

Dyospyros Kaki

KAKO – PERSIMMON TREE – KAKI – KAKIPFLAUME

CAQUI - XYPMA - 柿の木 - 柿子树 - يكاك

CENNI STORICI:

Il caco definito anche mela d`Oriente o Loto del Giappone è un frutto simbolo dell`inverno ma dalle caratteristiche dei frutti estivi: zuccherinità, succosità e colore. Se ben maturo, è molto gustoso mentre quando è ancora acerbo conserva un sapore agro che punge la lingua. La sua morbida polpa gli ha fatto meritare il nome scientifico di “diospyros” cioè “pane degli dei”. Il nome “kaki” è l`abbreviazione del nome originale giapponese “kaki no ki”, col quale la pianta veniva chiamata fin dal primo millennio. È considerato l`albero dalle sette virtù: vive a lungo, dà una grande ombra, fra i suoi rami non ci sono nidi, non è attaccabile dai parassiti, le sue foglie giallo rosse sono decorative dall`autunno fino ai geli, il legno da un bel fuoco, è ricco di sostanze concimanti per il terreno grazie all`abbondante caduta di fogliame. In Europa il kaki è arrivato alla fine del '700 come pianta ornamentale, ma l`interesse quale albero da frutta, in Francia e successivamente in Italia, risale a dopo la metà dell`800. Il primo esemplare impiantato nel nostro paese, fu posto nel 1870/71 nel giardino fiorentino di Boboli. Pare che Giuseppe Verdi, conquistato dalla dolcezza dei kaki, ne fosse uno degli ammiratori più ghiotti.

CARATTERISTICHE BOTANICHE ED AGRONOMICHE:

- *FAMIGLIA: Ebenacee*
- *TEMPERATURA MINIMA: -12°/17°*
- *ALTEZZA MASSIMA: 6/8 mt*
- *POTATURA: Febbraio*
- *SUOLO: Terreno ben drenato e ricco di sostanza organica.*



VARIETÀ KAKO:



- *HANAFUJI:*

Frutto grosso sferoidale appiattito di colore rosso carico.

Maturazione: Metà Ottobre



- *ROSSO BRILLANTE:*

Frutto molto grosso oblungo, color rosso - arancio.

Maturazione: Metà Novembre



- *SHARON:*

Forma appiattita, color arancio intenso, molto dolce.

Maturazione: Ottobre



- *TIPO:*

Frutto forma globosa di colore arancio, polpa color vaniglia.

Maturazione: Inizio Novembre



- *VANIGLIA:*

Frutti tondi appiattiti, buccia giallo arancio. Polpa soda croccante.

Maturazione: Fine Ottobre / Inizio Novembre



LA FIORITURA:

Oltre che per la produzione intensiva dei frutti il kaki può essere coltivato nei giardini in quanto ha foglie molto ornamentali che in autunno assumono una colorazione rosso – bronzea vistosa ed attraente inoltre dopo la caduta delle foglie i frutti in via di maturazione, che permangono attaccati ai rami, offrono una nota molto caratteristica.



FORME DI ALLEVAMENTO ED UTILIZZO ORNAMENTALE:



PIANTE A MEZZO ALBERETTO:

Piante a forma classica per il frutteto di casa.



PIANTE IMPALCATE ALTE:

Piante idonee per parchi o viali alberati in situazioni agresti.



PIANTE A TETTO:

Piante con forma di nuova generazione che oltre ad essere molto suggestive sono idonee a creare con la propria ombra zone fresche nel giardino.



PIANTE A SPALLIERA:

Piante di grande suggestione utilizzate per definire aree del giardino come orti / broli o per delimitare viali con l`aggiunta al piede di una bordura bassa fiorita o con aromatiche.

MODALITÀ DI IMPIANTO:

Il giusto periodo di piantumazione va dall'inizio dell'autunno all'inizio della primavera.

