POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA BARBA DEI FRATI ROSSA • **35 GIORNI** • Varietà di lattuga da cespo e da taglio di dimensioni medio-grandi, con foglie allungate, strette e appuntite all'estremità di colore verde, con sfumature rosse molto evidenti. Ha una buona resistenza alla salita a seme. La raccolta della lattuga viene effettuata dopo 35 giorni dal trapianto con la grande capacità di rivegetare molto velocemente dopo il taglio. Viene consumata fresca, in insalate singole o miste.

M P epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA FOGLIA DI QUERCIA VERDE • **35 GIORNI** • Varietà di lattuga che produce un cespo voluminoso, di buon peso specifico, con cuore pieno di foglie di colore verde, molto tenere, arrotondate e dal gusto particolarmente dolce. Possiede una buona tolleranza alla salita a seme.Viene raccolta dopo 35 giorni dal trapianto con la grande capacità di rivegetare molto velocemente dopo il taglio (è importante tagliare 4-6 cm dal suolo per aiutare la pianta a formare nuove foglie in meno tempo possibile). In cucina viene consumata fresca, in insalate singole o miste.

M epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA DI FOGLIA DI QUERCIA ROSSA • **35 GIORNI** • Varietà di lattuga da cespo e da taglio che produce un cespo voluminoso, di buon peso specifico, con cuore pieno di foglie di colore rosso molto tenere, arrotondate e dal gusto particolarmente dolce. Possiede una buona tolleranza alla salita a seme. La lattuga a foglia di quercia rossa viene raccolta dopo 35 giorni dal trapianto e possiede la grande capacità di rivegetare molto velocemente dopo il taglio (è importante tagliare 4-6 cm dal suolo per aiutare la pianta a formare nuove foglie in meno tempo possibile). In cucina viene consumata fresca, in insalate singole o miste.

M epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA GENTILINA BIONDA • **35 GIORNI** • Varietà di lattuga da cespo e da taglio. Produce un cespo voluminoso, di buon peso specifico, con cuore pieno di foglie di colore verde chiaro brillante molto tenere, frastagliate e dal gusto particolarmente dolce. Possiede una buona tolleranza alla salita a seme. Viene raccolta dopo 35 giorni dal trapianto e possiede la grande capacità di rivegetare molto velocemente dopo il taglio (è importante tagliare 4-6 cm dal suolo per aiutare la pianta a formare nuove foglie in meno tempo possibile). In cucina viene consumata fresca, in insalate singole o miste.

M epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA GENTILINA ROSSA • **35 GIORNI** • Varietà di lattuga da cespo e da taglio. Produce un cespo voluminoso, di buon peso specifico, con cuore pieno di foglie di colore rosso intenso molto tenere, frastagliate e dal gusto particolarmente dolce. Possiede una buona tolleranza alla salita a seme. Viene raccolta dopo 35 giorni dal trapianto e possiede la grande capacità di rivegetare molto velocemente dopo il taglio (è importante tagliare 4-6 cm dal suolo per aiutare la pianta a formare nuove foglie in meno tempo possibile). In cucina viene consumata fresca, in insalate singole o miste.

M epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA LOLLO ROSSA • **35 GIORNI** • Varietà di lattuga da cespo e da taglio. Produce un cespo voluminoso ed ordinato, di buon peso specifico, con cuore pieno di foglie di colore rosso scuro brillante e molto tenere, finemente frastagliate e dal gusto particolarmente dolce. Possiede una buona tolleranza alla salita a seme. Viene raccolta dopo 35 giorni dal trapianto e possiede la grande capacità di rivegetare molto velocemente dopo il taglio (è importante tagliare 4-6 cm dal suolo per aiutare la pianta a formare nuove foglie in meno tempo possibile). In cucina viene consumata fresca, in insalate singole o miste.

M epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA MISCUGLIO DA TAGLIO • **8-10 GIORNI** • Miscuglio di lattughini da taglio. Le foglie vanno tagliate a circa 4-5 cm dal suolo quando le piantine hanno raggiunto i 10-15 cm di altezza; ricaccia rapidamente. Consigliata per la coltivazione in balcone, terrazzo o veranda per avere ogni settimana prodotto fresco, gustoso e sano grazie ai molteplici tagli che si possono effettuare.

