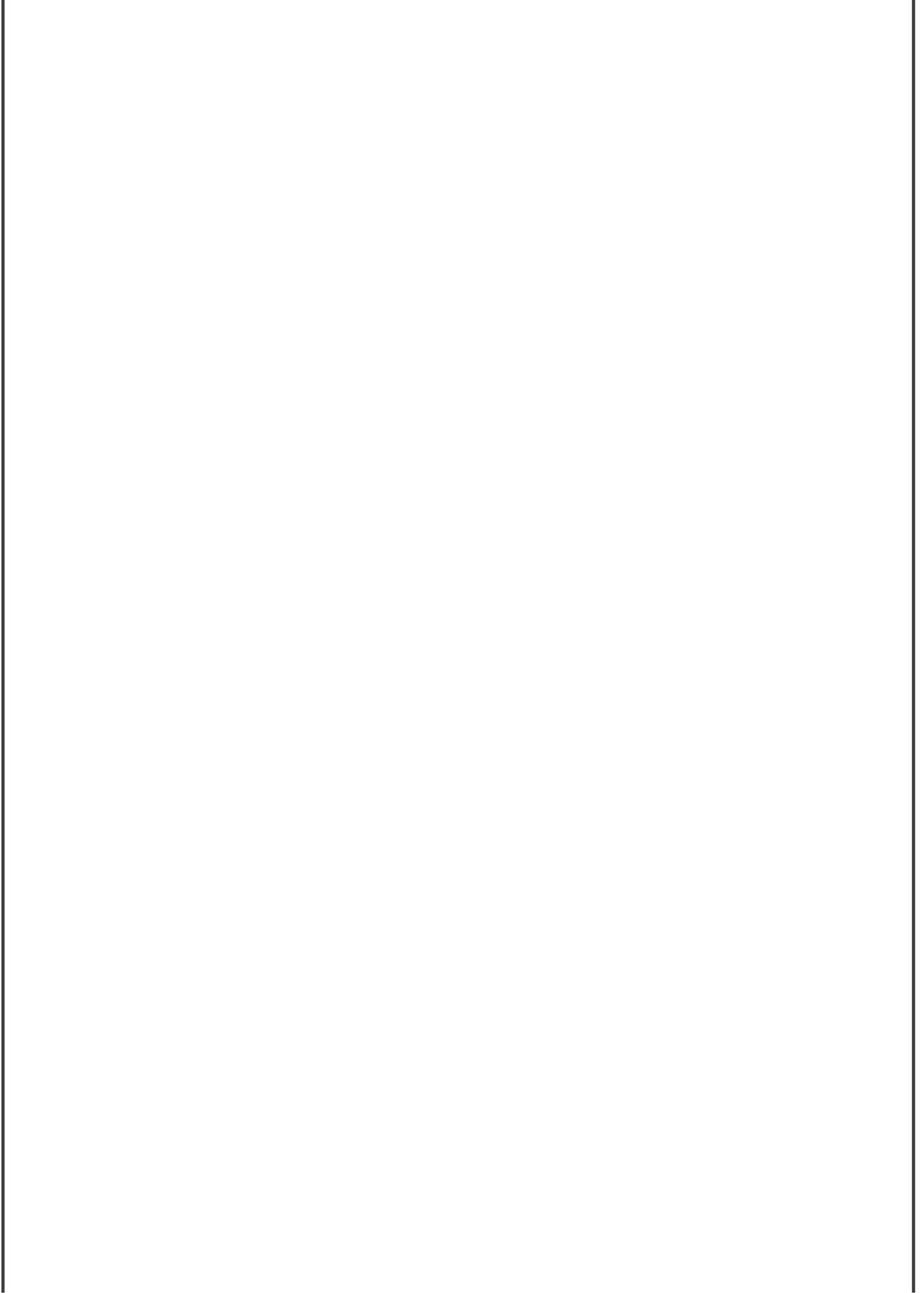




GLOSSARIO BOTANICO

Alchenchengi





Sicuramente lo conoscete tutti: l'alchechengi (*Physalis alkekengi*) si fa notare per il vistoso involucre pergameneo arancione brillante che avvolge il frutto, da fine luglio sino all'autunno, che gli ha regalato anche il nome comune di "**lanterne rosse**", vista la somiglianza con le lampade cinesi. E i frutti lo rendono anche eccezionalmente **decorativo**, in giardino, nell'orto ma anche in vaso su balconi e terrazze: cercatelo nel vostro Centro di Giardinaggio in questo periodo, non ve ne pentirete!

