



# Helianthus tuberosus

Famiglia

ASTERACEAE

## GIRASOLE DEL CANADA, JERUSALEM ARTICHOKE

ETIMOLOGIA - Il nome generico (*Helianthus*) deriva da due parole greche "*helios*" (= sole) e "*anthos*" (= fiore) in riferimento alla tendenza di alcune piante di questo genere a girare sempre il

capolino verso il sole. Il nome specifico (*tuberosus*) indica una pianta perenne, il cui organo di sopravvivenza è un tubero.

AMBIENTE - si propaga soprattutto lungo le rive dei corsi d'acqua, nelle foreste rivierasche, lungo i sentieri, nei depositi e nelle cave, a bassa quota. Forma popolamenti importanti e densi solo se le condizioni di luce, acqua e nutrienti sono soddisfatte.

### CARATTERI BOTANICI

FUSTO - Parte ipogea: la parte sotterranea è un rizoma irregolare di tipo tuberoso. Parte epigea: la parte aerea del fusto è eretta, ascendente e ramosa; in alto è cigliato-ruvida.

TUBERO - Il tubero è commestibile, per questo è anche chiamato patata topinambur

FOGLIE - sono opposte nella parte bassa del fusto, e alterna nel resto della pianta. Le foglie sono intere e ristrette alla base. I margini sono dentellati. La superficie è ruvida e il colore è verde-scuro. larghezza 5 – 8 cm; lunghezza 8 – 15 cm.

FIORI – sono tetra-ciclici (formati cioè da 4 verticilli) e pentameri. Sono ermafroditi, sono sterili.

FRUTTI - sono degli acheni sormontati da un pappo formato da due squame (o denti) lineari-acute e precocemente caduche

USI - viene utilizzato specialmente per diverse preparazioni culinarie e per la produzione della farina di Topinambur e per la realizzazione di vari integratori come quelli indicati per: la dieta, per la salute dei capelli e infine per gli energetici.

STORIA E LEGGENDE - Secondo la leggenda, a scoprire il topinambur fu Samuel de Champlain, un esploratore francese che si trovava nello stato del Massachussets per una missione esplorativa. Dopo aver assaggiato un piatto a base di questo tubero, se ne innamorò e lo chiamò *carciofo di gerusalemme* anche se non ha nulla a che fare con la famiglia dei carciofi.