



di Maurizio De Pasquale
www.orlandipasticceria.com

la CASTAGNA

... UN FRUTTO ANCORA
DA SCOPRIRE!

Durante la prima metà del XX secolo, la castanicoltura ha attraversato una lunga fase di stallo in seguito all'aumento demografico, che ha determinato una riduzione delle aree boschive per far posto ad aree coltivabili. Nella cultura e nella tradizione italiana, la castanicoltura da frutto riveste un ruolo molto importante per le zone di montagna.

ESISTONO
**ESEMPLARI
ULTRACENTENARI**
CHE SONO STATI
INDIVIDUATI,
FRA I PIÙ FAMOSI
SI RICORDA IL
**CASTAGNO DI
CENTO CAVALLI**
UBICATO NEL PARCO
DELL'**ETNA**

I prodotti derivanti dalla trasformazione sono distinguibili in prodotti finiti e semilavorati: i primi, pronti per la commercializzazione e il consumo (castagne secche, farina, marrons glacés, marroni sotto alcool, al naturale, sottovuoto) i secondi sono destinati ad ulteriori lavorazioni (essenzialmente marroni e castagne, pelati o ridotti in purea).

Il mercato è ancora fortemente legato alla tradizione, infatti solo una limitata quota di prodotto è destinata alle trasformazioni industriali, il 7-15% dei frutti viene essiccato, mentre il 15-20% è utilizzato per la preparazione di marrons glacés, frutti canditi, sciroppati e creme. Il consumo

fresco, compreso l'autoconsumo e l'esportazione, interessa il restante 60-65% della destinazione finale delle castagne. I marroni sono destinati per il 35-40% all'industria di trasformazione, per il 15-20% all'essiccazione e la produzione restante è utilizzata per il consumo fresco.



IL FRUTTO

La castagna è il frutto contenuto in una cupola spinescente, il riccio. La forma delle castagne è determinata, oltre che geneticamente, anche dalla posizione all'interno del riccio: è emisferica per i frutti laterali, appiattita per quello centrale. All'interno del frutto si trova la parte commestibile, cioè il seme, caratterizzato da una polpa chiara e consistente.

Le castagne possono essere domestiche o selvatiche. Quelle domestiche caratterizzate da piccole dimensioni, peso intorno ai 20 g, sono dolci e a pellicola facilmente staccabile. Quelle selvatiche invece sono ancora più piccole, hanno un peso minore a 10 g, sono meno dolci e a pellicola difficilmente staccabile. Il frutto è dolce e profumato, dimensioni di media grandezza, con peso attorno ai 60 g, forma arrotondata, buccia rossastra. Ogni riccio contiene normalmente un solo seme. Alla base della castagna vi è una cicatrice denominata ilo piccola e presenta margini sinuosi provvisti di peli. Ciò distingue il frutto del



Fiorentino, il Michelangelo e il Marrone di Marradi.

Una pianta di castagno adulta in ottime condizioni in un contesto ottimale può dare un prodotto medio annuo di 40-50 Kg allo stato fresco. La produzione inizia verso il quindicesimo anno ed è pari a 20-30 Kg per anno; per ettaro in media può produrre da uno a due tonnellate. La massima produzione si ottiene a 80-100 anni di età, si tratta infatti di piante longeve.

**UNA PIANTA
DI CASTAGNO
ADULTA PUÒ
DARE UN
PRODOTTO
MEDIO ANNUO
DI 40-50 KG
ALLO STATO
FRESCO**

marrone da quello delle altre castagne che, invece presentano un ilo largo a margini lisci. Fra le diverse varietà si ricorda il Marrone

CONSERVAZIONE

Le castagne, nella maggior parte dei casi sbucciate e pelate, sono surgelate rapidamente in tunnel a -40°C per circa 15'-20', affinché la surgelazione avvenga in modo rapido ed omogeneo. Per evitare eccessiva disidratazione, vengono poi confezionate e mantenute a -20°C fino al momento della commercializzazione. Tali temperature abbinate ad un'umidità relativa controllata tra l'80% e il 90% garantiscono una conservazione del prodotto tra i 6 e i 12 mesi. Il prodotto, così trattato, conserva

inalterate le qualità organolettiche e mantiene una buona consistenza durante la cottura.

Lo scongelamento avviene per semplice trasferimento del prodotto in locali a temperatura ambiente, o per immissione di vapore acqueo, oppure per immersione in acqua tiepida o fredda. Dopo lo scongelamento i frutti devono essere immediatamente utilizzati. Tale metodo trova importanti impieghi sia nella grande distribuzione sia nell'industria per la canditura o la glassatura, poiché consente una migliore organizzazione del lavoro nell'intero arco dell'anno. Nella forma congelata si trovano anche castagne precedentemente arrostate, la cui fruizione è possibile in seguito a semplice riscaldamento in forno normale o a microonde.

