

IL KAKI

Il suo nome botanico è Diospyros kaki, o loto del Giappone, ma tutti lo chiamano popolarmente caco, pianta dalla tradizione millenaria. Il frutto corrisponde alla bacca, la cui polpa matura dal sapore delicato e zuccherino: in Oriente era così apprezzato, da essere considerato fin dall'antichità "cibo degli dei". La sua origine è nelle regioni calde della Cina settentrionale, qui chiamato la mela d'oriente, da dove si è diffuso in Giappone, dove ha ancora un ruolo importante nell'alimentazione quotidiana. È considerato ancora oggi, l'albero delle sette virtù: la prima è la sua lunga vita, la seconda la grande ombra, la terza la mancanza di nidi tra i rami, la quarta l'assenza di tarli nel legno, la quinta la possibilità di giocare con le sue foglie indurite, la sesta la qualità delle foglie da cui si ricava un bel fuoco, settima la possibilità di usare sempre le foglie come concime per la terra: il viaggio di questo frutto verso l'Europa, inizia verso la fine del '700, e viene coltivato come pianta ornamentale: il primo albero in Italia fu piantato nel giardino di Boboli a Firenze nel 1871. Oggi è il frutto più colorato dell'autunno, la buccia è molto sottile e la polpa è tenera, e deve essere consumata a completa maturazione, (il frutto acerbo dà una sgradevole sensazione astringente sul palato, dovuta all'elevato contenuto di tannino) e lo si riconosce quando la buccia diventa arancione brillante e quasi si spacca, il gusto è dolcissimo e la consistenza quasi gelatinosa. Nel caso si voglia accelerare la maturazione, è sufficiente metterli vicino a delle mele. Il caco contiene beta-carotene, vitamina C, potassio, e a completa maturazione è molto energetico, 65 calorie per 100 grammi, e ha forti quantità di zuccheri, molto ricco di fibre e ha un'efficace funzione diuretica; si può considerare quindi un frutto completo sotto tanti punti di vista. Esiste anche un'altra varietà, chiamati cachi vaniglia o cachi mela, che hanno una polpa soda e croccante simile a quella delle mele. Sono più pratici da mangiare (basta sbucciarli e tagliarli a fette, senza il rischio di sporcarsi), e leggermente meno dolci. Una ricetta inusuale è quella dei cachi "gratinati", per la quale occorrono 2 cachi non troppo maturi, 1 albume, 2 cucchiaini zucchero a velo, 1 cucchiaino mandorle a scaglie, 1/2 bicchierino di cognac, cioccolato fondente, zucchero un cucchiaino. Lavare i cachi, asciugarli, tagliarli a metà, foderare una pirofila, adagiare i cachi, spruzzarli con il cognac, montare l'albume con un pizzico di sale, unire lo zucchero poco alla volta, versare gli albumi in una tasca di tela, distribuire gli albumi montati sui cachi e distribuire le scaglie di mandorle, infornare i cachi per 5 minuti. Intanto mettere a bollire in un pentolino un po' di acqua, spezzettare il cioccolato, fare fondere il cioccolato, spegnere il fuoco e aggiungere un cucchiaino di zucchero, aggiungete un cucchiaino di cognac alla salsa; adagiare i cachi cotti sul piatto di portata, spolverare di zucchero a velo, contornare con scaglie di mandorle, decorare il piatto e i cachi con un filo di cioccolato fondente.