

Per chiudere: un'aggiunta d'olio... ma piccante!



Può sembrare molto strano che, al termine di un ricettario dedicato alla cucina di digiuno stretto, io voglia concludere proprio con una proposta a base d'olio: tuttavia, qui non si tratta di un piatto vero e proprio, ma di un *insaporitore*, e a seconda del tipo di peperoncino

usato, potranno essere sufficienti poche gocce di quest'olio a dare colore (e calore!) a molti dei vostri piatti. Perciò, se ve ne servite in quei giorni in cui l'olio è consentito sulla tavola dei cristiani ortodossi, la vostra salute non ne risentirà in modo significativo. Inoltre, l'olio qui serve non tanto come ingrediente, ma come base di grasso per disciogliere e stemperare la capsicina, il principio piccante liposolubile del peperoncino. Quella che segue non è una ricetta vera e propria, quanto una serie di nozioni e di consigli che vi permetteranno di "fabbricare" la vostra versione di olio piccante secondo i vostri gusti e la vostra fantasia.

Un po' di storia e geografia

L'olio piccante, anche detto olio al peperoncino, è un ingrediente tipico della cucina cinese, che lo ha sviluppato dopo l'importazione del peperoncino dalle Americhe. Dire "cucina cinese", però, è un po' come dire "cucina europea": ci sono innumerevoli varianti locali di questa preparazione, di cui vi farò solo un paio di esempi. Il Sichuan, la provincia vicina al Tibet e all'Assam nota per l'omonimo pepe, fa largo uso di spezie piccanti nella sua cucina, e i suoi tipi di olio piccante sono tra i più intensi. Le province del Mar Cinese Meridionale come Guangdong e Fujian fanno invece uso di oli piccanti meno aggressivi, in cui il peperoncino è bilanciato da ingredienti aromatici come aglio, cipollotto, scalogno e zenzero.

Gli elementi di base: olio e peperoncino

Un dignitoso olio al peperoncino può essere ottenuto usando i due semplici ingredienti che ne costituiscono il nome. Ridotta ai minimi termini, anche la preparazione è tanto semplice da apparire banale: scaldare l'olio, versarlo sui peperoncini, e il gioco è fatto! Ma come per ogni arte, anche l'olio piccante richiede conoscenze appropriate degli ingredienti e dei metodi di lavorazione.

Per prima cosa, scegliete un olio con un alto punto di fumo (più si scalda l'olio, più facile è l'estrazione delle componenti piccanti) e di sapore neutro. La migliore scelta sul mercato italiano è l'olio di semi di arachidi. Per essere sicuri che l'olio abbia raggiunto il giusto calore, immergetevi un pezzo di cibo o la punta di una bacchetta cinese: se si formano attorno delle bollicine, il calore è ideale. Ricordate che a questo punto il calore è molto alto (più vicino ai 200 gradi centigradi che ai 100), e trattate l'olio con molta cautela.

La scelta del peperoncino dipende dal grado di piccantezza che desiderate. Studiate bene [la scala Scoville](#) per vedere dove si situa il peperoncino che utilizzate, e non abbiate paura di sperimentare la forza di questo peperoncino assaggiandolo e abbinandolo a diversi cibi. Potreste scoprire che l'aggiunta di un cucchiaino d'olio di peperoncino calabrese ottiene gli stessi effetti dell'aggiunta di un piccolo cucchiaino d'olio di peperoncini più piccanti come i thai o gli habanero, e se arrivate ai nuovi tipi di ibridi, la misura equivalente si riduce a qualche goccia. Io uso spesso il Carolina Reaper, e vi garantisco che occorre una certa cautela a maneggiarlo, per non parlare dell'assaggio!

Se usate i peperoncini interi, potete optare di rimuovere i semi, per attenuare un poco la piccantezza delle parti che rimangono.

Crudo o essiccato?

