

Romaní



Romaní

Rosmarinus officinalis

On la trobem a Castellbisbal

Zones pedregoses i assolellades, sobretot a les carenes i marges del bosc mediterrani. Es pot veure sovint a la serra de Can Galí, turó de Can Campanyà i al voltant de vinyes abandonades.

Condicions per créixer

Sol ple, terreny sec i ben drenat.
S'adapta bé a sòls pobres i aguanta
la calor i la manca d'aigua.

Collita

Es pot recollir tot l'any, però és
millor a la primavera o a finals
d'estiu, quan està més aromàtic.

Assecatge

Penjar les branques a l'ombra en
lloc ventilat. Un cop seques, es
desfullen i es guarden en pots
hermètics.

Per a què serveix

Tònic natural, digestiu, estimulant i balsàmic. S'utilitza en infusió, banys, fregues o com a condiment. També per alleujar dolors musculars i reumatisme.

Precaucions

No es recomana en persones amb hipertensió si se'n fa ús medicinal continuat. Evitar grans dosis en embaràs.

Es pot plantar a casa?

Sí, fàcilment en test o jardí.
Requereix sol, poc reg i espai per

créixer. Es pot multiplicar per
esqueixos.