

SOMMARIO

- Prefazione...6
- Introduzione...8
- Come usare questo libro...10

Capitolo 1:

CHE COS'È UN PEPERONCINO?...12

- Che cosa c'è di speciale nei peperoncini...14
- Breve storia dei peperoncini...16
- A che cosa è dovuta la piccantezza?...18
- Quanto piccante?...20
- La Scala Scoville...22
- Le principali specie di peperoncino...24

Capitolo 2:

COLTIVARE I PROPRI PEPERONCINI...26

- Iniziare...28
- Che cosa serve ai peperoncini per crescere...30
- Che cosa serve per coltivare i peperoncini...32
- Il ciclo di crescita di un peperoncino...34
- Come seminare...36
- Trapiantare...38
- Prendersi cura delle piante di peperoncino...40
- Coltivare al chiuso...42
- Coltivare in giardino...44
- Il raccolto...46
- Conservare i semi...48
- Problemi...50
- Malattie e disturbi...52
- Parassiti...54
- Coltivare i peperoncini ornamentali...58
- Coltivare i peperoncini nelle aiuole e nei vasi...60
- Cesto sospeso "per salsa"...62

Capitolo 3:

CATALOGO DEI PEPERONCINI...64

- 'Anaheim'...66



- 'Rocotillo'...68
- 'Ancho Poblano'...70
- 'Santa Fe Grande'...72
- 'Fresno'...74
- 'Hungarian Hot Wax'...76
- 'Cherry Bomb' F1...78
- 'Pimientos de Padron'...80
- 'Jalapeño'...82
- 'Serrano'...84
- 'Joe's Long'...86
- 'Demon Red'...88
- 'Filius Blue'...90
- 'Cayenne'...92
- 'Tabasco'...94
- 'Aji Amarillo'...96
- 'Numex Twilight'...98
- 'Pot Black'...100
- 'Prairie Fire'...102
- 'Apache' F1...104
- 'Ring of Fire'...106
- 'Orange Habanero'...108
- 'Scotch Bonnet'...110
- 'Paper Lantern'...112
- 'Dorset Naga'...114
- 'Bhut Jolokia'...116

Capitolo 4:

USO E CONSUMO DEI PEPERONCINI...118

- Essiccare i peperoncini...120
- Fare una treccia di peperoncini...124
- Affumicare...126
- Mettere sottaceto...128
- Conservare sottolio...130
- Surgelare i peperoncini...131
- Cucinare con i peperoncini...132
- Ricette con peperoncino...134

- Glossario...138
- Further Resources...140
- Indice analitico...142
- Referenze iconografiche...144



INTRODUZIONE

Dall'India dei curry che fanno venire le lacrime agli occhi al Messico dei tacos che pizzicano in gola, i peperoncini sono tra gli ingredienti più usati al mondo. Ogni giorno si aggiungono a tantissime pietanze di cucine diverse, trasformando qualsiasi piatto; per molti, i peperoncini sono un ingrediente essenziale di cui non potrebbero fare a meno.

Ma se siete appassionati di peperoncini, avete mai pensato che potreste coltivare le vostre forniture in casa? E che per farlo non è necessario essere giardinieri esperti?

I peperoncini sono piante davvero facilissime da coltivare. Non necessitano di attrezzature da specialisti, ma solo di un po' di tempo, pazienza e un posto caldo e luminoso dove stare. Sono soggetti a pochissimi problemi e danno produzioni impressionanti, con frutti lucidi e colorati in gran quantità da metà estate alla fine dell'autunno. Inoltre con centinaia di peperoncini tra cui scegliere, con frutti di diversi colori, dimensioni e piccantezza, ci sarà almeno una varietà giusta per voi, indipendentemente da quanto siano semplici o ambiziosi i vostri progetti di coltivazione di peperoncino.

I peperoncini sono piante splendide e gratificanti, ideali per il giardiniere esperto e per il principiante. Per poco più del prezzo di un sacchetto di semi, potrete avere il vostro ingrediente preferito ogni volta che lo vorrete, perciò se amate i peperoncini perché non provare?