Di per sé l'olio piccante si può fare sia con peperoncini crudi (interi o a pezzetti) che con

peperoncini essiccati (interi o macinati). Le varianti con i peperoncini crudi sono preferite da chi vuole valorizzare gli aromi dei peperoni freschi (per esempio, peperoni forti come gli habanero e alcuni dei nuovi ibridi sono noti per il loro aroma fruttato, che si inizia ad apprezzare quando si è sviluppato un certo grado di assuefazione alla piccantezza). Un altro fattore della scelta è costituito dalle prospettive di conservazione: piccole quantità di olio con ingredienti freschi si possono conservare per qualche giorno senza pericolo, ma per una lunga conservazione è importante che non ci siano tracce di umidità, che possono generare alterazioni al cibo, e a lungo andare un rischio sempre presente, in cibi umidi immersi nell'ambiente anaerobico dell'olio, di sviluppare le mortali tossine del botulismo.

Per iniziare, vi suggeriamo di partire da peperoncini ben essiccati, e tritati in un mortaio o in un frullatore (oppure comprati già tritati) per massimizzare il potere dell'olio di estrarre la capsicina. A seconda dell'uso di altri ingredienti, le varianti essiccate del peperoncino daranno una durata di conservazione più lunga al vostro olio piccante.

La base aromatica

Un complemento ideale all'olio piccante è una base aromatica, che si può far friggere nell'olio per rilasciare un fondo di sapore. Questa non è solo una prerogativa cinese: anche una ricetta di base della pasta italiana vuole, non a caso, la combinazione di aglio, olio e peperoncino.

Gli elementi di base aromatica più usati nell'olio piccante, oltre all'aglio, sono il cipollotto (di cui si usano anche le parti verdi, che non colorano significativamente l'olio), lo scalogno (in caso d'assenza sostituibile con la cipolla rossa, ma sono preferibili le varietà più simili allo scalogno, come la cipolla di Tropea) e lo zenzero. Quanto più sono tagliate o tritate fini, tanto più aroma queste basi rilasciano nell'olio. L'unico accorgimento è evitare che l'aglio brunisca troppo, per cui è meglio aggiungerlo dopo aver iniziato a friggere le altre componenti aromatiche, e se lo si frigge da solo, occorre tenerlo d'occhio e rimuoverlo quando inizia a dorare. Poiché le basi aromatiche sono tipicamente sottoposte alla frittura quando sono crude (è possibile usare le varianti essiccate, ma infondono molto meno sapore), è opportuno a fine frittura rimuoverne i pezzi dall'olio con un colino o un setaccio, e procedere alle successive infusioni nell'olio caldo dei soli elementi secchi. Questo è soprattutto indicato agli inizi, quando non siamo ancora sicuri dei tempi di conservazione di un olio che integra elementi freschi.

Le spezie

Le spezie aggiungono molte note di sapore, ed è sempre meglio sottoporle a una tostatura preliminare in una padella asciutta, per aiutarle a rilasciare i loro aromi. Non si può dare una tempistica uniforme per la tostatura delle spezie (i tempi di rilascio degli aromi variano, e se si tosta un mix di spezie, sarebbe bene mettere per prime nella padella calda le spezie più resistenti e legnose), ma una buona indicazione sensoriale è che le spezie sono pronte quando incominciate ad avvertire il loro profumo senza dovervi chinare sulla padella. Una successiva tritatura delle spezie in mortaio o in frullatore assicurerà il massimo rilascio degli aromi quando le friggerete nell'olio caldo, lo stesso in cui avete fritto la base aromatica.

Una volta fritte, anche le spezie si possono rimuovere filtrando l'olio (anche se ci sono

varianti che le mantengono nell'olio, o le aggiungono nuovamente una volta che nell'olio è stato infuso il peperoncino). La presenza dei residui di spezie nell'olio finale ne conserverà l'aroma più a lungo, mentre la loro rimozione permetterà di gustare (e di osservare) in maggior purezza l'effetto del peperoncino.

Le spezie più usate per il complemento dell'olio piccante sono il pepe di Sichuan (da usare con attenzione, per il suo effetto anestetizzante dei ricettori del gusto), i semi di coriandolo, la cannella (o la cassia, la cannella cinese dalla scorza più spessa), i chiodi di garofano, le foglie d'alloro, l'anice stellato, il cardamomo nero, i semi di finocchio e la scorza di mandarino essiccata. L'aggiunta di grani di pepe è senz'altro possibile, ma tenete a mente che il loro principio piccante, la piperina, è solubile in acqua e non nel grasso, per cui l'olio non ne attenua la piccantezza.

