

Miele di tarassaco – prodotto di una pianta versatile dagli innumerevoli nomi

Stefan Bogdanov¹, Katharina Bieri², Verena Kilchenmann¹, Peter Gallmann¹ e Franz-Xaver Dillier
¹Centro di ricerche apicole, Stazione di ricerca Agroscope Liebefeld-Posieux ALP, CH-3003 Berna
²Instituto biologico per la ricerca pollinica, CH-3122 Kehrsatz

A primavera il paesaggio rurale svizzero si colora d'oro, del giallo intenso del dente di leone. È una pianta versatile, molto popolare e dai numerosi appellativi. Al centro della classifica dei mieli uniflorali maggiormente prodotti in Svizzera troviamo quello di tarassaco. Viene raccolto in tutta la Svizzera, eccezion fatta per il Ticino. Già un'esigua percentuale di nettare di dente di leone può conferire al miele un intenso colore giallo e un aroma spiccato. Di conseguenza in molti mieli primaverili miscelati si può percepire il nettare di dente di leone, senza che si tratti di un vero e proprio miele uniflorale.

Il dente di leone (*Taraxacum officinale*), fin dai tempi antichi, è sempre stato una pianta popolare. Appartiene alle angiosperme più note e diffuse del nostro territorio rurale. In primavera interi prati e pascoli si tingono del giallo dei suoi fiori. Oltre che con il suo nome botanico, questa pianta è nota con numerosi appellativi. Originariamente il botanico Linneo, osservandone le foglie con margine dentato, l'ha classificata nel genere *Leontodon*, che in latino significa, appunto, dente di leone. Anche dopo essere stata classificata nel genere *Taraxacum* (probabilmente dall'arabo «Tharakhchakon»), la pianta ha mantenuto il suo vecchio nome officinale «dente di leone». Tuttavia questo non è l'unico suo nome comune. Infatti, il dente di leone è la pianta che ne possiede il maggior numero. Nell'area germanofona se ne contano 500-600: Dotterblume, Kettenblume, Pfaffenröhrlin, Butterblume, Sonnenwirbel, Kuhblume, Saublume, Gänsezunge, Milchblume, Augenwurz, Mönchskopf, Pustebblume, Bettbrunzer, eccetera. In italiano sono diffusi appellativi quali: dente di cane, soffione, radicchiella, pisciacane, piscialletto, barba del Signore, ingrassaporci, cicoria matta, cicoria selvatica. E poi ci sono le varianti in svizzero tedesco. Per gli Svizzeri romandi è semplicemente il «pisse-en-lit».



Miele di tarassaco prodotto nel Canton San Gallo

Ricetta del “miele di tarassaco” della nonna

Ingredienti: per 7–8 vasetti
- ca. 300 g di fiori di dente di leone
- succo di 2 limoni
- ½ kg di zucchero

Dopo aver eliminato le brattee verdi far bollire i fiori in 1 litro e mezzo d'acqua per 5 minuti a fuoco alto. Togliere dal fuoco e lasciare i fiori nell'acqua di cottura per 24 ore. Filtrare. Mettere a bollire il filtrato con il succo di limone e lo zucchero a fuoco lento/moderato fino ad ottenere un liquido sciropposo. Versare nei vasetti.

La nostra esperienza

Importante: assicurarvi che i fiori non siano stati raccolti da un prato concimato.

Lo zucchero del miele conservato talvolta si cristallizza perché il “miele di tarassaco” è stato bollito a temperatura troppo elevata e di conseguenza gli zuccheri si sono trasformati. Pertanto si consiglia di far bollire il filtrato lentamente a fuoco moderato.