Capitolo 1

CHE COS'È UN PEPERONCINO?

I peperoncini sono i frutti, o le bacche, dai colori vivaci e dalla piccantezza spesso bruciante della pianta del peperoncino, gruppo vegetale il cui nome latino è *Capsicum*, della famiglia delle Solanaceae, che comprende anche patate, pomodori e melanzane. In cucina sono considerati verdure o spezie e, nonostante il nome, non sono legati al pepe bianco o nero (specie *Piper*); sembra che il nome sia stato scelto da Cristoforo Colombo per la somiglianza del sapore, piccante e speziato.

In natura i peperoncini crescono come arbusti perenni e provengono dalle zone tropicali e temperate delle Americhe. In paesi più freddi, come la Gran Bretagna e il Nord degli Stati Uniti, in genere sono coltivati come piante annuali delicate. Ne esiste una grande varietà e oggi si trovano piante di peperoncino di qualsiasi colore, forma, dimensione e piccantezza, con 10.000 varietà tra cui scegliere.



CHE COSA C'È DI SPECIALE NEI PEPERONCINI?

Il peperoncino è l'ingrediente più diffuso e amato del mondo. In anni recenti è esploso l'interesse nei confronti di questo frutto dai colori vivaci, componente essenziale nella cucina di tanti paesi, tra cui India, Thailandia e Messico. Mentre le cucine del mondo si fondono, la gente ha iniziato a rendersi conto che questi piccoli frutti offrono qualcosa di più della piccantezza. I peperoncini hanno anche un gusto intenso, e ogni paese ha il suo modo caratteristico di cuocerli e usarli, che sia nella salsa di peperoncino dolce dell'Estremo Oriente, nei chipotles affumicati messicani o nei curry ustionanti indiani.

I peperoncini sono al centro dell'attenzione e per alcuni sono diventati una specie di ossessione. Ci sono concorsi per il peperoncino coltivato più grande, per la salsa più piccante e sfide e gare tra mangiatori.



I PEPERONCINI FANNO BENE!

Non solo piccantezza: potrà sorprendere, ma i peperoncini fanno anche bene. Usati per secoli in Sud America come farmaci oltre che come ingrediente in cucina, sono sempre più apprezzati dalla medicina moderna per i loro effetti benefici sulla salute.

I peperoncini contengono elevati livelli di calcio e vitamina C: il doppio degli agrumi, e i peperoncini rossi più maturi ne hanno più di tutti. I peperoncini rossi sono anche ricchi di beta-carotene, mentre quelli secchi sono pieni di vitamina A. Possono contribuire a prevenire il diabete, curare l'artrite, lenire l'intasamento nasale; si dice che accelerino il metabolismo e prevenano alcuni tumori.

La ricerca moderna sfata la credenza per cui i peperoncini piccanti fanno male allo stomaco, anzi ora si pensa che in realtà proteggano le pareti dello stomaco.

PEPERONCINI
ROSSI MATURI =
beta-carotene,
vitamina C,
calcio

PEPERONCINI
SECCHI =
vitamina A





Capitolo 2 **COLTIVARE I PROPRI PEPERONCINI**

Ci sono coltivatori di peperoncini di ogni tipo, dal principiante con un paio di piantine sul davanzale al 'chilli head' ossessivo, con serre semplici e "polytunnel" stracolme di piante colorate e cariche di frutti. Ma indipendentemente dal punto della scala in cui vi posizionate, la maggior parte dei peperoncini sono piante facili da coltivare, a patto di avere l'ambiente giusto e una lunga stagione di sole.

I peperoncini si possono coltivare a partire dai semi o comprare come piantine di diverse dimensioni, da talee piccolissime a piante quasi completamente cresciute. Per ottenere raccolti maggiori è meglio coltivarli all'interno, su un davanzale assolato o in una serra o "polytunnel". Quando le piante sono ben avviate e sono terminate le gelate, i peperoncini si possono coltivare anche all'esterno in giardino; l'importante è che siano piantati in un posto caldo, luminoso e al riparo dal vento.



