

## La farina di grano saraceno



Malgrado il suo nome, questo vegetale non ha nulla a che vedere con il grano, appartiene infatti alla famiglia delle poligonacee.

Il grano saraceno è una pianta spontanea nelle zone della Siberia e della Manciuria. La coltura si è propagata alla Cina nel secolo X e nel Medioevo è stata introdotta in Occidente, dove era sconosciuta.



Questa pianta ha uno sviluppo molto rapido: in Ticino si semina in luglio e si raccoglie generalmente agli inizi di novembre.

I semi sono bruni con una caratteristica forma triangolare.



La farina che si ottiene è ideale per la preparazione di crêpes o in mescolanza con la farina integrale per polenta ticinese in modo da ottenere la tipica polenta scura (taragna).

Questa farina, essendo priva di glutine, è adatta anche all'alimentazione di chi soffre la celiachia.



La farina di grano saraceno è usata, assieme alla farina di grano duro ticinese, per la preparazione dei Pizzoccheri ticinesi.

Ulteriori informazioni sul sito [www.basset-ti.ch](http://www.basset-ti.ch) oppure telefonando allo 079 204 69 90.