Physalis alkekengi: Assolutamente inconfondibile

Pianta erbacea perenne, l'alchechengi ha un fusto eretto ed esile, alto al massimo 110 cm e foglie ovali-lanceolate e appuntite. Sono graziosi anche i **fiori**, piccoli e bianco-giallini, solitari alle ascelle fogliari tra maggio e luglio: da essi si sviluppa in estate l'appariscente frutto. Dopo la fecondazione, il calice fiorale persistente si ingrossa fino a una lunghezza di 5-7 cm: **si gonfia assumendo l'aspetto di un palloncino di carta pergamena**, e cambia colore, passando dal verde iniziale al rosso acceso dell'autunno.

La livrea rossa racchiude un **cuore dolce e succoso**, una bacca del diametro di 1 cm. Se il frutto rimane sulla pianta in inverno, l'involucro si deteriora, lasciando solo l'impalcatura fibrosa e intrecciata che, come una **gabbia**, imprigiona la bacca rossa all'interno.

Attenzione: *Physalis alkekengi* è la specie spontanea italiana, dalle bacche insignificanti, e quasi sempre è questa che si trova in vendita; mentre le altre due specie *P. peruviana* e *P. pubescens*, ugualmente decorative, sono quelle che producono i frutti commestibili.

Physalis alkekengi: Facile da coltivare

L'alchechengi è una pianta robusta, resistente e decorativa da aprile fino a ottobre, prima per i fiorellini, poi per i frutti. Le **sementi**, reperibili presso tutti i Centri Giardinaggio, vanno seminate in vasetti a marzo; poi le piantine si trasferiscono in piena terra o in un vaso piuttosto grande. Oppure si possono acquistare le **piante** già sviluppate, disponibili nei Centri di Giardinaggio da giugno a ottobre, trapiantandole subito in giardino o in un vaso di due misure in più.

Richiedono un'esposizione **soleggiata** e un terreno ben **drenato**, fresco e fertile: **concimate** una volta al mese in estate con un prodotto liquido per piante da fiore. Nella seconda parte dello sviluppo è una pianta **assetata d'acqua** (2-3 volte a settimana), se vive in vaso.

Fa fare tanta plin-plin

Già i Romani si erano accorti dei benefici sull'apparato urinario e sull'equilibrio idrico dell'organismo. È infatti un **toccasana per le vie urinarie**: cura e previene i calcoli di ossalato di calcio, calma le infiammazioni e impedisce la ritenzione di urina, accentuando la diuresi; favorisce l'eliminazione dell'acido urico, responsabile di gotta e reumatismi gottosi e, grazie al forte effetto diuretico, accelera il riassorbimento degli edemi localizzati e **combatte la ritenzione idrica**. La parte più efficace è la **bacca** (senza il calice), che contiene l'alcaloide fisalina, tannini, glucidi, acido citrico e malico, carotenoidi e **vitamina C** (il doppio del limone); in passato però si usavano anche le foglie, depurative e febbrifughe.

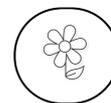
Come si raccoglie l'Alchechengi

Si trova nei boschi umidi e nelle siepi ombrose, in terreni calcarei, fino a 1.000 m in tutta Italia (più comune al Nord); però, dato che **sfugge dagli orti**, lo si vede anche nei vigneti e nei campi coltivati. Le foglie vanno raccolte in estate, mentre in autunno si recidono i fusti e le ramificazioni con i palloncini rossi: per conservarli a scopo decorativo, si fanno **essiccare all'ombra** a testa in su.

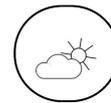
Per usarle in erboristeria, si stendono le **bacche** in un unico strato sulla placca del forno a 100° (con sportello semiaperto); le **foglie** si seccano all'ombra. Le bacche si conservano in vasi di vetro scuro ben chiusi oppure si polverizzano e si serbano in barattoli di vetro.

Ricette erboristiche con l'Alchechengi

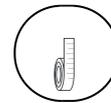
- **Ai primi sintomi di cistite**: bollite 40 g di bacche in un litro d'acqua per 5 minuti, filtrate e dolcificate con miele d'erica, corbezzolo o timo. Assumete tre tazze al giorno.
- **In caso di calcoli renali e biliari**: bollite 50 g di bacche in un litro d'acqua per 5 minuti, lasciatele in infusione per 10. Sorbite tre tazze al giorno per 10 giorni; se invece usate le bacche polverizzate, la dose è di 2-3 cucchiaini di polvere al giorno con un po' di miele o di marmellata.
- **Contro gonfiore, edemi o ritenzione idrica**: macerate per 10 giorni 30 g di fusti, foglie e bacche essiccate in un litro di vino bianco, filtrate e sorseggiate un bicchierino ogni mattina a digiuno.
- **Per facilitare l'eliminazione dell'acido urico**: bollite 40 g di bacche in un litro d'acqua per 5 minuti e lasciatele in infusione per 10. Bevete tre tazze al giorno.



Fioritura:
Estate



Esposizione:
Mezz'ombra



Altezza media:
Fino a 40 cm



Temperatura minima
- 15



WWW.AGRICOLASHOP.IT