M epoca di trapianto tutto l'anno

pro — Questo simbolo identifica le varietà utilizzate dai professionisti per l'alta produttività, la tolleranza alle malattie e una buona tenuta del frutto dopo la raccolta.

Questo simbolo identifica le varietà utilizzabili anche come lattughine da taglio per la loro elevata capacità di emettere ripetutamente ricacci dopo il taglio.

LEGENDA

M **MULTIPACK** 12 - 6 piantine

P **POLISTIROLO** 84 -135 - 220 piante

V **VASETTO** pianta singola diametro 10 - 14

www.ilgiardinodellemeraviglie.it

Sul nostro nuovo sito web troverete il catalogo on line completo di tutte le piante per l'orto, il giardino, la casa e il balcone. Inoltre sono disponibili **numerosi consigli su come coltivare l'orto e il giardino** per avere risultati brillanti. È anche possibile consultare l'elenco sempre aggiornato delle rivendite in cui potrete trovare le nostre piante. Iscriviti alla nostra **newsletter**.

seguici su

Azienda Agricola di Gerace Gaetano

sede legale via Giovanni Amendola 94, 97019 Vittoria (RG) • Italia

vivai Contrada Randello, 97017 S. Croce Camerina (RG)

MOBILE (+39) 366 9062148

EMAIL info@ilgiardinodellemeraviglie.it

P.IVA 00878600881

Da parte del tuo rivenditore

testi e immagini coperti da copyright vietata la riproduzone anche parziale

BOMA studio

il giardino delle meraviglie

SCELTA NATURALE

Coltivare le insalate

Lattughe, indivie, cicorie e radicchi

piante da SEME ORIGINALE

NO OGM

guida

www.ilgiardinodellemeraviglie.it

Lattughe

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE E FIBRA

pro

LATTUGA ROMANA • **45-70 GIORNI** • Portamento eretto con foglie di notevoli dimensioni, di colore verde brillante con costa croccante e spessa. Cespo molto voluminoso, ma ben conformato. La grande rusticità, anche nei periodi critici, la resistenza alla salita a seme ed alla sovramaturazione, permettono la massima elasticità di raccolta, garantendo un prodotto di qualità, anche durante l'estate. In cucina è utilizzata per freschissime insalate singole con aceto e un pizzico d'olio o miste con pomodorini e mais.

M P epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA ROMANA ROSSA • **35-60 GIORNI** • Portamento eretto con foglie di colore verde sfumato di rosso molto attraenti con costa croccante e liscia. Cespo voluminoso e pesante, ma ben conformato. La grande rusticità, anche nei periodi critici, la resistenza alla salita a seme ed alla sovra maturazione, permettono la massima elasticità di raccolta, garantendo un prodotto di qualità, anche durante l'estate. In cucina è utilizzata per freschissime insalate singole con aceto e un pizzico d'olio o miste con pomodorini e mais.

M P epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE E FIBRA

pro

LATTUGA CAPPUCCIO • **35-60 GIORNI** • Detta anche cappuccina o trocadero si presenta di colore verde chiaro intenso e brillante. Produce un cespo molto voluminoso e rustico. Il ciclo è medio. Adatta per le coltivazione in pieno campo. Possiede un'ottima tenuta alla salita a seme. Si preparano insalate singole o miste di ottima qualità. Facile da coltivare e abbastanza rustica può essere coltivata in tutti i periodi dell'anno.

M P epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE E FIBRA

pro

LATTUGA ICEBERG • **35-60 GIORNI** • La lattuga iceberg forma un cespo voluminoso, pesante, non troppo serrato, di forma rotonda ma leggermente schiacciato. Alla raccolta le foglie sono di colore verde scuro molto attraente, dentellate alle estremità, croccanti e spesse. Si preparano insalate singole o miste di ottima qualità. Facile da coltivare e abbastanza rustica può essere coltivata in tutti i periodi dell'anno.

