



# Orégano

## Más que una especia para cocinar

El orégano es una planta aromática (desprende un intenso olor), fácil de cultivar, que además de ser una especia protagonista en la cocina, produce ramilletes de flores muy decorativos para cualquier terraza o balcón.

### CÓMO ES

Se trata de una planta herbácea perenne que puede llegar a medir hasta 80 cm de altura.

Tiene tallos erguidos teñidos en tonos rojos en la extremidad, y sus hojas son opuestas, ligeramente pecioladas, elíptico-lanceoladas, con el borde dentado. Las flores son de color rosa fuerte, con la corola labiada y se agrupan en racimos pedunculados dispuestos en las hojas terminales. Están rodeadas por brácteas de color violeta.

### SU CULTIVO

-El mejor momento para la siembra es febrero. El proceso es muy simple: coloca semillas en una maceta, cúbrealas con una ligera capa de turba y arena y no dejes que pierda humedad en la capa superior hasta que germine.

-Debes situar la planta a pleno sol, para que el sabor sea intenso.

-El mayor crecimiento de la planta se produce de marzo a octubre, por lo que hay que regarlo en abundancia.

-Sólo hay que fertilizar cuando la planta tenga más de 15 cm y haya comenzado a ramificarse. Puedes añadir de primavera a verano al agua de riego algún tipo de fertilizante líquido mineral.

-En el invierno, puedes mantenerla al aire libre si está en zonas resguardadas.

#### IMPORTANTE

Hay que ser muy precavido cuando se tome esta planta como medicina. Por ejemplo, no es buena durante el embarazo.

#### DATO

El verano es cuando el orégano tiene el mayor poder como especia. Córdalo y cuélgalo en manojos para secar.

#### CONSEJO

La mejor planta es la que está muy ramificada y no presenta hojas ennegrecidas.

## Se utiliza

-En la cocina. Es un ingrediente para aromatizar pizzas, ensaladas y guisos con salsa. Además, es perfecto para realzar el sabor del aceite y vinagre. Sus flores se utilizan en ensaladas.

-En perfumería. Las hojas y las flores se utilizan para la fabricación de jabones de tonos frescos.

-En medicina natural. Como remedio eficaz para aliviar los trastornos digestivos. Además es muy antiséptico y puede tomarse para tratar afecciones respiratorias.

