **pasta** in una **tasca da pasticciare** con **bocchetta liscia** (11), ungete di **burro** la placca del forno (oppure usate della carta forno) e formate dei **mucchiotti di pasta rotondi** (per i bignè), oppure dei **bastoncini lunghi 5 cm** (per gli eclairs) (12-13).



Fate cuocere i bignè per **15 minuti a 220°** in forno statico (tenete la temperatura a 200° con forno ventilato) evitando di aprire il forno durante la cottura. Trascorsi i primi 15 minuti abbassate la temperatura a 190° e cuocete la **pasta choux** per altri 10 minuti, trascorsi i quali potete spegnere il forno e lasciare all'interno i bignè per altri 10-15 minuti con lo sportello leggermente aperto (mettete tra lo sportello e il forno un cucchiaino di legno); questo servirà a fare asciugare bene l'interno dei bignè (14). Quando i bignè saranno completamente freddi potete utilizzarli per le vostre preparazioni (15).

## PASTA CHOUX

### Consiglio :

Per preparare la **pasta choux**, le **uova** non vanno **mai usate troppo fredde**, sarà quindi meglio che le togliate dal frigorifero qualche ora prima di utilizzarle.

E' consigliabile se l'impasto finale dovesse risultare troppo sodo, valutate se è il caso di aggiungere o meno un altro tuorlo. Quando i vostri **bignè** (o altro) saranno cotti, per essere sicuri che l'interno sia completamente asciutto, praticate sulla superficie di ognuno di essi un paio di **forellini** con uno stuzzicadenti e lasciateli ad **asciugare nel forno spento ma ancora caldo** per una manciata di minuti.

### Curiosita' :

La **cottura** della **pasta choux** è molto importante e delicata perché deve avvenire alla **giusta temperatura** (soprattutto quella in forno), affinché si gonfi bene restando asciutta e vuota all'interno, e non si afflosci quindi una volta fuori dal forno.

