

Sorbetto

Il **sorbetto** è un **gelato** alla frutta che contiene solo acqua, zucchero e purea di frutta, eventualmente arricchita con bevande alcoliche che oltre a conferire il proprio gusto al sorbetto, abbassano il punto di congelamento della miscela rendendola più soffice e cremosa. Il sorbetto è quindi privo di panna o latte, uova e altri grassi e questo lo rende un prodotto molto diverso rispetto ai gelati con base alla panna o alla crema, sia come gusto che come consistenza.

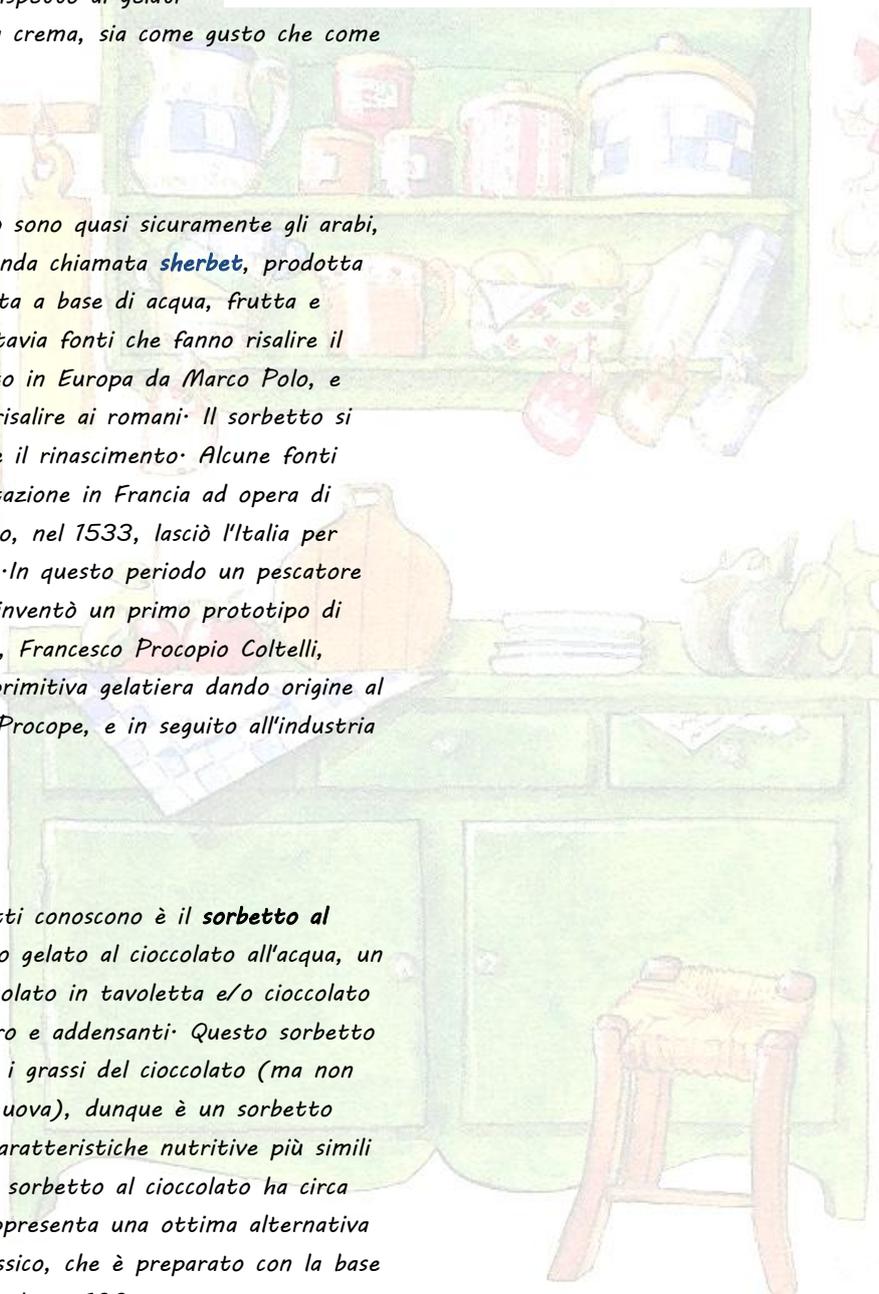


Origine del sorbetto

Gli **inventori del sorbetto** sono quasi sicuramente gli arabi, che inventarono una bevanda chiamata **sherbet**, prodotta bevanda leggermente gelata a base di acqua, frutta e dolcificanti. Esistono tuttavia fonti che fanno risalire il sorbetto ai cinesi, portato in Europa da Marco Polo, e altre fonti che lo fanno risalire ai romani. Il sorbetto si diffuse in Europa durante il Rinascimento. Alcune fonti parlano di una sua esportazione in Francia ad opera di Caterina de Medici quando, nel 1533, lasciò l'Italia per sposare il duca di Orleans. In questo periodo un pescatore di Aci Trezza, in Sicilia, inventò un primo prototipo di gelatiera e un suo nipote, Francesco Procopio Coltelli, esportò a Parigi questa primitiva gelatiera dando origine al primo caffè d'Europa, *Le Procope*, e in seguito all'industria del gelato.

Il sorbetto al cioccolato

Un prodotto che non tutti conoscono è il **sorbetto al cioccolato**, anche chiamato gelato al cioccolato all'acqua, un gelato prodotto con cioccolato in tavoletta e/o cioccolato in polvere, acqua, zucchero e addensanti. Questo sorbetto è atipico perché contiene i grassi del cioccolato (ma non quelli della panna o delle uova), dunque è un sorbetto vero e proprio, ma con caratteristiche nutritive più simili a quelle di un gelato. Un sorbetto al cioccolato ha circa 180 kcal per 100 g e rappresenta una ottima alternativa al gelato al cioccolato classico, che è preparato con la base panna e ha più di 220 kcal per 100 g.



Preparazione del sorbetto