M P epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA CANASTA • **35-60 GIORNI** • Pianta vigorosa e di peso elevato, con fogliame molto ampio, spesso, frastagliato e dentellato dal gusto dolce e croccante. Il cespo si presenta voluminoso e pesante, leggermente incappucciato con foglie sfumate di rosso. Si distingue per un ciclo colturale molto elastico: primaverile, estivo ed autunnale. Ottima resistenza al caldo e alla salita a seme. Si preparano insalate singole o miste di ottima qualità.

M P epoca di trapianto tutto l'anno

POCHE CALORIE - RICCA DI VITAMINE, ANTIOSSIDANTI

LATTUGA BARBA DEI FRATI VERDE • **35 GIORNI** • Varietà di lattuga da cespo e da taglio molto compatta a cespo di dimensioni medie, con foglie allungate, strette, dentellate e appuntite all'estremità di colore verde intenso. Ha una buona resistenza alla salita a seme. La raccolta della lattuga viene effettuata dopo 35 giorni dal trapianto con la grande capacità di rivegetare molto velocemente dopo il taglio. Viene consumata fresca, in insalate singole o miste.

M P epoca di trapianto tutto l'anno

PREPARAZIONE & TRAPIANTO

IL TERRENO: sciolto (non troppo compatto) e molto fertile (ben dotato di sostanza organica). Preferiscono un pH 6,7-7 con una idonea dotazione di calcio. Terreni acidi o salini non sono adatti.

LA CONCIMAZIONE DI BASE: l'eventuale concimazione organica (letame fermentato maturo, compost) va effettuata alla coltura precedente per evitare eccessi di azoto. Se non si dispone di impianto a goccia si possono apportare pre-impianto fosforo e potassio.

LE ESIGENZE CLIMATICHE: le insalate preferiscono un clima temperato con temperatura media di 15-18°C e minima di 6-8°C. Nelle zone a clima mite si possono allevare tutto l'anno in pieno campo.

IL TRAPIANTO: da effettuarsi nelle ore più fresche della giornata. Umettare bene la zolletta prima dell'impianto al suolo e irrigare leggermente il terreno per facilitare l'attecchimento (figura 1). Delle insalate và piantata solo la zolletta evitando l'interramento del colletto per impedire che si verifichino ripercussioni negative sulla qualità del prodotto (figura 2).

LA DISTANZA: 20-35 cm sulla fila, ossia tra una pianta e l'altra; 35-50 cm tra le file per il transito (figura 3).

figura 1.
Inumidire la zolletta

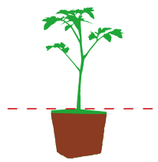

figura 2.
Interramento della zolletta

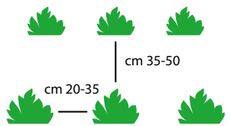

figura 3.
Sesto d'impianto

COLTIVAZIONE

LE CURE COLTURALI: eliminare costantemente le erbe spontanee (a mano o con sarchiatore) in prossimità delle piante coltivate in quanto competono con queste per le risorse e sono fonti di inoculo di numerose malattie. Per evitare la comparsa delle infestanti risulta efficace l'utilizzo della pacciamatura, con paglia o con film plastici bianchi sopra e neri sotto, che in alcuni casi può pure indurre aumenti di produzione.

LE IRRIGAZIONI: si consiglia, per una migliore gestione e un risparmio idrico, l'impianto a goccia con manichetta forata che evita di bagnare la vegetazione riducendo le problematiche fitosanitarie. Considerato il loro apparato radicale superficiale, questo gruppo di piante richiede annaffiature frequenti evitando eccessi e squilibri idrici mantenendo costante il livello di umidità nel terreno se si vogliono ottenere delle buone produzioni. Irrigare al mattino. Nei periodi caldi e secchi effettuare irrigazioni leggere e frequenti per aumentare l'umidità dell'aria e ridurre la temperatura delle piante.

LE CONCIMAZIONI DI COPERTURA: ogni 7-10 giorni nutrire la pianta con concimi minerali equilibrati contenenti azoto, fosforo, potassio, ferro, magnesio, calcio e microelementi. Seppure piante esigenti di azoto, utile per la formazione delle foglie, è bene evitare eccessi di questo elemento che rendono la pianta più sensibile alle malattie e possono portare ad accumulo di nitrati nelle foglie con formazione di nitrosammine ritenute pericolose per la salute del consumatore. Una concimazione equilibrata ed una tecnica colturale adeguata limitano questo accumulo. Le soluzioni: 1) frazionare nel tempo concimazioni azotate per evitare che eccessi portino all'accumulo di nitrati nei tessuti; 2) raccogliere i cespi durante giornate soleggiate; 3) raccogliere le piante in fasi non troppo avanzate.

