

Cotto&Sedotto: Cuori di sfoglia per un aperitivo di San Valentino semplice e stuzzicante

di Annalisa Sofia Parente



Ed eccoci giunti finalmente al menu della cena di San Valentino per tutti gli innamorati che hanno voglia di mettersi ai fornelli e cucinare qualcosa di semplicissimo, veloce ma efficace per il proprio partner.

La prima ricetta che vi proporrò è davvero facile e può eseguirla chiunque, anche chi non sa neanche come accendere il gas.

È un aperitivo stuzzicante e un po' colorato prima di cominciare a servire la cena.

Ingredienti per 2 persone



1 rotolo pasta sfoglia

1 barattolo di pomodori pelati o salsa

Un pezzo di scamorza affumicata

Basilico

Origano

Olio

Versare meno della metà di un barattolo di pomodori in un recipiente, aggiungervi sale, origano a volontà, un filo d'olio e mescolare ben bene. Prendere uno stampino a forma di cuore e fare tanti cuori di pasta sfoglia. Adagiarli sulla carta da forno in una teglia e aggiungere con moderazione su ognuno di questi, un po' di sugo. Infornarli per 15 minuti a 100 gradi fino a quando non saranno dorati e, a metà cottura, ricordarsi di aggiungervi della provola precedentemente tagliuzzata.

Servire in un bel piattino e con del basilico fresco.

Ingrediente segreto: **ORIGANO**

Pianta regina delle spezie nel bacino del Mediterraneo, l'origano cresce in montagna, da cui il nome scientifico dal greco 'oros' (montagna) e 'ganos' (splendore). L'origano ha proprietà medicinali indiscutibili, contenute nelle sommità fiorite che i fitoterapisti usano come stimolanti sul sistema nervoso. Questa spezia mediterranea è considerata uno dei più efficaci afrodisiaci naturali esistenti. Usata come infuso ha un effetto stimolante, è indicata soprattutto per combattere la frigidità e risvegliare le ghiandole surrenali responsabili della produzione degli ormoni e della regolazione dello stress.

Alla prossima ricetta del menu di San Valentino!