

miércoles 24 de mayo de 2023

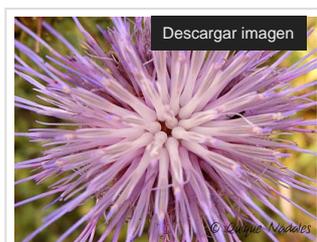
Alcachofilla

La alcachofilla es una planta compuesta que alcanza hasta los 60 cm de altura. Su tallo, simple o ramificado, es lanoso sobre todo en su parte inferior. Sus hojas son espinosas, pinnadas, con el envés tomentoso (piloso).

La flor o alcachofilla es en realidad lo que los botánicos llaman un capítulo, es decir, una reunión densa de flores diminutas, que forman una única estructura. En su centro se sitúan centenares de pequeñas flores lilas, blancas ó azuladas, con forma de tubo, que darán lugar en la madurez a una gruesa semilla, coronada por una corona de pelos que facilita su dispersión por el viento (los famosos “abuelitos”). Las de la periferia son masculinas, portadoras de estambres. Esta aglomeración de flores tubulares minúsculas está cubierta de escamas espinosas, que dan la forma de alcachofa a la flor, que suele aparecer de mayo a julio.

La *Cynara humilis* se ha utilizado tradicionalmente para cuajar la leche, propiedad que deriva de la presencia de quimosina, un fermento que se acumula especialmente en las flores, aunque se encuentra en menos concentración en gran parte de la planta; esta propiedad es compartida con el resto de especies del género, como el cardo de penca y la alcachofa.

Es uno de los parientes silvestre de la popular alcachofa (*Cynara scolymus*), y al igual que ésta, cuando la planta es joven, puede comerse en ensaladas o cocida. La presencia de un principio amargo en toda la planta le confiere a ésta propiedades diuréticas y digestivas. Las semillas son muy apetecibles para las aves.





Clasificación taxonómica

Nombre científico	<i>Cynara humilis</i>
Reino	Plantae
División	Magnoliophyta
Clase	Magnoliopsida
Orden	Asterales
Familia	Asteraceae
Género	Cynara