CARATTERISTICHE ORGANOLETTICHE

Il componente principale di marroni e castagne è l'amido. Il comportamento della farina di castagne rispetto alle altre farine si diversifica per l'elevato tenore di zucchero. Le diverse caratteristiche di questa materia prima, rispetto agli altri prodotti amidacei, si possono valutare prendendo in esame la temperatura di gelatinizzazione, i valori di viscosità e la

capacità di idratazione.

Per quanto riguarda il fenomeno della gelatinizzazione questo si verifica a 60°C per la farina di castagna.

La farina di castagne

La farina di castagne oltre ad essere un prodotto di seconda trasformazione può anche essere definita una "conserva", infatti si tratta di una materia che, se idoneamente conservata, è stabile a lungo presentando una shelf life superiore a 12 mesi. La stabilità della farina è garantita dai bassi tenori di Aw (attività dell'acqua libera). Per ottenere un prodotto finito con elevate qualità organolettiche e nutrizionali, altamente digeribile e stabile nel tempo, è opportuno effettuare un trattamento termico a 50°C - 60°C in modo da ridurre al minimo eventuali fenomeni di degradazione a carico della materia prima.

LA **FARINA** DI
CASTAGNE OLTRE
AD ESSERE UN
PRODOTTO
DI **SECONDA**
TRASFORMAZIONE
PUÒ ANCHE ESSERE
DEFINITA UNA
"**CONSERVA**"

	Fresco	Secco
Acqua %	47,1	10,3
Glucidi (g/100g)	36,9	61,4
Zuccheri (g/100g)	8,6	22,4
Saccarosio (g/100g)	6,7	21,4
Glucosio (g/100g)	0,9	0,5
Fruttosio (g/100g)	0,6	0,6
Maltosi (g/100g)	0,4	0,3
Amido (g/100g)	28,3	39,9
Fibra alimentare (g/100g)e	8,2	13,6
Proteine (g/100g)	3,0	5,3
Lipidi (g/100g)	2,1	3,5

Caratteristiche nutrizive di frutti freschi e secchi

CASTAGNE ARROSTO

Le qualità commerciali, specialmente per le castagne arrostate, devono avere dimensioni uniformi, essere facilmente pelabili, di color avorio, la polpa deve essere consistente e allo stesso tempo sciogliersi in bocca, non devono presentare aree eccessivamente abbrustolite, infine devono essere dolci ed aromatiche. L'arrostito determina una riduzione del contenuto idrico e un trascurabile decremento della frazione proteica, mentre aumenta il tenore di zuccheri.

VALORI NUTRIZIONALI

Le castagne sono frutti nutrienti e digeribili che rispondono alle attuali esigenze dei consumatori orientati verso cibi naturali e genuini che apportano sostanze biologicamente attive fondamentali per una sana alimentazione. A differenza della maggior parte dei frutti a polpa, il contenuto idrico è



STAGIONALITÀ



relativamente modesto, infatti nel prodotto fresco si aggira intorno a valori del 50%, mentre nelle castagne secche scende al 10%. Si tratta di un frutto molto nutriente, basti pensare che 100 g di castagne fresche apportano circa 160 Kcal, inoltre presentano un contenuto di fibra pari al 7-8%, un apporto di glucidi zuccherini ed amidacei del 35%, un eccellente contenuto di proteine di qualità, una bassa

percentuale di grassi, sali minerali e di acido fitico, infine possiedono un modesto contenuto di vitamine idrosolubili (B1 e B2), la Vitamina C presente nel frutto fresco nell'ordine di 23 mg/100 g, scompare completamente in seguito a trattamento termico.

I valori nutritivi possono variare sensibilmente in seguito al processo produttivo: nelle castagne bollite si ha un incremento di umidità seguito da una diminuzione di circa il 25% del valore energetico, il contenuto di amido diminuisce e si hanno perdite di potassio e magnesio, mentre proteine, lipidi e saccarosio si modificano di poco. Nelle caldarroste

l'umidità si abbassa del 20% e il contenuto di zuccheri disponibili ed il valore energetico aumentano del 25% (200 Kcal), con l'essiccazione cresce il contenuto proteico e di carboidrati disponibili che raggiungono valori di 60 g/100 g di parte edule. Nella farina è molto significativo il contenuto di fibra (14,2%), con prevalenza della quota insolubile, il valore energetico raggiunge valori di 343 Kcal/100 g.

Ingredienti

250 g albume
50 g zucchero di canna
180 g tuorli
200 g zucchero di canna
120 g bevanda di soia
180 g olio di girasole
100 g rhum
35 g lievito chimico
380 g farina di castagne

Preparazione

Montare i tuorli con lo zucchero. Separatamente unire bevanda di soia, olio di girasole e rhum (fare una maionese con frullatore a immersione).

Mettere un po' di montata rossa nella maionese per alleggerirla e unire i due composti.

Montare separatamente albumi e zucchero. Unire le polveri. Colare in cerchi e cuocere a 175°C per 30 minuti.



LA RICETTA

Torta di
castagne

senza glutine e
latticini