GLI AVVICENDAMENTI: si sconsiglia la coltura ripetuta oltre i 3 anni per non incorrere a danni dovuti agli attacchi di parassiti.

LA RACCOLTA: va fatta quando il cespo raggiunge le dimensioni ottimali tipiche della varietà. Il cespo nelle varietà a rosetta e il grumolo nelle varietà incappucciate vanno raccolti con un taglio netto alla base del piede (colletto) con successiva eliminazione delle foglie più esterne. Le lattughe incappucciate pronte per la raccolta, se pressate tra le mani, non si comprimono (se immature si deformano). Il ciclo colturale varia da 40 a 120 giorni dal trapianto a seconda del periodo (temperatura e lunghezza del giorno) e della varietà. Possono conservarsi in frigo per 1-2 settimane ma il dato varia in base alle diverse tipologie e varietà.

IMBIANCHIMENTO: i cespi di certe insalate, come ad esempio alcune varietà di radicchio, si pongono dopo la raccolta in ambienti idonei per 7-15 giorni a 10-15°C, in assenza di luce, divenendo croccanti e friabili, di sapore delicatamente amarognolo con nervature fogliari bianche (prive di clorofilla) e le lamine del colore intenso tipico della varietà. Oppure per alcune indivie vanno legati i cespi per rendere più tenere, chiare e croccanti le foglie interne.

FISIOPATIE E AVVERSITA' AMBIENTALI:

Prefioritura ("spicatura"): favorita da stress idrici (siccità) in presenza di alte temperature e intensa luminosità. Altra causa sono gli abbassamenti termici che perdurano nelle prime fasi di sviluppo.

Necrosi dei bordi fogliari (Tip burn): imbrunimento e necrosi dei margini e dell'apice delle foglie più esterne del cespo per squilibri idrici e/o carenza di Calcio.

Spaccature fogliari: si manifestano nel grumolo quasi maturo delle varietà incappucciate e nelle coste dei radicchi per abbondanti somministrazioni irrigue o pioggia dopo un periodo di carenza idrica.

Grumoli spugnosi: eccesso di acqua ed elevate temperature o disseccamento eccessivo del terreno nel periodo che precede la raccolta.

Sapore amaro e foglie coriacee: per le alte temperature o stadio di raccolta troppo avanzato.

AGENTI PATOGENI MALATTIE		RICONOSCIMENTO	CURE E TRATTAMENTI
virus		clorosi, deformazioni e bollosità fogliari	Eliminare i vettori (afidi) e le piante infette
insetti	Larve terricole	erosioni di radici e colletto	Etoprofos, Teflutrin, Deltametrina
	Larve defogliatrici	erosioni sulle foglie	Azadiractina, Indoxacarb, Etofenprox, Bacillus thuringiensis
	Afidi	cespi infestati da colonie, di vario colore, di piccoli pidocchi; sono vettori di virus	Acetamiprid, Deltametrina, Pirimicarb
	Larve minatrici	sottili gallerie serpentiformi sulle foglie	Eliminare foglie colpite, Spinosad, Azadiractina
nematodi		piante con sviluppo ridotto. Presenza di numerosi noduli sulle radici	Sovescio, letame, rotazioni con piante non suscettibili
funghi o crittogame	Peronospora (Bremia)	macchie angolose decolorate sulla pagina speriore delle foglie e muffetta bianca in corrispondenza delle stesse sulla pagina inferiore	Varietà resistenti, buon arieggiamento. Rame, Propamocarb, Fossetil-Al
	Tracheomicosi	deperimento della pianta e imbrunimenti dei tessuti interni del fusto	Eliminare le piante colpite, Rotazioni
	Marciumi vari del colletto	colpiscono il colletto e le foglie esterne causando l'avvizzimento delle piante	Eliminare le piante colpite, Razionalizzare le irrigazioni, Iprodione
	Oidio	muffa biancastra farinosa sulla superficie della foglia	Zolfo, Azoxystrobin
	Agenti delle tacche fogliari	macchioline circolari da molto piccole fino ad 1 cm di diametro con alone rossastro o necrotico	Rame, Thiram, Comoxanil

