

WIGWAM

NEWS



DIVENTA RESILIENTE!

**PARTECIPA CON NOI
E SOSTIENI LA RETE DELLE
COMUNITA' LOCALI WIGWAM**

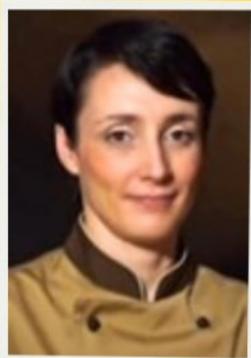
Quote associative 2024

- Socio Ordinario € 25,00
- Socio Sostenitore € 100,00
- Socio Sostenitore Ente € 300,00

c/c Postale n. 69120327 intestato a Wigwam APS Italia o con bonifico a IBAN IT86X076011210000069120327 BIC/SWIFT BPPIITRRXXX

Scegli Wigwam per il tuo **5 per mille**

92061130289



Anita Tassinato
Redazione
Wigwam News

AUTUNNO, TEMPO DI CACHI, FRUTTO PREZIOSO DALLE ORIGINI ANTICHE

Storia, curiosità e gusto di un frutto che colora di arancione la stagione autunnale, buono così, oppure, per una "Torta di cachi e gocce di cioccolato"

I cachi, chiamato anche *Diospyros kaki* o "mela d'Oriente," è un frutto autunnale dalla bellezza inconfondibile e dal sapore delicato e dolcissimo. Originario dell'Asia orientale, questo frutto ha attraversato secoli e continenti, conquistando con il suo colore arancione acceso e il suo gusto avvolgente le tavole di tutto il mondo.

La storia dei cachi risale a oltre 2000 anni fa, tra la Cina e il Giappone, dove la coltivazione del *Diospyros kaki* ebbe inizio. In queste terre il frutto è simbolo di pace e prosperità. È solo nell'Ottocento che i cachi arrivarono in Europa, inizialmente come piante decorative per i giardini botanici, e infine si affer-

marono anche come frutto alimentare. Oggi l'Italia, in particolare nelle regioni meridionali, è uno dei principali produttori di cachi in Europa, grazie al suo clima favorevole.

La parola "*diospyros*" deriva dal greco e significa "cibo degli dei" o "grano di Zeus," un nome che rende omaggio alla dolcezza e all'apparenza regale del frutto.

Gli alberi di cachi sono tra i più longevi e robusti, resistendo a temperature estreme e condizioni ambientali difficili. Sono sopravvissuti persino alla bomba atomica di Nagasaki, motivo per cui il cachi è anche considerato un simbolo di speranza e rinascita. Esistono due principali tipi di cachi: il cachi

Il cachi non è solo un frutto, ma una vera e propria esperienza sensoriale che porta un po' di calore e colore nelle giornate d'autunno



**La Comunità Locale
Wigwam
della Saccisica**

**I CACHI:
TESORI
D'AUTUNNO
TRA STORIA
CURIOSITÀ
E GUSTO**





classico, che va consumato quando è molto maturo e morbido, e il cachi vaniglia o *kaki mela*, che può essere mangiato anche quando è ancora croccante.

I cachi, con la loro polpa morbida e zuccherina, hanno una consistenza vellutata e un sapore delicato e ricco di note dolci. Il frutto è caratterizzato da un profumo lievemente floreale e una sfumatura di caramello naturale, che rende l'esperienza di gusto calda e appagante. I cachi sono ricchi di fibre e sono una fonte eccellente di

vitamina A e C. La loro dolcezza naturale li rende particolarmente amati da chi cerca una merenda nutriente e gustosa, soprattutto nei mesi più freddi.

Il cachi è molto versatile e può essere utilizzato in numerose preparazioni, sia dolci che salate. Il modo più semplice e comune per gustare un cachi è mangiarlo al cucchiaio quando è ben maturo. La sua polpa morbida è perfetta per una dolce pausa autunnale. I cachi sono ideali per marmellate e confetture, arricchendo ogni colazione con la loro dol-

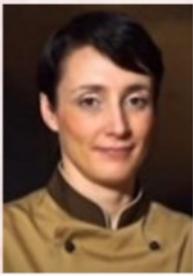
cezza e intensità. I cachi a polpa croccante possono essere tagliati a cubetti e aggiunti a insalate, insieme a rucola, noci e formaggio, per un sapore dolce e bilanciato. Nella cucina moderna, il cachi viene talvolta utilizzato anche come accompagnamento a carni saporite o formaggi stagionati, grazie al contrasto che crea tra dolcezza e sapidità.

Sono perfetti per mousse, torte e budini. In alcune ricette, si abbina la polpa di cachi al cioccolato fondente per un dessert unico e raffinato, come la ricetta che vi propongo di seguito, un dolce facile che si può fare anche con i bambini, sano e goloso per la colazione e anche per la merenda.

Il cachi non è solo un frutto, ma una vera e propria esperienza sensoriale che porta un po' di calore e colore nelle giornate d'autunno. Un regalo della natura che, dalla Cina antica fino alle tavole di oggi, continua a raccontare la sua dolce storia ■

© Riproduzione riservata





Anita Tassinato
Redazione Wigwam News
e pasticceria del Circolo
di Campagna Wigwam
"Arzerello" APS



LA RICETTA



Torta di cachi e gocce di cioccolato

Con il loro tipico colore arancione e la loro polpa molto dolce e morbida, quasi quanto quella di una crema, i cachi caratterizzano la stagione autunnale. Quando sono maturi, infatti, il loro gusto è irresistibile e si prestano a tantissimi utilizzi in cucina.

INGREDIENTI

200 g di farina 00, 80 g di zucchero, 3 uova, 2-3 cachi (350g), 100ml olio di semi, 1 bustina di lievito, 1 cucchiaino di estratto di vaniglia, 100 gr di gocce di cioccolato fondente, 1 pizzico di sale



PREPARAZIONE

Pulire i cachi, sbucciateli tagliando la buccia in maniera molto sottile, e riducete la polpa a pezzi. Se i cachi sono molto maturi ed hanno una polpa morbida potrete schiacciarla con una forchetta, diversamente se è un po' più compatta (dipende anche dalle qualità del frutto) frullatela, fino ad ottenere una crema. Aggiungere la farina setacciata insieme al lievito, a cucchiainate, poco alla volta, mentre continuate a lavorare. In ultimo aggiungere anche un pizzico di sale. Incorporare anche le gocce di cioccolato lasciandone da parte poche per la superficie. Versare l'impasto in uno stampo a cerniera di 22-24cm di diametro, unto o rivestito con della carta forno. Distribuire sulla superficie le rimanenti gocce di cioccolato ed infornare la torta in forno statico preriscaldato a 180° per 45-50 minuti. Quando il dolce è pronto sformare e lasciare raffreddare prima di sformarlo.

