

## Involtini di radicchio

Scritto da Administrator

Martedì 23 Ottobre 2018 17:37 - Ultimo aggiornamento Martedì 23 Ottobre 2018 17:45

---



La pianta del radicchio, *Chicorium Intybus*, appartiene alla famiglia delle Composite, la stessa del gruppo delle cicorie. È un tipo di insalata rossa-violacea dal gusto amaro, grazie all'acido cicorico in esso contenuto.

È un ortaggio che si trova tutto l'anno ma il periodo migliore per consumarlo va da ottobre fino a primavera, in base alla varietà. È un alleato prezioso per la nostra salute perché vera miniera di antiossidanti, in grado di contrastare i radicali liberi e l'invecchiamento cellulare, è utile inoltre contro diabete, stipsi e colesterolo alto.

Il radicchio trova il suo habitat perfetto nel Nord-Est dell'Italia, infatti il Veneto è uno dei più

## Involtini di radicchio

Scritto da Administrator

Martedì 23 Ottobre 2018 17:37 - Ultimo aggiornamento Martedì 23 Ottobre 2018 17:45

---

grossi produttori nazionali, tanto da vantare ben 5 varietà IGP sparse tra le zone di Treviso, Verona, Chioggia e Castelfranco. Si sono formati dei consorzi, come il Consorzio Tutela Radicchio Rosso di Treviso e Variegato di Castelfranco e il Consorzio del Radicchio di Verona IGP, che hanno la funzione di tutela e di cura relativi alla denominazione IGP.

**Radicchio di Verona IGP.** Questa varietà di radicchio si riconosce per la sua caratteristica forma di un ovale allungato, dalle foglie di un rosso scuro intenso con venature bianche che danno la dolcezza al prodotto, contrastando l'amaro della parte rossa.

**Radicchio variegato di Castelfranco IGP.** Questa varietà di radicchio è nata alla fine del 1800 dall'incrocio del radicchio di Treviso (*Cichorium intybus*) con la cicoria scarola (*Cichorium indivia*). È stato insignito del marchio Indicazione Geografica Protetta ed è perfetto per le insalate, come quella di radicchio e gorgonzola.

**Radicchio rosso di Treviso IGP precoce.** Questo radicchio è molto versatile in cucina. Si comincia a raccoglierlo il primo di settembre e la sua completa maturazione avviene in pieno campo, dopo che le foglie sono legate con un elastico, tenute strette e private della luce per almeno una quindicina di giorni. Leggermente amarognolo, è ottimo per condire la pasta alla scamorza.

**Radicchio rosso di Treviso IGP tardivo.** È chiamato il Re dei Radicchi per la sua forma inconsueta dalle foglie strette e lanceolate. Si ottiene questo radicchio tramite una tecnica di forzatura e imbianchimento durante la quale i mazzi sono sistemati in alcune vasche riempite con acqua corrente. Ottimo crudo, ma anche usato per insoliti dolci, insieme alla frutta secca 4

**Radicchio di Chioggia IGP.** Di forma tondeggiante, rosso con nervature bianche. È il più coltivato e consumato in Italia ed è la varietà più sapida di tutte.

