

## Siete mai entrati in un diospireto ?

Siete mai entrati in un diospireto ? Detto così probabilmente molti risponderebbero di no, ma facendo mente locale al nome botanico di Diospoyros kaki , si scopre immediatamente che si tratta di una piantagione di cachi, frutto tipico dell'autunno , dalla polpa dolcissima, tanto da meritare il nome scientifico "diospiros" ossia "pane degli déi".

Il caco vanta una tradizione millenaria , e il colore arancio intenso ne conferma il grado di maturazione, indispensabile per il consumo, in quanto il frutto acerbo da una sgradevole sensazione astringente sul palato, dovuta all' elevato contenuto di tannino. Se non si vuole correre assolutamente il rischio di ritrovarsi con la lingua "legata", basta scegliere i cachi con la buccia sottile quasi trasparente, e la polpa più tenera. La pianta e' originaria della Cina, dove viene chiamata "la mela d'Oriente" e ancora oggi e' definito l'albero delle sette virtù: la prima è la sua lunga vita, la seconda la grande ombra, poi la mancanza di nidi tra i rami, l'assenza di tarli nel legno, la possibilità di giocare con le sue foglie indurite dal gelo, le foglie da cui si ricava un bel fuoco, e settima la possibilità di usarle come concime per la terra. Oltre mille anni fa, l'albero giunse in Giappone, dove cominciò ad essere diffusamente coltivato. In Europa invece è arrivato alla fine del Settecento, ma solo come pianta ornamentale. L'interesse come albero da frutta risale al 1860, prima in Francia e poi in Italia: qui il primo Kaki è stato impiantato nel giardino di Boboli a Firenze, intorno al 1871. Il caco si può considerare un frutto completo sotto tanti punti di vista : contiene beta -carotene e criptoxantina (a cui si deve il caratteristico colore arancione), e' una buona fonte di vitamina C (ideale per prevenire le malattie da raffreddamento ) e' ricco di potassio, per questo è consigliato ai bambini e a chi pratica sport , a completa maturazione è molto energetico, 65 calorie per 100 grammi, e ha forti quantità di zuccheri per cui da la carica, inoltre e' molto ricco di fibre ha un efficace funzione diuretica . Il calcio e il potassio aiutano inoltre a liberarsi dei liquidi in eccesso: un caco al giorno, quindi, può aiutare il fegato a depurarsi e, se mangiato la mattina, è un valido aiuto contro la ritenzione idrica". Il cachi tradizionale si consma tagliandolo in due, e poi si mangia la polpa con un cucchiaino, ma esiste anche un'altra varietà, chiamata "caco vaniglia" o "caco mela", che ha una polpa soda e croccante simile a quella delle mele: sono meno dolci ma piu' pratici in tavola , basta sbucciarli e tagliarli a fette. Una curiosità: Il "Kaki di Misilmeri" è stato distribuito gratuitamente ai partecipanti dell'ultima marcia della Pace Perugia Assisi anche per il particolare aspetto simbolico del frutto. L'albero del kaki è infatti oggi considerato "l'albero della pace", perchè al devastante bombardamento atomico di Nagasaki dell'agosto 1945, sopravvissero soltanto alcuni alberi di questo frutto.