
Come si utilizza la vera vaniglia?

Lun 21/01/2019 - 10:45

Mangiare, bere ed altre delizie - lo sapevate che ...?

La vaniglia è molto amata per il suo profumo dolce e aromatico. La pianta, appartenente alla famiglia delle orchidee, è originaria del Messico e dell'America Centrale e già i Maya e gli Aztechi la utilizzavano come spezia. Oggi è coltivata nelle regioni tropicali di tutto il mondo.

La vaniglia Bourbon proviene dalle isole La Réunion (già "Île Bourbon"), Madagascar e Comore. Ha per natura un elevato contenuto di vanillina, che è la componente aromatica più importante di questa spezia. Tuttavia, il profumo della vaniglia è il risultato del contributo di molte altre sostanze aromatiche attive: fino a 200 varietà.

In commercio la vaniglia si trova sotto forma di baccelli, generalmente confezionati in tubicini di vetro. I baccelli vengono raccolti ancora verdi e fatti fermentare. In cucina si utilizza il midollo nero di questi bastoncini, che si estrae raschiandolo. Inoltre la vaniglia è venduta anche in polvere: per ottenerla occorre essiccare i baccelli interi e quindi macinarli. Nell'industria alimentare si utilizza infine anche l'estratto di vaniglia, che si ricava dai baccelli con l'impiego di alcol.

La vaniglia è tra le spezie più care al mondo e negli ultimi anni i prezzi sono ulteriormente aumentati in modo sensibile. Per questo motivo, molte aziende alimentari utilizzano la vaniglia prodotta artificialmente e ottenibile a buon prezzo. "Purtroppo le immagini di fiori o baccelli di vaniglia riportate sulle confezioni traggono spesso in inganno", spiega Silke Raffeiner, nutrizionista presso il Centro Tutela Consumatori Utenti dell'Alto Adige. "Solo guardando la lista degli ingredienti si capisce se è stata utilizzata vaniglia vera". "Vaniglia Bourbon", "estratto di vaniglia", "vaniglia in polvere", "baccelli di vaniglia macinati" e "aroma naturale di vaniglia" sono denominazioni di ingredienti ricavati da autentica vaniglia. Al contrario, "aroma" indica un aroma prodotto artificialmente e "aroma naturale" un aroma che deriva da una materia prima naturale, ma non dalla vaniglia.