AGENTI PATOGENI MALATTIE	RICONOSCIMENTO	CURE E TRATTAMENTI
batteri	tacche necrotiche di qualche millimetro o marciumi delle foglie esterne del cespo	Eliminare le piante infette, ridurre umidità, Rame, Rotazioni
lumache e limacce	erosioni fogliari e presenza di tracce mucose	Esche avvelenate con Metaldeide o Metiocarb
Lotta biologica: per combattere i parassiti in modo ecologico è consigliabile effettuare irrorazioni fogliari con prodotti naturali quali: oli vegetali, sapone potassico, estratti di ortica, aglio, propoli, ecc..		

LATTUGHINE DA TAGLIO

Per chi ha poco tempo e vuole avere sempre a disposizione insalata fresca, tenera e gustosa è possibile allevare (sul balcone, in veranda, o in altri luoghi della casa) alcune varietà delle normali insalate (contraddistinte dallo specifico logo) come lattughine da taglio. Tale denominazione si deve alla loro capacità di emettere ripetutamente ricacci dopo il taglio. Si procede in questo modo:

- Trapiantare, in delle balconette per fiori, le piantine ad una distanza di 5-6 cm le une dalle altre; alte densità consentono una crescita più chiusa del cespo con sviluppo delle foglie verso l'alto; ciò rende più agevole il taglio.
- Irrigare al mattino, quando il substrato sta per asciugarsi (anche 3-4 volte la settimana quando fa caldo), evitando ristagni idrici;
- Dopo 7-10 giorni dal trapianto è possibile tagliare, con una forbice, le foglioline ad un'altezza di 5-6 cm da terra, ovvero al di sopra delle piccole foglie centrali. Queste ultime non vanno danneggiate poiché daranno poi origine alla nuova vegetazione da tagliare. Ripetere il taglio ogni 7-10 giorni.
- In condizioni ottimali si possono ottenere da 5 a 10 sfalci per pianta;
- Dal 3°-4° sfalcio è possibile concimare leggermente con un concime specifico per stimolare l'emissione delle nuove foglioline e incrementare la resa.

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

Le insalate hanno un bassissimo potere calorico poiché costituite principalmente da acqua, carotenoidi, ferro, potassio, vitamina A, B2 e C. Ottimo è il contenuto in fibre che consentono di regolarizzare la funzionalità intestinale.

Indivie

DEPURATIVA

INDIVIA RICCIA • Forma un cespo eretto con foglie arricciate di colore verde e cuore bianco. Se legata, il cuore diventa più bianco e tenero. Presenta un ottimo volume e consistente peso specifico. Possiede un'elevata capacità di autoimbiancamento del cuore. Il sapore tendente all'amaro e la croccantezza delle foglie rendono questo ortaggio un ingrediente principale nelle insalate miste o insalatone.

pro

M P epoca di trapianto tutto l'anno

DEPURATIVA

INDIVIA LISCIA • Pianta di grande dimensioni a portamento eretto, 35-40 cm di diametro. Le foglie sono liscie, allungate all'esterno ed erette all'interno. Le coste sono larghe ed il cuore è abbastanza pieno di foglie. Il peso di questa indivia è elevato anche nei periodi freddi e con poca luminosità. Il colore è verde brillante con il cuore che imbianca facilmente, senza adottare alcuna tecnica per l'imbiachimento. Il sapore tendente all'amaro e la croccantezza delle foglie rendono questo ortaggio un ingrediente principale nelle insalate miste o insalatone.

M P epoca di trapianto tutto l'anno

DEPURATIVA

IND. SCAR. CARDONCELLO BARESE • Varietà tipica pugliese a portamento eretto con foglie fortemente frastagliate e costa pronunciata di colore bianco. Consumata soprattutto lessata e condita con un pizzico di sale e olio d'oliva.

