

PESTO GENOVESE

Il “Pesto Genovese” dovrebbe essere fatto secondo la ricetta depositata. Se sono presenti degli ingredienti non canonici potrebbe chiamarsi, nel caso migliore “Pesto alla Genovese”, o nel caso peggiore, semplicemente “Pesto”.

E' essenzialmente il controllo dei polifenoli che contribuisce alla corretta preparazione del pesto. Sono le stesse molecole responsabili dell'annerimento delle mele, delle melanzane, dei funghi, e di tanti altri alimenti, come i gamberetti o il the. Queste molecole, esposte all'ossigeno dell'aria, si ossidano rapidamente aiutate da un enzima: la polifenolossidasi. Quando preparate il pesto è una lotta contro il tempo, o meglio, contro questo enzima che, inesorabilmente, annerisce i polifenoli di cui il basilico è ricco. Le molecole scure che vengono prodotte sono melanine: le stesse responsabili dell'abbronzatura.

Ci sono diversi metodi per evitare che venga compromesso l'aroma l'aspetto. Il primo è proprio quello di togliere l'ossigeno di torno ricoprendo il pesto con dell'olio. Non lasciate mai il pesto a secco: annerirà molto più velocemente.

Altro accorgimento: non scaldate mai il pesto, e se lo fate con un frullatore abbiate l'accortezza di frullare a piccoli impulsi, per evitare di scaldare troppo il basilico e gli altri ingredienti, meglio se tenuti in precedenza in frigorifero. Questo perché il calore moderato attiva l'enzima che comincia a lavorare velocemente. Gli enzimi non sopportano le alte temperature, e vengono disattivati scaldandoli tra gli 80 e i 95 gradi. Immergendo rapidamente –diciamo tre secondi– le foglie di basilico in acqua bollente e raffreddando immediatamente in acqua ghiacciata, l'enzima viene disattivato, ed il colore si mantiene più a lungo (sia surgelandolo che usandolo fresco). Sappiate però che questo ha un prezzo: l'acqua bollente estrae una parte degli oli essenziali, e quindi il sapore ne risente.

CONSERVAZIONE

Il metodo casalingo tradizionale, prima dell'avvento dei freezer domestici, era quello dell'essiccazione. Per mantenere il più possibile sia gli aromi che il colore verde è preferibile

IL PESTO DI BASILICO

Scritto da Damiano Savin

seccare il basilico ad una temperatura di 60 °C. Sappiate però che rimarrà più o meno un quarto dell'aroma iniziale. E sarà visibilmente ossidato. Se lo volete più verde potete "sbianchirlo", cioè immergerlo per pochissimi secondi (3-5) in acqua bollente. Il colore si manterrà di più, ma l'aroma risulterà ulteriormente ridotto.

E' possibile utilizzare il forno a microonde per seccare il basilico, e questa procedura ha il vantaggio, essendo molto più veloce, di mantenere meglio l'aroma (ma non tanto di più: circa un terzo di quello iniziale). Il trucco è di alzare gradualmente la potenza del vostro microonde per permettere all'acqua di uscire dalla foglia in maniera non troppo violenta. La procedura suggerita da alcuni ricercatori, con un forno a microonde di 1100 Watt è la seguente: posizionate le foglie nel forno, in un piatto. Per un minuto scaldate a potenza 270 (25% della potenza totale), per due minuti a potenza 440 (40%) per un minuto a 650 (60%) e per un ulteriore minuto a potenza 1100 (il massimo).

Per avere il pesto tutto l'anno dopo aver frullato insieme pinoli, basilico, aglio, e sale, aggiungo l'olio e surgelo nelle formine per i ghiaccioli. Il formaggio lo aggiungo direttamente al momento di utilizzarlo.

gr. 160 basilico- gr. 60 pinoli- 6 spicchi d'aglio - gr. 10 sale grosso - gr. 40 pecorino grattugiato

gr. 80 parmigiano grattugiato - dl. 2 olio extra vergine di oliva.