Fichi di Cosenza DOP

UN'ECCELLENZA NATA DALLA TRADIZIONE CHE OGGI ENTRA IN TUTTE LE CUCINE

Tra i frutti più amati da Greci e Romani, fu all'epoca della Magna Grecia che le prime piante di fico arrivarono in Calabria nella provincia di Cosenza, dove oggi vengono prodotti i prelibati Fichi di Cosenza DOP, commercializzati essiccati come da tradizione, secondo un rigoroso disciplinare protetto dal Consorzio di Tutela Fichi di Cosenza DOP nato nel 2020 proprio per valorizzare e proteggere questa eccellenza certificata DOP dal 2010.

Sono prodotti con i frutti delle migliori piante Ficus Carica Sativa di varietà Dottato Bianco (particolarmente resistente e adatta all'essiccazione) e regalano un sapore delicato e dolce con polpa liscia e sottile. Caratteristiche speciali date da diverse concause tra cui il naturalissimo metodo di essiccazione rigorosamente al sole come insegna la tradizione e il connubio tra clima e terreno che trovano solo nel territorio cosentino.

Raccolti a mano già parzialmente appassiti tra agosto e ottobre, sono stesi su graticci per altri 4/7 giorni e rigirati con sapienza e perizia fino ad ottenere il giusto grado di disidratazione, il tipico sapore mielato, la consistenza piena, carnosa e morbida, senza aggiunta alcuna.

Ricchi di sali minerali – soprattutto calcio, ferro e potassio – i Fichi di Cosenza DOP contengono anche molte fibre, elisir per il benessere intestinale, e discrete quantità di vitamine. Con le loro 280 calorie per 100 grammi sono inoltre totalmente privi di grassi saturi.

Squisiti da gustare "al naturale" a fine pasto o come break salutare, questi dolcissimi frutti danno il meglio di sé anche nelle preparazioni della cucina moderna.

I Fichi di Cosenza DOP infatti sono alla base di diversi prodotti trasformati che nascono dalla tradizione ma che oggi vengono sempre più utilizzati come ingredienti per altre meravigliose ricette.

Fichi farciti con mandorle o noci, Fichi ricoperti con cioccolato, Fichi al Rum, Cioccolatini di Fichi, Melassa di Fichi, prodotti dalle aziende consorziate sono tutti utilizzabili in svariate ricette, dall'antipasto al dolce, per dare un tocco di gusto sano e naturale ad ogni menù.

Pubbliredazionale