INIZIARE

PROCURARSI PIANTE O SEMI DI PEPERONCINO

Le piante si possono comprare nei comuni vivai e online da vivai specializzati in peperoncini, dagli inizi della primavera in poi. Possono essere semenzali, talee o piante già cresciute e innestate. Queste evitano i rischi di coltivare dai semi e consentono di portarsi avanti se non si ha il posto o la voglia di coltivare dal seme o se non si ha fatto in tempo a seminare nel periodo giusto.



Le piante innestate sono costose ma più vigorose, con forti innesti e maggiore resistenza alle malattie e contribuiranno a garantire un bel raccolto consistente a fine anno. Tendono a fruttificare prima e a dare frutti più sani e pesanti; sono una scelta più affidabile se si coltiva all'esterno e più produttiva all'interno. I vivai specializzati avranno sempre un'ampissima scelta di piante.

La coltivazione dal seme consente di gran lunga la migliore gamma di varietà, colori, forma e piccantezza. È anche più economica rispetto all'acquisto delle piante, ma richiede più attrezzatura.



SCEGLIERE I PEPERONCINI

Coltivatori e selezionatori di tutto il mondo sono diventati piuttosto fanatici riguardo ai peperoncini e ormai ci sono migliaia di varietà tra cui scegliere. Ecco alcuni fattori utili nella decisione:

Se i vostri peperoncini staranno all'esterno, optate per varietà meno piccanti e che maturano più in fretta, come 'Padron' o 'Anaheim', in modo che abbiano il tempo di maturare prima che le temperature e la luminosità calino in autunno.

Se volete coltivare i peperoncini più piccanti e programmate di coltivarli all'esterno, verificate di avere un posto caldo per continuare a coltivarli quando arriva l'autunno.



Ricordate che le varietà di *C. chinense* come l'"Habenero" tollerano meglio l'ombra, mentre quelle di *C. baccatum*, come l'"Aji Amarillo", sopportano meglio di altre le temperature più fredde.

Se avete intenzione di coltivarli sui davanzali o in vaso, cercate varietà compatte, molte delle quali sono state sviluppate apposta per crescere in vaso, come gli 'Apache', i 'Pot Black', i 'Gusto Purple' e i 'Fiesta'.

Se coltivate in aiuole o vasi da esporre in giardino, scegliete le varietà più ornamentali, come i 'Numex Twilight'.

Che tipo di peperoncini vi piacciono e come pensate di usarli? Se ne coltiverete di dimensioni e piccantezze diverse avrete la possibilità di scegliere i peperoncini giusti per salse piccanti, da preparare ripieni o da tritare e aggiungere alle insalate.





Capitolo 3 **CATALOGO DEI PEPERONCINI**

Ci sono letteralmente centinaia di varietà di peperoncino, da quelle dolcissime a quelle che hanno battuto ogni record e fanno venire le lacrime agli occhi. Ce n'è uno per tutti: per il gourmet, il giardiniere principiante e il patito. I peperoncini si possono coltivare in casa sul davanzale o all'esterno per aggiungere una pennellata di colore al giardino. Ovunque vogliate coltivarli e comunque vogliate usarli, c'è tutta una serie di varietà deliziose e vivaci tra cui scegliere.

Non si possono inserire tutti i peperoncini qui, ma è stata effettuata una selezione di quelli più popolari, saporiti, ornamentali e facili da coltivare. Sono elencati in ordine di piccantezza, da dolcissimo a superpiccante.



Capsicum annuum 'ANAHEIM'



ORIGINE: Benché originario del New Mexico, l'Anaheim fu portato ad Anaheim, in California, dove ha ricevuto il suo nome.

ASPETTO: Peperoncini grandi, conici, lunghi 15–20 cm e larghi 3 cm. Il frutto è lucido e matura da verde scuro a rosso, ma si usa quasi sempre verde.

PICCANTEZZA: Lieve (500–2.500 SHU).

SEMINA: Peperoncino a crescita rapida, seminatelo non prima di inizio primavera in un posto caldo e luminoso.

