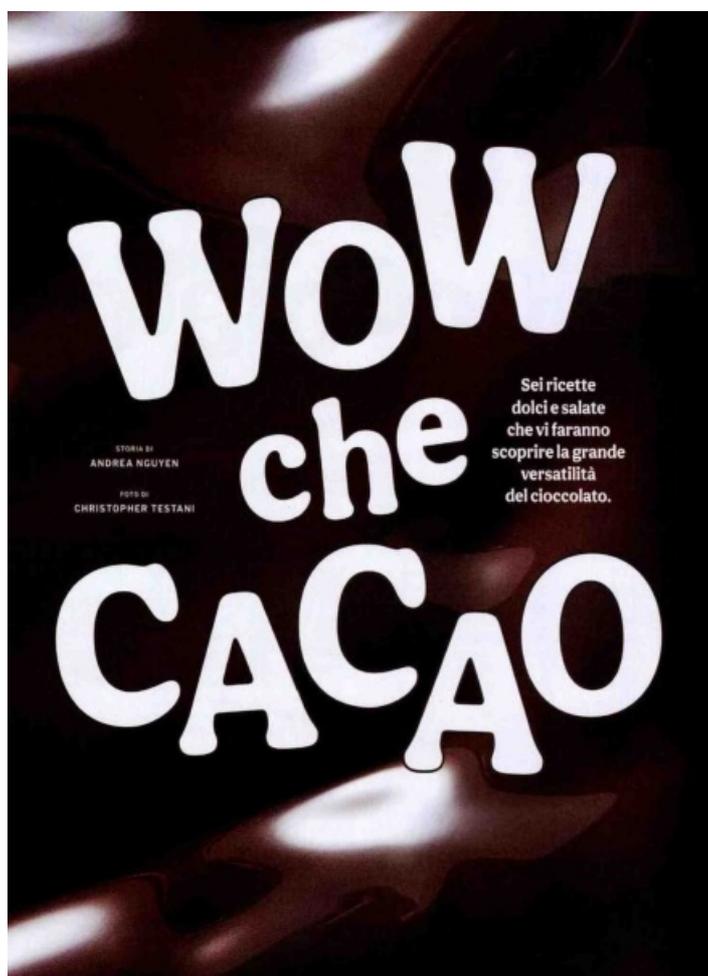


WoW che CACAO

Tipologia: Quote

Topic: Food

di ANDREA NGUYEN - 01/03/2023

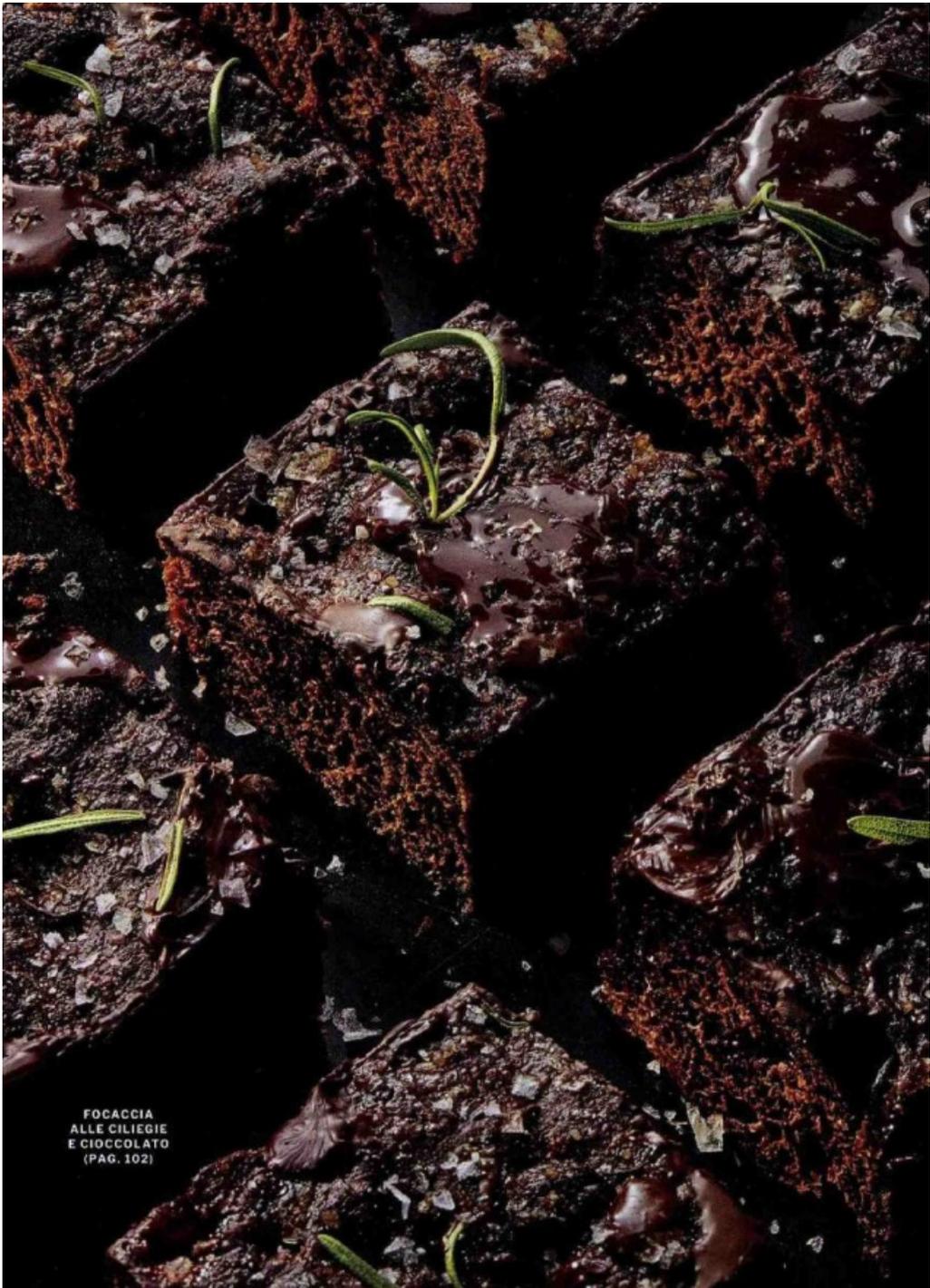




Non stavo
cercando
il
cioccolato

ESTATO LUI A VENIREA CERCARE ME. Agli inizi della nostra relazione, il mio ragazzo (oggi marito) mi confessò quanto lo adorasse. Eravamo nel mezzo degli anni 90 e cominciai a deliziarlo con ogni tipo di leccornia cioccolatosa fatta in casa: tartufini e mousse, oltre a torte a più piani, capresi senza farina e monoporzioni dal cuore caldo. Quello che invece si limitava a fare lui, il giorno di San Valentino, era regalarmi la classica scatola di cioccolatini a forma di cuore dritta dritta dal supermercato, cosa che ci faceva molto ridere ma ci lasciava ben poco da gustare. Mentre lui si appassionava alla mia cucina, io mi innamoravo del suo buffo romanticismo. Con gli anni, poi, ho imparato a conoscere meglio il cioccolato e smesso di considerarlo un ingrediente da destinare solo a dolci e sfizi delle feste. Finalmente, sono arrivata a capire quanto possa rivelarsi sfaccettato, complesso e prestarsi a una moltitudine di interpretazioni. Simran Sethi, giornalista e autrice di *Bread, Wine, Chocolate*. La lenta scomparsa dei cibi che più amiamo (*Slow Food Editore*), è d'accordo con me. Apprezzare a pieno il cioccolato, e sapere come usarlo, equivale a passare dal «bianco e nero al Technicolor—dice—. Si tratta di un cibo di conforto, al quale ci rivolgiamo quando abbiamo il cuore spezzato, quando vogliamo comunicare il nostro amore o semplicemente sentirci felici. Se ci piace un certo cibo, allora ci verrà naturale volere sapere di più sulle sue origini». Dietro ogni tavoletta di cioccolato e ogni cucchiaino di cacao in polvere c'è infatti un lungo processo che prende il via dal *Theobroma cacao*, un albero nativo delle Americhe che oggi si coltiva nella fascia tropicale compresa tra i 20 gradi a nord e a sud dell'equatore. Il suo nome scientifico dice dell'alta considerazione della quale la pianta godeva in Centro America:

