

28 Novembre 2016

Il Topinambur trova “casa” a Fontanella

L'imprenditrice agricola Elisabetta Ravani è la prima nella Bergamasca a coltivare il tubero. La raccolta è iniziata a ottobre e proseguirà fino a primavera



Elisabetta Ravani

A portarlo in Italia è stato Cristoforo Colombo, eppure ancora oggi è poco conosciuto. Dopo averlo consumato nei periodi delle guerre, è stato dimenticato con l'eccezione della cucina piemontese. Il topinambur, o rapa tedesca, oltre a essere buono, fa bene, tanto da essere chiamato la patata della salute. L'azienda Lombarda Topinambur, di Fontanella, la prima nella Bergamasca a coltivare l'antico tubero, ha iniziato il raccolto a ottobre e proseguirà fino a primavera con la previsione di distribuirne cinque tonnellate. A decidere di farlo tornare sulle tavole è stata Elisabetta Ravani, 31 anni, appassionata di sana alimentazione.

«Quando ho avviato il progetto, c'era chi mi guardava incredulo chiedendomi cosa fosse il topinambur – sorride l'imprenditrice agricola -: i suoi benefici sono tantissimi, purtroppo la raccolta a mano l'ha reso un ortaggio difficile, le multinazionali hanno preferito le patate. Noi lo coltiviamo senza l'utilizzo di concimi, diserbanti, antigermoglianti,

antiparassitari, prelevando di volta in volta i tuberi in base agli ordini che riceviamo per offrire la massima freschezza del



I bulbi sono, infatti, attorno alle radici e, al contrario delle patate, possono restare sotto terra, mantenendo inalterate le loro proprietà. L'aspetto ricorda quello del ginger, il colore è rosso-violaceo, mentre la pianta, che si semina tra febbraio e maggio, può raggiungere i quattro metri di altezza. Altra sua caratteristica sono i fiori gialli, simili ai girasoli che si volgono verso la luce. Le qualità sono tantissime: è povero di calorie, quindi ideale nelle diete dimagranti, ricco di vitamine A, B1, B2 e C e di minerali come magnesio, ferro e zinco, ha poco amido e tanta inulina. Inoltre, ha potere lassativo e viene usato nella cucina dell'infanzia e come digestivo, con un'accortezza: non si possono superare i 200 grammi giornalieri. Il sapore ricorda il cuore del carciofo, non serve pelarlo, ma basta spazzolarlo. Si può consumare nel risotto, al forno con le patate, come polsette che accompagnano la carne, tagliato a pezzetti nella minestra o nel minestrone, bolliti come le patatine. Ottimo anche trifolato, condito con olio, aglio, sale, o anche crudo in insalata, dopo averlo tagliato con una mandolina.



Lombarda Topinambur guarda anche al suo utilizzo tutto l'anno. «È un peccato

non godere dei suoi benefici in estate, l'idea è di essiccarlo come si fa con i funghi porcini e creare una farina per pane e dolci. E poi farne sottolii e ravioli, oltre a infusi con fiori e foglie», conclude Elisabetta. Le consegne sono gratuite nei paesi limitrofi a Fontanella, come Treviglio, Caravaggio, Soncino, Misano, Mozzanica, Chiari, Romano, Bariano, Calvenzano, Covo, Calcio, Cortenuova. Il costo è 2,40 euro per mezzo chilo, 4,60 per uno, 19,50 per cinque.

Lombarda Topinambur

via Filippo Corridoni, 42

Fontanella assegna

<https://www.larassegna.it/il-topinambur-trova-casa-a-fontanella/>

www.lombardatopinambur.it

tel. 333 5237430