Non sempre il miele di tarassaco proviene dalle nostre api (photo: F.X. Dillier)

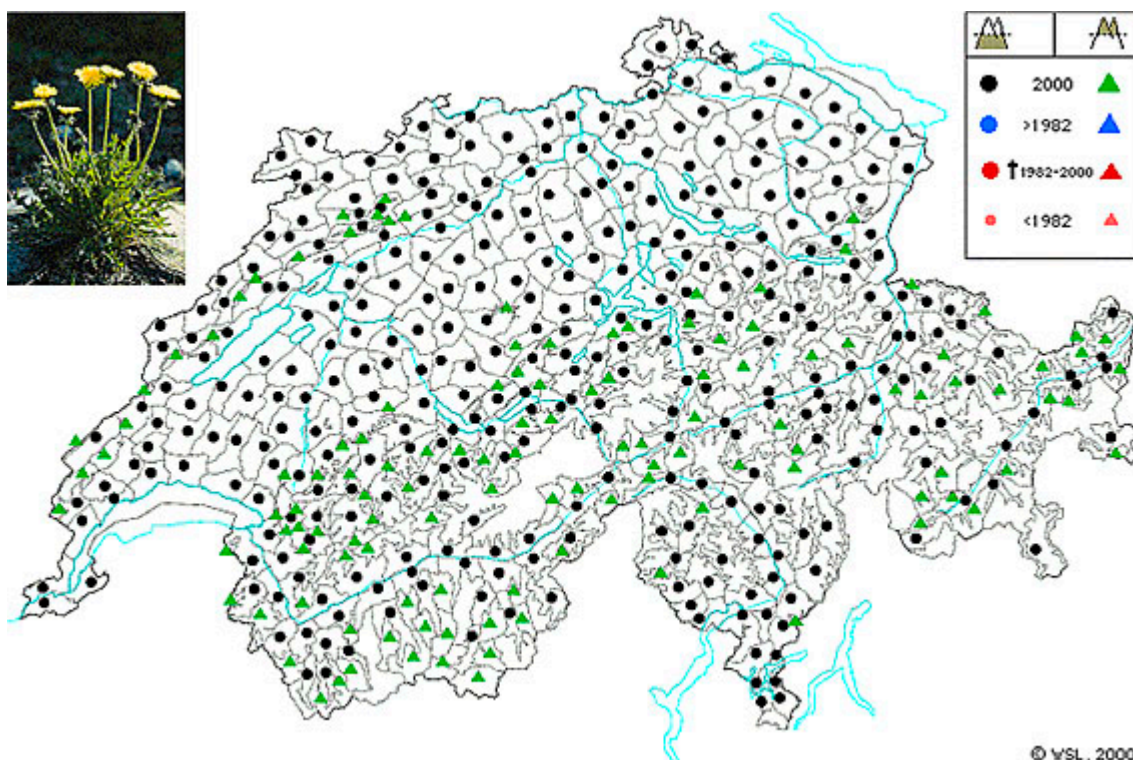
Il dente di leone è una delle principali fonti nettariifere primaverili e quindi riveste una particolare importanza per l'apicoltura. Ma quello apistico non è l'unico scopo per cui viene usata questa pianta. Il dente di leone, infatti, è anche una pianta medicinale. E le sue foglie amarognole possono essere gustate in insalata. Gli Ebrei lo mangiano per celebrare la Pesach per osservare i precetti della Torah: «*In quella notte ne mangeranno la carne arrostita al fuoco; la mangeranno con azzimi e con erbe amare*»

Nei periodi di guerra e di crisi le radici fittonanti del dente di leone venivano raccolte e torrefatte come surrogato del caffè. La sostanza lattiginosa secreta dalle radici contiene caucciù, la materia prima per la produzione di gomma. In Russia, durante la prima guerra mondiale ma anche in seguito, veniva largamente coltivata la variante selezionata di una varietà coltivabile di dente di leone (dente di leone dell'Europa orientale, *Taraxacum Kog Saghys*) destinata alla produzione di pneumatici. Anche la Wehrmacht tedesca, dopo la campagna in Russia, cercò di trarre profitto da questa tecnologia in fabbriche in Ucraina.

Pianta, diffusione



Il dente di leone (*Taraxacum officinale* – Asteraceae) cresce in montagna fino ai 2'500 metri d'altitudine. È una pianta multiforme, con foglie disposte a rosetta e con radice fittonante. Predilige i suoli ricchi di principi nutritivi; è la specie che caratterizza i prati pingui tanto diffusi in Svizzera. Il dente di leone appartiene alla famiglia delle Composite. Il fiore è singolo: un capolino giallo composto da flosculi (possono essercene fino a 200).