Theobroma significa "cibo degli dei" in greco antico, mentre cacao deriva dal termine maya che indica l'albero stesso. I frutti del cacao, dalla forma di una palla da rugby, sono raccolti a mano con grossi machete — un lavoro pericoloso e difficile, come spiega Sethi. Ognuno contiene circa quaranta fave di cacao color crema. Il passaggio da queste al cioccolato implica una serie di complesse attività che includono la fermentazione, l'essiccamento, la tostatura, la vagliatura, la macinatura, la raffinazione, la formulazione, il concaggio e infine il temperaggio. Il cioccolato non è soltanto difficile da produrre, ma è anche un prodotto estremamente prezioso: la resa di ciascuna pianta di cacao è di un solo chilo all'anno, che basta per non più di 25 tavolette al 70%, come spiega il pasticciere e consulente cioccolatiere Michael Laiskonis dell'Institute of Culinary Education di New York. Quando scegliete il cioccolato per cucinare, preferitene uno ad alta percentuale di cacao, consiglia Amy Guillard della Guillard Chocolate Company, produttrice di cioccolato di qualità da sgranocchiare, bere in tazza o usare in cucina. Questo valore indica quanta parte del cioccolato deriva dalle fave. In generale, quello con una percentuale più alta spicca per il gusto intenso e meno dolce. Comprare e utilizzare cioccolato di qualità con percentuali di cacao più elevate è anche un gesto piccolo ma significativo che i consumatori possono compiere per indirizzare le risorse verso i coltivatori. Infatti, è soltanto il 7% circa delle entrate dell'industria del cioccolato a raggiungere le loro tasche, quindi più cacao consumiamo e meglio è (vedete "Il cioccolato buono è il cioccolato equo" a pag. 98). Anche varietà di cioccolato con la stessa percentuale possono differire molto tra loro per intensità e dolcezza, a seconda sia della composizione della parte relativa al cacao (che può com



FOCACCIA
ALLE CILIEGIE
E CIOCCOLATO
(PAG. 102)



SANDWICH
TOSTATI CON
NOCCIOLE E
CIOCCOLATO
(PAG. 101)



Finalmente, sono arrivata a capire quanto possa rivelarsi sfaccettato, complesso e prestarsi a una moltitudine di interpretazioni



prendere burro di cacao e altri suoi derivati solidi) che di ciò che ogni produttore inserisce in quella rimanente (in genere un mix di zuccheri, derivati del latte e stabilizzanti, come la lecitina). Così, una volta deciso per quale percentuale optare, è essenziale assaggiare il cioccolato per capire davvero con cosa si sta per lavorare. Ho intuito infatti che questo ingrediente è un po' come le persone estremamente complesse e in attesa di essere capito a fondo; solo così rivelerà i propri innati superpoteri. Per risvegliare il vostro interesse verso il cioccolato, in questo periodo dell'anno in cui si celebra anche l'amore, ho messo insieme una collezione di ricette che non passano inosservate e testimoniano al meglio quanto questo sia versatile. Il cioccolato da cucina, che si scioglie in maniera molto fluida, riveste per bene ciascuno dei Popcorn al fondente e cioccolato caramellato (ricetta a pag. 102): servitene una ciotola bella piena a coloro che amate. Il cacao in polvere amaro invece è perfetto quando avete bisogno che il sapore del cioccolato risalti al meglio a fianco di altri elementi. Inoltre, è abbastanza flessibile da poter essere la star di piatti salati, come le Bistecche alle spezie e cacao con salsa al cioccolato e vino rosso (pag. 103), da mangiare in due. O ancora, la chiave di volta della sontuosa Supercioccolata calda (pag. 98), in cui lo zucchero di canna grezzo e il latte di cocco si affiancano per esaltare la natura tropicale del cacao, in un vero e proprio dessert da bere. Fate merenda con un po' di Focaccia alle ciliegie e cioccolato (pag. 102) o godetevi un cremoso rendez-vous di mezzanotte con i Sandwich tostati con nocciole e cioccolato (pag. 101). Ognuna di queste ricette vi riserverà delle belle sorprese gastronomiche, come anche una buona dose di divertimento e perché no romanticismo.

