

Carta d'identità specie vegetale

Nome comune:

**Tarassaco, Soffione, Dente di leone, Pisciatello,
Cicoria burda o Polenta del diavolo**

Nome scientifico:

Taraxacum officinale

Descrizione e biologia

Il tarassaco è una pianta erbacea della famiglia delle Asteracee (Composite), dotata di una robusta radice a fittone. Viene considerata, vista le scarse esigenze ambientali e la distribuzione ubiquitaria, una pianta "infestante".

Presenta una rosetta basale di foglie che partono dalla parte superficiale della radice e che presentano nervature verdi centrali. Il fiore, ligulato, è di colore giallo e si trova, raccolto con altri in capolini gialli, su un gambo che raggiunge massimo i 40 cm; l'epoca di fioritura va da marzo a novembre. Le brattee sotto il fiore, di colore verde, sono di forma lineare-lanceolata.

Il nome comune di "soffione" deriva dal "pappo", appendice piumosa e leggera legata ai semi (achenii) che ne agevola la dispersione, ad opera del vento, e la conseguente diffusione della specie.

In effetti si tratta di una delle piante più diffuse nel mondo, anche grazie all'intervento dell'uomo: il suo areale di distribuzione comprende l'intera Europa, l'Africa settentrionale, la Siberia, l'America del Nord e altre zone nell'emisfero boreale.

Il tarassaco può crescere fino a 1700 m sopra il livello del mare, nei prati-pascoli, nelle radure dei boschi, lungo scarpate, fasce incolte ed arbustate, e in zone urbane (perfino lungo i marciapiedi e in prossimità delle strade).

Curiosità

Come si capisce anche dal nome scientifico, questa specie è nota per le sue proprietà curative ed è molto utilizzata nella medicina tradizionale. Una delle "cure" derivate dall'uso officinale si chiama, per l'appunto, tarassaco-terapia: la specie ha proprietà colagoghe, diuretiche, lassative, anti-scorbuto e depurative.

Il tarassaco, infine, è usato anche in ambito culinario: può essere mangiato fresco appena raccolto o bollito se fuori stagione, inoltre possono essere usate anche le radici essiccate. Ha un sapore speziato che si avvicina all'amaro e i suoi boccioli floreali sono utilizzati anche per marmellate e gelatine.

Tra le altre curiosità: il gambo del tarassaco è cavo e, grazie a questa caratteristica, veniva usato per fare le bolle di sapone.

Fonti :

- <https://www.gnubik.it/salute/rimedi-naturali/tarassaco-caratteristiche-proprietà-e-benefici-3030#:~:text=Tarassaco%3A%20caratteristiche,e%20lobate%2C%20con%20margine%20dentato.>
- https://www.elicriso.it/it/piante_medicinali/tarassaco/
- <https://www.agraria.org/coltivazioniforestali/erbe/erbemedicinali10.htm>
- [https://www.monaconatureencyclopedia.com/taraxacum-officinale/#:~:text=Il%20tarassaco%20\(Taraxacum%20officinale%20Weber,altre%20parti%20dell'emisfero%20boreale.](https://www.monaconatureencyclopedia.com/taraxacum-officinale/#:~:text=Il%20tarassaco%20(Taraxacum%20officinale%20Weber,altre%20parti%20dell'emisfero%20boreale.)
- <https://www.lacucinaitaliana.it/news/salute-e-nutrizione/tarassaco-in-cucina/>

Autore: Diego Olivieri

Data: 10/6/20