Per aggiungere punte di salato e di sapidità, il modo migliore è partire dalle forme più pure di questi gusti: sale e glutammato di sodio, di cui non saranno necessarie grandi quantità. La cucina cinese fa talvolta uso nell'olio piccante di aggiunte di salsa di soia, soprattutto delle varietà più chiare (per non scurire troppo l'olio): una variante del tutto accettabile è il toban djan, la pasta di fagioli di soia che è già addizionata di peperoncino. Allo stesso modo, il gusto finale può essere reso più completo da un'aggiunta di zucchero.

Come completare il procedimento

Il peperoncino può essere aggiunto dopo avere infuso nell'olio la base aromatica e quindi le spezie. Se volete fare tutto il procedimento usando un solo recipiente da forno (una padella, un pentolino oppure un wok), iniziate a tostare le spezie a secco, e poi rimuovetele. Se usate peperoncini interi essiccati, potete tostare a parte anche questi, per esaltarne l'aroma e aggiungere note di affumicato (fate attenzione: i peperoncini tostati bruciano facilmente, e quindi occorrerà tenerli sott'occhio e girarli spesso), e quindi rimuoverli prima di aggiungere l'olio. Procedete quindi alla frittura della base aromatica, rimuovete i pezzi e passate alla frittura delle spezie. Rimuovete ancora i pezzi (se non desiderate mantenere il sedimento di spezie), e quindi l'olio così "caricato" e ben caldo sarà pronto da versare sui peperoncini tritati, sistemati sul fondo di una ciotola. Assicuratevi che questa ciotola sia ben larga, perché la reazione dell'olio caldo con il peperoncino potrebbe fare molta schiuma, soprattutto se avete usato ingredienti freschi con un certo grado di umidità.

Alcuni accorgimenti saranno utili per mantenere all'olio un bel colore brillante, soprattutto se vorrete filtrarlo per eliminare il sedimento: non versate l'olio caldo sul peperoncino "a secco", ma impastate il peperoncino tritato con un poco d'olio freddo, e questo impasto aiuterà a non far brunire il peperoncino cambiando il colore finale. Allo stesso modo, un poco di aceto di riso (non più di un cucchiaino nella ciotola) può stemperare gli effetti del cambio di colore. Durante la reazione del peperoncino con l'olio, l'aceto evaporerà comunque quasi del tutto. Un ultimo trucco per aumentare la gradazione rossa dell'olio è l'aggiunta di un poco di polvere di paprica (anche affumicata, se volete aggiungere all'olio una nota di affumicato). A causa del peperoncino di base, probabilmente non farà molta differenza usare paprica dolce oppure piccante.

La conservazione

L'olio piccante che avrete così accuratamente prodotto sarà pronto per essere messo in recipienti (idealmente, barattoli di vetro) e lasciato raffreddare. Una volta a temperatura ambiente, potrà essere refrigerato.

Non posso darvi una misura univoca per la conservazione dell'olio piccante: una variante che incorpora pezzi freschi di basi aromatiche come il cipollotto andrà consumata entro un paio di settimane e tenuta rigorosamente in frigo, mentre un olio fatto con ingredienti secchi e filtrato dai sedimenti potrà durare sei mesi o anche più prima di iniziare a perdere il suo mordente, e si potrà conservare anche fuori frigo. Tipicamente l'olio durerà più a lungo se ricopre per bene il sedimento, e se per estrarlo dal barattolo vi servirete di un cucchiaino o un cucchiaino asciutto e pulito.

Usi dell'olio piccante

L'olio piccante, con o senza sedimento, si sposa bene con i ravioli cinesi, è può essere un'aggiunta straordinaria al riso pilaf e a ogni tipo di pasta, vermicelli o fettuccine, non solo dei tipi di pasta orientale, ma anche di quelli nostrani. È un buon complemento all'hummus, e la sua versatilità fa sì che sia una buona aggiunta a qualsiasi piatto in cui la sapidità e il piccante non stonano.

Attenzione: il termine "hot" in inglese vuol dire sia "caldo" (di temperatura) che "piccante". Quando un cibo vi viene presentato come "hot", tocca a voi capire a quale dei due sensi ci si sta riferendo!