Caffè in estate: alcune gustose e irresistibili alternative all’espresso

scritto da Manuel Terzi | 04/07/2018

Siete pronti a scoprire nuove ricette per non rinunciare alla bevanda più famosa al mondo anche sotto il sole?

Non c’è dubbio che le stagioni in cui gustiamo più volentieri un bel **cappuccino** tiepido, un

espresso in tazza ben calda o un mug di caffè corroborante e riscaldante siano l'autunno, l'inverno e parte della primavera.

Caffè freddo: 4 ricette per l'estate in alternativa all'espresso

In realtà anche l'estate può essere la stagione giusta dal momento che il **caffè è una bevanda ipocalorica** e basta semplicemente renderla gustosa con qualche nuovo metodo di preparazione e ricette più fresche.

1. Caffè shakerato: cremoso e piacevole ma…

Conosciamo tutti la piacevolezza tattile di un **caffè espresso** ben **shakerato**: diventa cremoso e piacevole al gusto, oltre che coreografico, e quando viene sormontato da un bel cappuccio di schiuma cremosa, ricorda una stout inglese. Però a tanta cremosità non sempre corrispondono leggiadria ed eleganza gustativa ed olfattiva. A parere di chi scrive, **l'operazione meccanica dello shakerare porta ad un netto impoverimento dal punto di vista gusto-olfattivo**.

Raramente accade che un caffè shakerato, anche se realizzato a regola d'arte da un professionista, regga il confronto olfattivo dello stesso caffè estratto e servito a caldo. Vi invito a provare. Il "naso" di un espresso caldo, paragonato al "naso" dello stesso shakerato, risulterà di gran lunga migliore. Non solo **più intenso** (come ovvio immaginare per la differenza di temperatura), ma nettamente più elegante, più ampio e più pulito. Ma grazie a Dio, al caffè shakerato, abbiamo alternative.

2. Caffè su ghiaccio

La prima, semplicissima quanto gustosa ricetta, è il mai abbastanza considerato **caffè sul ghiaccio**. Avendo cura di selezionare una materia prima di buona qualità (condizione imprescindibile per avere una buona tazza con qualsiasi metodo), possiamo prepararla in **moka**, in espresso, ma anche in **Pour Over**, facendo attenzione di non sovraestrarre.

Una volta che la bevanda è pronta – immediatamente per evitare ossidazioni e quindi irrancidimento – va travasata in un contenitore freddo con abbondante ghiaccio. Abbondante perché **maggiore sarà la massa fredda, più velocemente si raffredderà il caffè caldo** e quindi meno scioglimento di ghiaccio avremo, conservando così intensità e contenendo al minimo l'annacquamento.

Tanti puristi sostengono che il **caffè vada bevuto amaro** senza se e senza ma (salvo poi da parte degli stessi riconoscere la liceità dello zucchero in una preparazione tradizionale come il caffè turco). Io sono di diverso avviso perchè ritengo che anche alcune tipologie di espresso possano dare maggiore indice edonico con un poco di zucchero, e ancor di più lo penso per tante preparazioni fredde.

Come sappiamo, **la bassa temperatura di servizio** di un cibo/bevanda è una **sensazione considerata "dura"**, ma potrebbe non essere l'unica: altre sensazioni di "durezza" come, ad esempio, **acidità, amarezza o tannicità** potrebbero facilmente far parte del profilo gusto-olfattivo del nostro caffè. Queste sensazioni, in caso di bassa temperatura, si vanno a sommare alla "durezza" da essa determinata, aumentando in maniera esponenziale la "spigolosità", la "ruvidità" della bevanda alla quale toglierebbero piacere. Il contrario succederebbe con sensazioni di "**morbidezza**" come **cremosità tattile o dolcezza** che andrebbero a compensare le sensazioni di durezza. Ecco perché un po' di zucchero tenderà a bilanciare acidità e bassa temperatura donando maggior equilibrio, indice edonico e piacevolezza a tante bevande fredde a base di caffè.

Preferiremo però uno **zucchero non raffinato** per evitare sensazioni sgradevoli tipo calcarea o

sabbiosa: la cosiddetta "*chalky*".

