Tutti pazzi per lo zenzero

zenzero-18707107-l-873533f6

Tra le spezie più usate in cucina c’è lo zenzero, immancabile nelle preparazioni di dolci, ma oggi anche in quelle salate e nella mixability.

E' la guest star del momento. Dalla cucina ai banconi del bar lo zenzero è quel qualcosa in più che fa la differenza.
Lo zenzero è una spezia di colore beige giallino un po’ piccante molto adoperata nella cucina orientale.
È una pianta erbacea delle Zingiberaceae (la stessa famiglia del Cardamomo) originaria dell’Estremo Oriente e oggi largamente coltivata in tutta la fascia tropicale e subtropicale. Cina e India sono i maggiori produttori di zenzero (ginger in inglese).
In commercio troviamo tipi diversi di radice di ginger a seconda della presenza o meno della buccia: il tipo scorticato è prodotto in Giamaica e viene chiamato White Ginger (ginger bianco), il tipo con la buccia è chiamato Black Ginger (ginger nero) e viene principalmente dalla Cina e dalla Sierra Leone.



Dello zenzero in cucina si usa principalmente la radice fresca, o la sua polvere essiccata, ma anche i germogli, le foglie e le infiorescenze vengono consumati crudi o cotti. Usato in gastronomia come spezia per il suo profumo pungente e il delizioso sapore leggermente piccante, ma anche in liquoreria, nell’industria della birra, nella produzione della frutta candita e di confetture. Nei paesi anglosassoni, oltre al suo vasto impiego nella produzione della birra, viene utilizzato anche per produrre il Gingerale, una bevanda analcolica e gassata preparata con lo zenzero, simile alla nostra acqua tonica.
Lo zenzero si abbina molto bene con carne, pollame, crostacei, pesce e cacciagione; è inoltre molto utilizzato per preparare torte, biscotti (specie quelli natalizi) e dolci secchi in genere; si usa per

aromatizzare bibite (aperitivi e sciroppi), salse e creme.
Negli ultimi decenni, studi e ricerche sulle proprietà terapeutiche dello zenzero si sono moltiplicati. Essi mettono in luce le proprietà digestive, antiossidanti, antitumorali, antinfiammatorie, fluidificanti, anticolesterolo, antiemetiche (contro la nausea) e antiulcera (tra le altre) del prezioso rizoma.