



CARCIOFO CINESE (Stachys sieboldii)



DESCRIZIONE



Coltivazione

Predilige terreni leggeri, fertili e ben drenati. Tollera il gelo. Cresce in posizioni soleggiate o parzialmente ombreggiate. Necessita di annaffiature costanti ma moderate.



Raccolta e conservazione

Si raccoglie in autunno/inverno, quando le foglie sono ingiallite e i tuberi sono maturi. Si consiglia di consumare i tuberi subito dopo la raccolta o conservarli in luoghi freschi e umidi per pochi giorni.



Uso in cucina

Delicato, simile al carciofo e al topinambur. Si può consumare sia crudo, tagliato a pezzetti nelle insalate, sia cotto in vari modi: bollito, saltato in padella, grigliato o usato per preparare zuppe, contorni e antipasti.