



## Peperoncino, un fuoco in gola

I consigli enologici di Francesco Ferraro per gustare al meglio il sapore piccante che conferisce ai cibi

di GIACOMO NEWLIN

Ai tempi di Cristoforo Colombo, che lo portò in Europa, veniva chiamato "pepe delle Indie", ma il peperoncino piccante era conosciuto nelle Americhe già 9000 anni fa, mentre sembra che in Asia e Africa fosse diffuso ben prima di Colombo. Fa parte, come tutti i peperoni, della grande famiglia delle solanacee che può vantare 85 generi, di cui uno è il "capsicum" al quale appartiene il peperoncino rosso piccante, la cui specie più importante si chiama appunto "capsicum annum". Per chi non lo sapesse, all'Istituto Agrario Cantonale di Mezzana vengono coltivate oltre 100 varietà di peperoncino! Il peperoncino è in grado di dar fuoco alla gola con la sua piccantezza, ma anche di conferire, nelle sue varietà dolci, piccanti e piccantissime, un buon sapore a diverse pietanze. La sostanza che determina la piccantezza è la capsaicina e il livello di piccantezza viene calcolato con una scala detta di Scoville, che va da zero a

16 milioni di unità (capsaicina pura). Pensate che il peperoncino calabrese, considerato piccantissimo, raggiunge a malapena le 15.000 unità, mentre il più piccante del mondo, originario dell'isola di Trinidad, che si chiama Trinidad Moruga Scorpion, raggiunge 1.463.700 unità, praticamente un'arma letale! Il peperoncino contiene diverse sostanze benefiche come vitamine, sali minerali, lecitina ecc. in proporzioni particolari che lo rendono adatto a contrastare numerose patologie: dai reumatismi all'arteriosclerosi, dalla caduta dei capelli alla digestione difficile, dalla laringite al tabagismo. Per quanto riguarda invece il rapporto peperoncino-eros, meglio dire subito che le virtù erotiche non sono state mai sorrette da basi scientifiche, per cui ciò che si può dire è che il peperoncino, grazie alla suggestione psicologica, all'atmosfera giusta e soprattutto al partner ideale, può in tal senso avere un effetto stimolante.

A noi però interessa in modo particolare il suo utilizzo in cucina e le modalità di consumo: fresco (intero o a pezzetti), secco e in polvere, sott'olio, sott'aceto. Diciamo subito che è consigliabile consumarlo crudo perché con il calore le preziose sostanze di cui è ricco andrebbero in gran parte distrutte. Da ricordare anche che per spegnerne il fuoco in bocca meglio non buttarsi sull'acqua: mangiare piuttosto un po' di mollica di pane con un pizzico di sale oppure del pomodoro fresco. Ovviamente l'abbinamento con il vino non è facile, ma ci proviamo con un paio di piatti suggeriti da Francesco (Ciccio) Ferraro, calabrese DOC, chef e titolare del Ristorante Camino a Ruvigliana. Le "pennette incandescenti" (ingredienti: olio extravergine d'oliva,

peperoncino fresco, aglio tritato, salsa di pomodoro già cotta, olive nere, basilico fresco e origano selvatico) sono da accostare al rosso Vigna D'Antan 2009 prodotto da Guido Brivio: 60% Merlot, 30% Cabernet Sauvignon, 10% Cabernet Franc; un vino dai tannini lunghi e con una buona alcolicità, capace di tenere testa ad un simile piatto speziato. Il secondo piatto, "code di gamberoni in salsa forte", contempla tra gli ingredienti olio extravergine d'oliva, code di gamberoni, aglio tritato, peperoncino fresco tritato, pomodori datterini, vino bianco, sale, basilico e origano selvatico. Si può abbinare con soddisfazione al bianco Convivio della Monticello Vini di San Pietro di Stabio, prodotto con uve Chardonnay dalla carica aromatica e con uve Merlot vinificate in bianco, che apportano delicatezza e fragranza. Sono caratteristiche che si sposano bene con un piatto dai decisi sapori mediterranei.