Posizionare la zolla nella buca (es: larga 60-70 cm per piante di 3 anni in vaso diametro 30 cm pari a 15 lt di volume) facendo attenzione che il colletto (livello della terra del vaso/zolla) si trovi a livello del piano di campagna. La terra per il riempimento della buca può essere quella precedentemente rimossa sminuzzata con cura miscelata con un 20-30% di terriccio universale concimato.

Una volta riempita la buca posizionare un tutore (palo) di legno per evitare sradicamenti a causa del vento.

Legare le piante al tutore a circa 1 mt di altezza con legacci in plastica che pur fissando bene le piante abbiano la capacità di adattarsi alla crescita della pianta.

Con la terra in eccesso formare un tornello (bacinella/conca) al piede delle piante con un diametro di circa 60-70 cm (per piante di 3 anni in vaso diametro 30 cm pari a 15 lt di volume) ed un bordo alto circa 15 cm.

Il tornello ha la funzione di rendere efficace l'irrigazione evitando che l'acqua si disperda nel terreno senza arrivare a bagnare correttamente l'apparato radicale.

Riempire il tornello con uno strato di 10/15 cm di corteccia di pino che oltre a contenere lo sviluppo delle erbe infestanti ha una funzione coibente evitando il disseccamento della terra nell'intervallo tra due turni di irrigazione.

Effettuare una irrigazione appena finita la piantumazione e poi ripetere l'irrigazione ogni 7/10 giorni durante il periodo vegetativo.



*ESEMPIO DI PIANTUMAZIONE
PIANTE DA FRUTTO
DI 3 ANNI IN VASO 15 LT*



EFFETTI BENEFICI:

Il caco, grazie all'alto contenuto di zuccheri e potassio, è un frutto molto energetico, grazie a questa proprietà è in grado di apportare benefici a chi soffre di stress psicofisico e di inappetenza. La ricchezza di fibre conferisce ai cachi proprietà molto utili in caso di stitichezza, hanno infatti proprietà lassative e diuretiche. I cachi hanno anche proprietà utili a chi soffre di gastrite in quanto possono essere consumati senza alcun rischio. Non sono un frutto acido e, una volta ingeriti, la loro polpa ammorbidisce l'effetto dei succhi gastrici con conseguenti benefici per i soggetti sofferenti di gastrite. I benefici dei cachi si esplicano anche nei confronti del fegato, della milza e del pancreas grazie alle loro proprietà depurative. Contengono vitamina C e provitamina A le quali apportano benefici al sistema immunitario in termini di protezione e rafforzamento. Anche la pelle riceve benefici dall'assunzione dei cachi, infatti la presenza di vitamina C e di licopene aiuta la pelle a rimanere elastica e tonica. Con la sua polpa si può preparare una maschera di bellezza per il viso con proprietà toniche e ringiovanenti. I kaki contengono composti come i flavonoidi, polifenoli e vitamina C che hanno proprietà anti ossidanti e che contribuiscono ad aumentare la resistenza dell'organismo contro gli attacchi degli agenti virali ed aiutano a contrastare l'attività dei radicali liberi. Nel frutto sono presenti anche le catechine, sostanze note per i loro effetti anti infiammatori, anti infettivi ed anti emorragici. La presenza di vitamine e di betacarotene rallenta l'invecchiamento delle cellule e rende questo frutto indicato per chi soffre di acne, infiammazione della prostata, bambini, anziani e donne con ciclo mestruale doloroso. I cachi devono la loro dolcezza a una quantità notevole di zuccheri (16%) e alla loro consistenza morbida e cremosa che esalta in bocca la loro dolcezza. Questa caratteristica purtroppo



diminuisce l'indice di sazietà e quindi occorre valutare sempre con attenzione le quantità assunte per non esagerare con le calorie: ben 70 kcal per 100 grammi.

Il cachi risultano pertanto ideali in caso sia necessaria una carica di energia extra.

CARATTERISTICHE NUTRIZIONALI:

100 g di Kaki fresche apportano circa 70 calorie (95% carboidrati, 2,8% proteine, 2,3% grassi).