Il sorbetto si prepara con una purea di frutta addizionata con acqua e zucchero, che viene successivamente gelata con una gelatiera. Si può preparare anche senza gelatiera mettendo il composto nel congelatore e mescolandolo periodicamente mentre la miscela si congela, anche se il risultato non è equivalente poiché la consistenza cremosa si ottiene solo con un continuo mescolamento della miscela possibile solo con una **gelatiera**. Il sorbetto ha una consistenza meno cremosa rispetto al gelato, mancando la componente grassa, ed è in genere più "ghiacciato", anche se con opportuni additivi molte gelaterie riescono a produrre sorbetti molto lisci e cremosi.

Proporzioni:

Consideriamo 1 kg di **sorbetto (1000 grammi)**, la percentuale della frutta deve essere del **50 %** cioè: **500 grammi** alla quale va aggiunta una percentuale del **28 % di zuccheri** considerando la quantità degli stessi presenti nella frutta che utilizziamo. Il restante è la **% d'acqua** cioè **220 grammi**.

Esempio: la pesca ha una percentuale del **8,7 %** su 500 grammi (arrotondiamo a **9%**) $9 \times 5 = 45$ **grammi di zucchero** presente già nella **frutta di base** quindi aggiungeremo per differenza $(280 - 45) = 235$ **grammi di zucchero** e avremo ottenuto la nostra percentuale di zucchero del **28 %** cioè **280 grammi totali**.

50 % di frutta = 500 grammi pesca
28 % di zucchero (45 nella pesca) + 235 grammi
22 % grammi di acqua

100 % = 1000 grammi di sorbetto finale

Nota bene:

aggiungere un cucchiaino di farina di carruba che serve ad addensare e rendere uniforme il sorbetto ed evitare la formazione dei cristalli di ghiaccio.

Naturalmente è conveniente partire da una quantità dimezzata 500 grammi. Che è ottimale per 4 persone e aggiustare il gusto ... con delle prove.

Da ricordare sempre le 3 percentuali:

50 % di frutta

28 % di zucchero

22 % di acqua

E 1 cucchiaino di farina di carrube.

Grammi di zucchero per 100 grammi	
Albicocche	9,3
Ananas	11,9
Anguria	9,0
Arancia	9,2
Avocado	0,9
Fichi	6,9
Fragole	5,8
Lamponi	9,5
Limone	2,5
Mandarino	7,7
Melagrana	10,1
Mele	13,3
Pera	10,5
Pesca	8,7
Prugna	7,5
Frutto della passione	11,2
Kiwi	10,5