**DOVE SI TROVA/WO ZU FINDEN**  
**RISTORANTE CAMINO**  
 via Massago 3  
 6977 Ruvigliana  
 Tel. +41(0) 91 971 52 12

## Chilischoten, das Feuer im Gaumen

Die önologischen Ratschläge von Francesco Ferraro, um den scharfen Geschmack, den die "Peperoncini" den Lebensmitteln verleihen, noch besser zu schmecken



von GIACOMO NEWLIN

Zu den Zeiten von Christoph Columbus, der ihn nach Europa gebracht hatte, wurde er "indischer Pfeffer" genannt. Aber Chilischoten, in der Schweiz oft italienisch Peperoncini genannt, waren in den beiden Amerikas bereits vor 9000 Jahren bekannt, in Asien und Afrika waren sie auch lange vor Columbus Entdeckung verbreitet. Chilischoten sind, wie alle Paprikasorten, Teil der grossen Familie der Nachtschattengewächse, zu der 85 Arten gehören. Eine davon ist der "capsicum", zu dem auch die rote Chilischote gehört, genauer heisst die Art "capsicum annum". Im kantonalen Landwirtschaftsinstitut in Mezzana werden über 100 Varianten von Chilischoten kultiviert! Die Chilischote kann den Gaumen mit ihrer Schärfe in Brand versetzen. Aber ihre süssen, scharfen und schärfsten Varianten verleihen verschiedenen Gerichten einen guten Geschmack. Die Substanz, die die Schärfe bestimmt, ist das Capsaicin, dessen Schärfe mit der Scoville-Skala, die von null bis zu 16 Millio-

nen Einheiten (reinen Capsaicins) reicht gemessen wird. Stellen Sie sich vor, dass die kalabresische Chilischote, die als sehr scharf beurteilt wird, gerade einmal 15'000 Einheiten erreicht, während die schärfste der Welt, die von der Insel Trinidad stammende Trinidad Moruga Scorpion, 1'463'700 Einheiten erreicht – diese Schote ist praktisch eine tödliche Waffe! Die Chilischote enthält wohltuende Substanzen wie unter anderem Vitamine, Mineralsalze, Lecithin. Die spezifischen Verhältnisse dieser Substanzen versetzen sie in die Lage verschiedenen Leiden entgegenzuwirken: vom Rheuma zur Arteriosklerose, vom Haarausfall zur schlechten Verdauung, von der Kehlkopfentzündung zur Nikotinsucht. Was jedoch das Verhältnis von der Chilischote zum Eros betrifft, ist es besser sofort zu sagen, dass die erotischen Eigenschaften, die ihr nachgesagt werden, keine wissenschaftliche Grundlage haben. Deshalb ist alles was man sagen kann, dass die Chilischote, dank ihrer psychologischen

Suggestion, der richtigen Atmosphäre und vor allem dank dem idealen Partner, einen stimulierenden Effekt haben kann. Uns interessiert aber besonders ihre Nutzung in der Küche und die Weisen in der man sie konsumieren kann: frisch (ganz oder in Stücken), trocken und als Pulver, in Öl oder Essig eingelegt. Es wird angeraten sie roh zu essen, denn mit der Hitze geht ein Grossteil der gesundheitsförderlichen Stoffe verloren. In Erinnerung zu behalten ist auch, dass es besser ist das Feuer im Gaumen nicht mit Wasser zu löschen: Besser ist es, Brot ohne Rinde mit einer Prise Salz oder eine frische Tomate zu essen. Selbstverständlich ist die Vermählung mit Wein nicht einfach, aber wir versuchen es mit ein paar von Francesco (Ciccio) Ferraro, einem Kalabresen DOC und Chef und Eigentümer des Restaurants Camino in Ruvigliana, vorgeschlagenen Speisen. Die glühenden Pennette, pennette incandescenti (Zutaten: kaltgepresstes Olivenöl, frische Chilischote, gehackter Knoblauch, bereits

gekochte Tomatensauce, schwarze Oliven, frischer Basilikum und wilder Oregano), sollen mit dem Roten Vigna D'Antan 2009, hergestellt von Guido Brivio, vermählt werden: 60% Merlot, 30% Cabernet Sauvignon, 10% Cabernet Franc; ein Wein mit langen Tanninen und einem guten Alkoholgehalt, in der Lage einem derart würzigen Geschmack die Stirn zu bieten. Das zweite Gericht, Riesencrevettenschwänze an scharfer Sauce zählt kaltgepresstes Olivenöl, Riesencrevettenschwänze, gehackten Knoblauch, frische Chilischoten, Kirschtomaten, Weisswein, Salz, Basilikum und wilden Oregano zu seinen Zutaten. Diese Speise lässt sich mit dem Weissen Convivio von Monticello Vini aus San Pietro di Stabio zufriedenstellend verbinden. Der Wein wurde mit äusserst aromatischen Chardonnay-Trauben und weiss gekelterten Merlot-Trauben, die Feinheit und Wohlgeruch beisteuern, hergestellt. Das sind Eigenschaften die sich gut mit einem mediterranen Teller mit entscheidenden Geschmächen paaren lassen.