COLTIVAZIONE: I peperoncini 'Anaheim' sono noti come tipo New Mexico, un gruppo di peperoncini sviluppato alla New Mexico State University. Le piante sono dritte ma piuttosto smilze, raggiungono i 60–80 cm di altezza e hanno bisogno di sostegno per evitare di rovesciarsi quando sono cariche di frutti. Non svernano bene come altri peperoncini. I frutti sono pronti per essere colti 80 giorni circa dopo la semina.

COTTURA E CONSUMO: Lievemente piccanti ma dolci, gli 'Anaheim' sono grandi, con la buccia spessa e una cavità aperta che li rende perfetti per essere farciti. Si usano soprattutto quando sono verdi e poco piccanti, e sono spesso l'ingrediente principale del chilli verde, uno stufato tradizionale messicano, e dei chilli rellenos (peperoncini farciti, impanati e poi fritti). Si surgelano ed essiccano bene; mangiati freschi, sono peperoncini fantastici per dare un po' di piccante.

Popolari nella cucina messicana, gli 'Anaheim' sono perfetti come peperoncini ripieni.



Capsicum annuum 'SANTA FE GRANDE'



ORIGINE: Sud America. Chiamato anche Guero.

ASPETTO: Peperoncini grandi, carnosi, conici, con frutti che raggiungono i 7 cm di lunghezza. In genere si colgono quando sono gialli, ma si possono lasciare maturare finché sono rossi.

PICCANTEZZA: Lieve (2.500– 5.000 SHU).

SEMINA: Per evitare di disturbare le piantine, seminate in vasi individuali, se avete spazio, o nei vassoi modulari se lo spazio è limitato.

COLTIVAZIONE: Un peperoncino fantastico, facile da coltivare e che fruttifica presto, con i frutti pronti da cogliere a 80 giorni dalla semina. Quelle di 'Santa Fe Grande' sono belle piante, equilibrate e compatte, con un gambo singolo forte. Fruttificano con facilità e in gran quantità e sono belle al centro, circondate da altre piante. Sono resistenti al virus mosaico del tabacco.

COTTURA E CONSUMO: Si dice che questi peperoncini grandi, leggermente dolci, abbiano un che di melone e siano deliziosi mangiati freschi in insalate, panini e salse. Sono perfetti per essere farciti con formaggio e grigliati ma sono anche buoni arrosto con la pasta, a pezzetti sulla pizza o sottaceto.

'Santa Fe Grande' sono un tipo di peperoncino poco piccante.



Capsicum annuum 'FRESNO'



ORIGINE: Fresno, California.

ASPETTO: Il frutto delicato compare in verticale sulla pianta ed è piccolo e conico, lungo solo 5 cm per 2 cm di larghezza. Passa dal verde chiaro all'arancione al rosso brillante quando è a piena maturazione, sbucando tra foglie verdi lucide.

PICCANTEZZA: Lieve (5.000 SHU).

SEMINA: Peperoncino facile da coltivare, da seminare a inizio primavera in vasi o vassoi puliti, preferibilmente nuovi.

COLTIVAZIONE: Il 'Fresno' resiste bene nei climi più freddi, cresce in fretta e raggiunge la piena maturazione a soli 100 giorni dalla semina (che scendono a 80 giorni se coltivato al chiuso). Le piante crescono in verticale ma sono tozze, arrivano solo a 40–50 cm di altezza, e sono molto produttive: fantastiche per chi si cimenta per la prima volta con la coltivazione dei peperoncini.

COTTURA E CONSUMO: I 'Fresno' sono lievemente piccanti e hanno un delizioso sapore fresco; si possono mangiare sia verdi sia rossi. Sono buonissimi mangiati interi e fantastici in salse e insalate. In California sono popolari per il ceviche e con riso e fagioli neri. I 'Fresno' sono peperoncini dalla buccia sottile, perfetti per essere messi sottaceto e surgelati, ma non sono adatti a essere essiccati.



Uno dei peperoncini più coltivati negli USA.