Etichetta nutrizionale per 100 g di Kaki

<i>Valore energetico (calorie)</i>	<i>70</i>	<i>kcal</i>
<i>Proteine</i>	<i>0,58</i>	<i>g</i>
<i>Carboidrati</i>	<i>18,59</i>	<i>g</i>
<i>Zuccheri</i>	<i>12,53</i>	<i>g</i>
<i>Grassi</i>	<i>0,19</i>	<i>g</i>
<i>Saturi</i>	<i>0,02</i>	<i>g</i>
<i>Monoinsaturi</i>	<i>0,37</i>	<i>g</i>
<i>Polinsaturi</i>	<i>0,43</i>	<i>g</i>
<i>Colesterolo</i>	<i>0</i>	<i>mg</i>
<i>Fibra alimentare</i>	<i>2,9</i>	<i>g</i>
<i>Sodio</i>	<i>1</i>	<i>mg</i>
<i>Alcol</i>	<i>0</i>	<i>g</i>



IN CUCINA

MARMELLATA DI KAKI:

INGREDIENTI:

- 1 kg di kaki
- 300 gr di zucchero di canna
- 1 ambrosia di mele
- 25 ml di limoni succo
e scorza di 1 limone
- 1 bacca di vaniglia



PREPARAZIONE:

Per preparare la confettura private i cachi del picciolo, spellateli, eliminate la parte centrale più chiara, sbucciate anche la mela e tagliatela a dadini. Versate in un tegame capiente la polpa di cachi e la mela, mescolate e unite la scorza grattugiata e il succo del limone. Mettete la pentola sui fornelli a fuoco dolce e dopo il primo bollore, fate trascorrere 5 minuti, poi spegnete il fuoco e passate il composto con il passaverdura, raccogliendolo in una ciotola. Trasferite di nuovo la polpa nel tegame e unite lo zucchero di canna, poi incidete la bacca di una vaniglia e prelevate i semi interni raschiando con la lama di un coltellino. Unite al tegame sia i semi che la bacca intera della vaniglia, mescolando per amalgamare lo zucchero e la vaniglia al composto. Cuocete a fuoco basso, mescolando e schiumando frequentemente, fino a che la confettura di kaki abbia raggiunto la consistenza desiderata (ci vorranno circa 40 minuti). A cottura avvenuta, spegnete il fuoco, togliete il baccello di vaniglia, mescolate e invasate la confettura di cachi. Sterilizzate i vasetti dove verserete la marmellata, chiudeteli e metteteli a raffreddare capovolti per creare il sottovuoto. Una volta freddi, conservateli in un luogo fresco e buio.



MOUSSE DI KAKI E MORE DI GELSO:

INGREDIENTI:

- *3 kaki maturi*
- *2 cucc. di semi di Chia Noverasco*
- *3 cucc. di more di Gelso Noverasco*
- *1 cucc. di cacao amaro in polvere*



PREPARAZIONE:

Versate nel boccale del frullatore i kaki ben lavati e tagliati a pezzettoni, aggiungete le more di Gelso, i semi di Chia e per ultimo il cacao in polvere. Frullate per 1 o 2 minuti riducendo tutti i gli ingredienti in una morbida crema. Versate la mousse nelle ciotole monoporzione e lasciate rassodare per almeno 30 minuti in frigorifero prima di servire.

KAKI ALLA GIUSEPPE VERDI:

INGREDIENTI:

- *kaki*
- *zucchero*
- *spumante brut*

REPARAZIONE:

Lavate ed asciugate dei kaki, eliminate il picciolo, tagliateli a metà orizzontalmente e disponeteli su un piatto. Cospargeteli quindi di zucchero e irrorateli con spumante brut. Lasciateli in “fresco” per un po` di tempo, prima di servirli come dessert



FONTI REPERIMENTO INFORMAZIONI:

www.wikipedia.org

www.socata.it

www.taccuinistorici.it

www.giallozafferano.it

www.noberasco.it

www.mr-loto.it

www.dietabit.it



25017 Lonato del Garda (Brescia) ITALY - Via Molini,3

Tel. +39 030 9130132 r.a. - Fax +39 030 9132488 - www.vivaiodeimolini.it - info@vivaiodeimolini.it