3. Caffè macerato a freddo

Già con un buon caffè sul ghiaccio ci potremo divertire non poco, ma non è l'unica soluzione estiva che abbiamo a disposizione.

Sappiamo che la **temperatura e la pressione di estrazione** agiscono come **"catalizzatori"** per estrazione ed emulsione delle sostanze aromatiche da parte dell'acqua. Se diminuisce una o entrambe le variabili, dovremo agire per compensazione e aumentare la terza variabile cioè il tempo. In altre parole, **se l'espresso venisse estratto nei soliti 25/30 secondi ma con acqua fredda e/o pressione bassissima** risulterebbe carente, privo di emulsioni, con solidi disciolti e quindi imbevibile. Però, se controlliamo il tempo di preparazione possiamo compensare questi effetti negativi. Ad esempio, potremmo mettere a macerare in acqua fredda della polvere di caffè macinato e lasciarla per un tempo decisamente più lungo dei soliti 30 secondi. Io suggerisco dalle 12 alle 24 ore ma il tempo dipende dalla granulometria di macinatura: più il caffè sarà stato macinato grosso più dovrò allungare il tempo di infusione.

Otterremo così una bevanda diversa e davvero piacevole, a patto di sceglire un arabica fresco, di buona qualità, ben aromatico e ben strutturato. Come dicono i nostri amici USA "*stomach friendly*" perchè sarà una gioia per coloro che, come me, non lesinano sulla quantità di caffè bevuti durante il giorno.

Ma cerchiamo di essere più precisi nelle modalità di preparazione:

1. **prepariamo il recipiente che utilizzeremo per la macerazione** (non plastica, in quanto potrebbe interagire con gli oli ed i colloidi del caffè, e nemmeno cromato o nichelato perché trattamenti cancerogeni)
2. cerchiamo di capire esattamente la capacità al colmo e calcoliamo la quantità di caffè da macinare e macerare in ragione di (indicativamente) 80/100 grammi di caffè per litro di acqua
3. **Versiamo la polvere**, aggiungiamo acqua fredda, mescoliamo bene e riponiamo il tutto in frigorifero. Il recipiente dovrà essere colmo e chiuso ermeticamente per evitare che la bevanda assorba odori dal frigorifero, ma anche per evitare fenomeni ossidativi.

Per le prime volte, **dovremo fare assaggi dopo 8/12/16/24 ore per valutare la bevanda** e decidere il tempo. Con questo metodo però non tutti i caffè danno (a parere di chi scrive) buoni risultati. Sicuramente daranno una **buona bevanda i caffè più complessi e strutturati di arabica lavati** come ad esempio gli Etiopia, i Kenya e i Panama.

Di grande importanza è anche la **scelta dell'acqua**:

- se la scelgo con **pH neutro** o tendenzialmente alcalino, carbonato-calcica con residuo fisso non troppo alto avrò un **infuso più fragrante**, più armonico e leggermente più dolce;
- se con **pH acido**, basso residuo fisso e minor "durezza" (concentrazione di ioni calcio e magnesio) otterrò una **bevanda più aromatica**, più profumata, più leggera al gusto e più stabile nel tempo con minor tendenza all'ossidazione.

4. Sorbetto al caffè

Volendo invece provare qualche ricetta un po' più gustosa, disponendo di un frullatore potente, possiamo unire ad un espresso leggermente ristretto, un poco di zucchero di canna liquido, tre cubetti di ghiaccio, un poco di panna ben fresca liquida, e un agente aromatizzante caratterizzante

come ad esempio pistacchi, mirtilli e vaniglia, zabaione e scorze di arancia, oppure nocciola e cacao (oppure le creme già pronte che si trovano in commercio).

A questo punto frulliamo bene tutto per qualche secondo (il ghiaccio si deve sbriciolare ma non si deve sciogliere) e serviamo guarnendo la coppetta con polvere di cacao, granella di nocciola, scaglie di cioccolato o due o tre mirtilli appoggiati delicatamente in superficie.

Anche semplicemente un espresso ottenuto da un caffè ben aromatico, aggiunto di zucchero e ghiaccio frullato, diventa una sorta di **sorbetto al caffè** niente male.