

Tarassaco **(*Taraxacum officinale* Web.)**

ASPETTI BOTANICI

Il tarassaco è una pianta erbacea perenne appartenente alla famiglia delle *Compositae*, che raggiunge un'altezza di 10-40 cm.

Le foglie formano una rosetta basale, sono profondamente allungate e lanceolate, incise in modo irregolare.

Il fusto è liscio, cavo, non ramificato e porta un capolino di colore giallo vivo costituito di fiori tutti ligulati. La fioritura avviene fra aprile e maggio.

Produce un gran numero di semi provvisti di pappo che si disperdono molto velocemente col vento.

La radice è bruna, rugosa, di tipo fittonante, spesso ramificata. Tutte le parti del T. contengono del lattice.

È una pianta eurosiberiana divenuta cosmopolita e presente in tutta Italia. Vegeta durante l'intero anno ed in primavera fiorisce massicciamente nei campi coltivati, negli incolti e lungo le strade.



UTILIZZAZIONE

Nella medicina familiare si impiegano le giovani foglie che vengono raccolte e consumate in insalata (crude) o come verdura cotta, nelle cure primaverili per la "depurazione" del sangue.

L'erboristeria invece richiede la radice, che contiene quantità rilevanti di inulina (fino al 40%), fitosterine, vitamine del gruppo B, principi amari ecc. Queste sostanze, stimolando la secrezione biliare e influenzando positivamente l'attività del fegato, favoriscono la diuresi, combattono l'inappetenza, la dispepsia, il reumatismo e la gotta.

Standard di qualità

Non è contemplato nella F.U.I. 1998.

CLIMA E TERRENO

È una pianta che dispone di una grande capacità di adattamento alle più diverse condizioni: prospera nei suoli da umidi a secchi, purché profondi e ricchi di elementi fertilizzanti, non troppo argillosi e leggeri ma non acidi. La sua presenza indica che il terreno che la ospita è ricco di calcio.

TECNICA COLTURALE

Avvicendamento

Segue bene un cereale oppure un prato stabile.

Preparazione del terreno e concimazione

- Aratura autunnale.
- Fresatura primaverile.
- Rullatura del terreno sia prima che dopo la semina.

Esige una concimazione da media ad elevata.

È una pianta nitrofila e si avvantaggia di somministrazioni abbondanti di letame maturo.

Impianto

La semina va effettuata in marzo-aprile in fila continua alla distanza di 60 cm tra le file.

L'emergenza è anticipata se si ricopre il terreno con tessuto non tessuto per forzatura.

Cure colturali

Occorre tenere il campo pulito dalle malerbe per mezzo di frese tra le file ed a mano sulla fila, soprattutto nelle fasi successive alla semina.

MALATTIE E PARASSITI

Le foglie di tarassaco vengono spesso colpite da un fungo (*Erysiphe cichoracearum*) che

le ricopre di una patina biancastra.

RACCOLTA E RESE

La raccolta delle radici si esegue alla fine del primo anno, al momento del riposo vegetativo (ottobre-novembre), a mano (zappa) o con macchine scavatubi.

Le radici raccolte vanno lavate e tagliate a pezzi per favorirne l'essiccazione.

Le rese in radici secche si aggirano sui 25-50 kg/100 m².