Il dente di leone fiorisce, a bassa quota, da aprile a maggio e ad alta quota fino a giugno.



Cartina di diffusione del dente di leone (*Taraxacum officinale*)

Legenda:

		2000	>1982	† 1982-2000	<1982
Pianura	Montagna	Disponibile	Notificato dopo il 1982	Estinto dal 1982	Bibliografia/esemplare da erbario

Miele di tarassaco

Per la caratterizzazione del miele di tarassaco sono stati prelevati 27 campioni, tenendo conto di un ampio spettro di altitudini a cui questa pianta si diffonde (386–1'108 m s.l.m.). L'altitudine media si aggirava attorno a 757 metri. I Cantoni di provenienza dei campioni sono: BE (4), GR (1), FR (5), NE (3), LU (1) e SG (3). I campioni appartenevano ai raccolti del 1998 (4 campioni), 1999 (5 campioni), 2000 (5 campioni), 2002 (6 campioni) e 2003 (6 campioni). Tutti i mieli analizzati avevano un tenore di acqua relativamente basso, che non ha mai superato i 18,5 g / 100 g. Il rapporto glucosio/acqua è risultato sempre notevolmente superiore a 1,7. Pertanto il miele di tarassaco ha una cristallizzazione particolarmente rapida, solitamente entro 2–4 settimane dal raccolto.



Apiario in un prato di denti di leone nel Canton Neuchâtel (photo: B. Bachofen)

La percentuale pollinica nel miele varia fortemente e talvolta è esigua. Il polline di dente di leone è spesso miscelato in percentuali diverse a polline di colza e salice. Rispetto al tenore pollinico complessivo del miele di tarassaco, il polline di dente di leone è leggermente iporappresentato, infatti 10 grammi di miele contengono mediamente 33600 granuli pollinici. Il sedimento microscopico è molto chiaro e spesso colorato di giallo; ciò è dovuto allo strato di olio che riveste i granuli pollinici.

Scheda tecnica

Caratterizzazione:

- Intensità del colore: media (color giallo vivo)
 - Intensità dell'odore: forte
 - Intensità dell'aroma: forte
 - Aroma: di animale, fruttato
 - Dolcezza: media
 - Acidità: media
 - Amarezza: assente
 - Sensazione in bocca: fresca
 - Retrogusto: persistente
-
- % media del polline della varietà nel miele: 25 (11-68) %
 - Quantità di nettare/fioritura/giorno: 7.4 mg
 - Valore mellifero (per stagione e per ettaro): 20-200 kg
 - Tenore di zucchero nel nettare: 55 g/100 g
 - Tipi di zuccheri nel nettare: fruttosio: 45 g/100 g
glucosio: 55 g/100 g

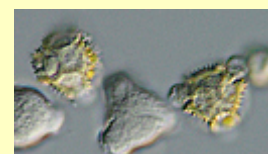


Immagine al microscopio di un miele di tarassaco con contrasto di interferenza. 2 granuli pollinici di dente di leone (strato di olio giallo, ingrandimento 400x, photo: K. Bieri)

Proprietà fisico-chimiche del miele:

- Tenore d'acqua: 15.7 (14.2-17.7) g/100 g
- Conducibilità elettrica: 0.49 (0.37-0.62) mS/cm
- Acidi liberi: 10.5 (6.5-17.7) meq/kg
- Melezitosio: 0.1 (0.0-0.5) g/100 g
- Fruttosio/glucosio: 1.05 (0.90-1.15)
- Glucosio/acqua: 2.26 (1.95-2.60)

Bibliografia:

1. Bogdanov, S.; Bieri, K.; Kilchenmann, V.; Gallmann, P. (2005) Miels monofloraux suisses, ALP Forum 23: 1-55.
2. FNP (2000) Swiss Web Flora, <http://www.wsl.ch/land/products/webflora>.
3. Oetker AG (1987) Konfitüren hausgemacht, Aargauer Tagblatt AG, Aarau.