

Il "topinambur"

In autunno, con la loro fioritura, estese colonie di *Helianthus tuberosus* L. (comunemente più conosciuto come "topinambur"), tingono di giallo vivo bordi di strade, campi incolti, sponde di fossi e scarpate. Al termine della loro fioritura (ottobre-novembre) si possono raccogliere i tuberi, che all'esterno presentano una buccia rossastra mentre la polpa è di un bel colore bianco il cui sapore ricorda quello del carciofo. I tuberi vanno lavati e poi sbucciati e si possono mangiare anche crudi, tagliati a fettine in aggiunta alle insalate oppure lessati e conditi con olio sale e pepe o con la bagna cauda. I topinambur sono di difficile conservazione e quindi raccogliete solo quelli necessari al pronto consumo.

TOPINAMBUR CON SALSA TIPO BAGNA CAUDA

Ingredienti per 4 persone:

8 tuberi di topinambur
1 limone
10 filetti di alici sott'olio
12 spicchi grossi di aglio
1 bicchiere di latte
½ bicchiere d'olio
100 gr di panna da cucina

Pelate gli spicchi d'aglio e metteteli a cuocere nel latte fino a che l'aglio non sarà diventato morbido. Togliete dal fuoco e lasciate l'aglio nel latte almeno per 5-6 ore, poi scolatelo. Nel frattempo fate lessare i topinambur per circa 20 minuti in abbondante acqua salata e acidulata e poi tagliateli a fettine che disporrete su un piatto di portata. In un tegamino mettete l'aglio cotto in precedenza e i filetti di alici e con i rebbi di una forchetta schiacciate fino a disfare il tutto, aggiungete l'olio e fate scaldare a fuoco molto basso continuando a rimestare la salsina. Attenzione a non far colorire l'olio! Quando dopo 5 minuti tutto si sarà ben amalgamato aggiungete la panna, lasciate scaldare ancora per un minuto sempre mescolando e versate la salsina così ottenuta sui topinambur che servirete subito.

TOPINAMBUR CON BESCIAMELLA

Ingredienti per 4 persone:

8 tuberi di topinambur
1 limone
besciamella quanto basta
burro per imburrare la teglia
4 cucchiaini di pane grattugiato
prezzemolo tritato

Spazzolate con cura i tuberi e metteteli a lessare in acqua salata e acidulata per circa 20 minuti. Scolateli, pelateli e tagliateli a rondelle e disponeteli in una teglia in precedenza imburrata e spolverata di pane grattugiato. Coprite i topinambur con la besciamella che in precedenza avrete preparato (ottima quella già pronta), cospargete di pane grattugiato e di prezzemolo tritato e passate in forno a gratinare. Quando si sarà formata una bella crosticina sfornate e servite subito.

CROSTINI AI TOPINAMBUR

Ingredienti:

4 tuberi di topinambur
olio
scalogno
1 cucchiaio di capperi
prezzemolo tritato
fette di pane tostato

Lavate e sbucciate i topinambur e tagliateli a cubetti piccoli. In una padella fate appassire lo scalogno tritato sottilissimo con l'olio, aggiungete i topinambur e fateli cuocere a fuoco basso per circa 15 minuti, indi salate e unite i capperi e il prezzemolo tritati, continuando la cottura ancora per pochi minuti. Serviteli caldissimi sulle fettine di pane tostato.