Il miglior cioccolato per cucinare

Conservate le tavolette artigianali avvolte in confezioni eleganti per gli snack: il loro maggiore contenuto di solidi di cacao rispetto al burro di cacao dà delle sfumature di gusto che rischiano di sparire insieme ad altri ingredienti, oltre a sciogliersi in maniera poco omogenea. Per cucinare, preferite invece le tipologie elencate di seguito, che offrono un gusto robusto e una dose di burro di cacao sufficiente per potersi amalgamare bene con qualsiasi alimento decidiate di abbinare. E se nella vostra gastronomia di fiducia non trovate esattamente ciò che state cercando, ricordate che il cioccolato sa anche perdonare: mi è capitato spesso di usare cioccolato da cucina al posto di quello in gocce (e viceversa) e sono ancora qui a raccontarlo. Alla fine, la scelta dipende soprattutto dai vostri gusti e dall'uso che ne volete fare.

Gocce e scaglie

Formulate con diverse percentuali di cacao, gocce, scaglie e altri formati di cioccolato in pezzi prevedono livelli di burro di cacao relativamente bassi, in modo da mantenere la propria forma in cottura (il che li rende ideali per i biscotti, ad esempio). Meno burro di cacao, però, vuol dire anche meno gusto di cioccolato. Nonostante questo, gocce di alta qualità (a volte etichettate come "gocce di cioccolato da forno") spesso hanno un discreto quantitativo di burro di cacao: potete usarle nei Sandwich tostati con nocciole e cioccolato (pag. 101). **La scelta di F&W:** Gocce Toscano Black 70% Amedei (amedei.it).

Ciocolato bianco

Prodotto soltanto con burro di cacao, solidi del latte (o latte in polvere), zucchero e magari lecitina e vaniglia, il cioccolato bianco è semplicemente una varietà priva di solidi di cacao. Il burro di cacao è dolce e ricco, cosa che ne spiega il gusto delizioso. Un cioccolato bianco di ottima qualità deve essere giallo pallido (il colore naturale del burro di cacao). Per i Popcorn al fondente e cioccolato caramellato (pag. 102), comprate delle tavolette di cioccolato bianco da cucina o delle pastiglie: si caramelleranno e scioglieranno alla perfezione, ricoprendo i popcorn. Le gocce di cioccolato, oppure una tipologia con olio di palma o altri tipi di oli, non funzionerebbero altrettanto bene. **La scelta di F&W:** Fave Ivoire 35% Valrhona (valrhona.com).

Ciocolato da cucina e pastiglie

Tutto ciò che è etichettato come "cioccolato da cucina" contiene di solito più burro di cacao per facilitare lo scioglimento. Riscaldandolo, infatti, diventa fluido e setoso. Poiché il burro di cacao aggiunge grassi che smorzano il sapore naturalmente amaro del cacao, il cioccolato da cucina risulta spesso piuttosto dolce. Le pastiglie (a volte chiamate anche fave, pistoles o callets) si presentano sotto forma di pezzetti piccoli e piatti che non necessitano di essere tagliati e sono facili da pesare. **La scelta di F&W:** Fave Guajana 70% Valrhona (valrhona.com).

Cacao in polvere

Il cacao in polvere non zuccherato è perfetto quando c'è bisogno di un sapore particolarmente intenso o se dovete inserire il cioccolato come ingrediente secco. Eventualmente si può aggiungere qualcosa che lo addolcisca oppure un grasso o altri ingredienti per gestire al meglio il risultato. In molte ricette viene specificato se è meglio usare cacao olandese (alcalinizzato) oppure naturale (non alcalinizzato). Quello alcalinizzato è più scuro e con un gusto più morbido rispetto al naturale, che invece è maggiormente amaro e complesso. Scegliete quello che preferite per i Popcorn, la Super cioccolata calda (pag. 98) e le Bistecche alle spezie e cacao con salsa al cioccolato e vino rosso (pag. 103). **La scelta di F&W:** Cacao in polvere a bassa potassatura 22-24% Domori (domori.com).