M P epoca di trapianto da luglio a novembre

I principi attivi riportati nella seguente brochure sono continuamente soggetti a modifiche legislative, pertanto è necessario controllare in etichetta, prima dell'utilizzo, la loro ammissibilità.

RICCA DI VITAMINE E FIBRA - DEPURATIVA

IND. SCAR. CORNETTO DI BORDEAUX • Cespo grosso, allungato e tipicamente avvolto, la cui formazione avviene molto precocemente. Le foglie sono liscie e di un bel colore verde. La pianta è a ciclo medio-tardivo. Alla raccolta si presenta di colore è verde scuro e a costa larga bianca con cuore a forma di cornetto. Apporta vitamina A e C. Ha inoltre un alto contenuto di Ferro.

M P epoca di trapianto da luglio a novembre

Cicorie e radicchi

DEPURATIVA

CICORIA CATALOGNA • 60 GIORNI • Ortaggio con cespo voluminoso a portamento eretto. Le foglie sono di colore verde scuro e frastagliate a costa bianca e ampia. Adatta per la coltivazione in pieno campo, questa varietà di cicoria resiste bene alla salita a seme e tale qualità rende possibile il trapianto sia in autunno che in primavera. La cicoria catalogna viene consumata bollita, condita con una goccia di olio d'oliva.

M P epoca di trapianto da metà giugno a febbraio

DEPURATIVA

CICORIA PAN DI ZUCCHERO • 90-100 GIORNI • Cespo grande, allungato (35-40 cm), affusolato con grumolo interno bianco, dolce e croccante. Peso medio di 0,8 kg. Densità: 8-9 piante/mq. In cucina si consumano le foglie crude per insalate sane e genuine, per piatti vegetariani o alla piastra.

M epoca di trapianto da metà giugno a febbraio

DEPURATIVA

CICORIA PUNTERELLE GALATINE • 60 GIORNI • La pianta, dal cespo voluminoso, forma una pigna con puntarelle di grosse dimensioni e di ottimo sapore. La foglia è a costa larga, frastagliata e di colore verde intenso. Di questa cicoria vengono consumati principalmente i germogli centrali (chiamati "puntarelle") ed eventualmente anche le foglie più tenere. Le puntarelle raccolte vengono consumate in crudo per insalate o in pinzimonio.

M P epoca di trapianto da agosto a dicembre

DEPURATIVO

RADICCHIO ROSSO A PALLA DI CHIOGGIA • 80-90 GIORNI • Varietà precoce. Si presenta molto compatta, pesante, uniforme, con foglie tenere e croccanti con alta capacità di incappucciamento, peso medio di 300-400 gr. Le foglie nelle prime fasi si presentano di colore verde con qualche venatura rossa; in autunno, dopo i primi freddi, le foglie acquisiranno una colorazione rossa intensa, mentre le coste e le nervature diventeranno bianche. Le foglie vengono consumate crude in insalate genuine o cotte arrosto, come verdure grigliate o al forno per la preparazione di lasagne e risotti.

M P epoca di trapianto da luglio a febbraio

DEPURATIVO

RADICCHIO ROSSO DI TREVISO • 100-110 GIORNI • Si presenta di forma eretta ellittica, alto 22-25 cm. Fogliame lungo e stretto, all'interno rosso vivo con nervatura principale ampia, quasi bianca. Il peso medio è di 250-300 gr. Le foglie croccanti e carnose vengono consumate crude in insalate genuine o cotte arrosto, come verdure grigliate o al forno per la preparazione di lasagne e risotti.

M P epoca di trapianto da luglio a febbraio

PRIVO DI GUSTO AMARO

RADICCHIO VARIEGATO DI LUSIA • E' una varietà tipica locale. Il cespo si presenta voluminoso, rotondo, compatto dal peso medio di 500-700 gr. Fogliame interno sottile con nervatura poco pronunciata di colore verde chiaro, con lievi variegature rosse. Priva di gusto amaro. Cicoria con buona resistenza alla prefioritura, teme invece le basse temperature. Le foglie vengono consumate crude in insalate genuine o cotte arrosto, come verdure grigliate o al forno per la preparazione di lasagne e risotti.

M epoca di trapianto da agosto a novembre