

CARDO: "bianco avorio"

Questo ortaggio ha la forma del sedano, ma il sapore simile al carciofo. Viene utilizzato come ingrediente in numerose ricette e in diversi piatti tradizionali che lo rendono davvero goloso ed appetitoso. Il cardo presenta anche numerose proprietà officinali dovute soprattutto alla presenza della "silimarina", assumere tale rimedio naturale significa aumentare la capacità di protezione attiva del fegato nei confronti delle sostanze tossiche quali l'alcool, il fumo, inquinanti e farmaci.

Disponibile da giugno a fine agosto

Consigli di coltivazione:

PREPARAZIONE DEL TERRENO:

Il cardo è una pianta molto rustica e si adatta molto bene a diversi tipi di terreno. Una zappatura superficiale generalmente è sufficiente a creare un buon habitat per le radici delle nostre piantine.

TRAPIANTO:

Distanza tra le piante: 80 cm sulla fila e 120 cm tra le file.

CONCIMAZIONE:

Al trapianto concimare in abbondanza con stallatico maturo o in alternativa con concime NPK. In vegetazione apportare piccole quantità di ternario dopo 30- 40 giorni dal trapianto.

IRRIGAZIONE:

Frequente ma senza ristagni, evitando di far asciugare eccessivamente il terreno.

IMBIANCHIMENTO DELLA COSTA:

Il cardo, come il suo collega sedano, se imbiancato risulta molto più tenero e meno amaro. Prima dell'imbiancatura vera e propria i cespi vanno legati generalmente verso la fine di ottobre. La prima legatura si fa a circa 40 cm di altezza, dopo una decina di giorni si possono legare le foglie più in alto, lasciando libero solo il centro della pianta. Una volta fatta la legatura si procede con l'imbianchimento che può avvenire in vari modi:

imbianchimento in fossa. Si scava una fossa di un metro di profondità dove si mettono in verticale i cardo con solo un pezzetto di radice alla base e coprendo fino alle prime foglie. Si copre poi con la paglia.

Imbianchimento in campo. Ovviamente si può fare solo nelle zone a clima mite, dove non gela. Si lasciano i cardo nell'orto, si coprono fasciandoli con teli.

Cardi gobbi. Si piega la pianta di lato, scalzandola parzialmente dal terreno, poi la si ricopre di terra lasciando fuori solo la cima e la pianta continua la crescita curvandosi.

LA RACCOLTA:

La raccolta va effettuata dopo circa 1 mese dall'imbiancatura.

CONSIGLI DELL'ESPERTO:

Le piante di cardo sono molto vigorose e richiedono un ampio spazio tra le file, questo favorisce la crescita delle erbe infestanti che vanno eliminate con interventi di sarchiatura o manualmente.