

Cap de asse



CAP D'ASE

Lavandula stoechas L.

On la trobem a Castellbisbal

En terrenys alterats, vores de
camins i camps ruderals,
especialment a prop de la Torra
Fossada, on es fa visible entre
març i maig.

Condicions per créixer

- Zones assolellades i terres pobres, pedregosos o sorrencs, ben drenats.
- Clima mediterrani, resistent a la sequera.
- No tolera l'excés d'humitat ni els sòls molt rics en nutrients.

Collita

- Es recull durant la floració (març a maig), quan les flors estan obertes i perfumades.
- S'ha de tallar al matí, un cop la rosada s'ha assecat.

Assecatge

- Les flors s'assequen a l'ombra, en un lloc sec i airejat.
- Es poden penjar cap per avall o estendre en safates fines.
- Un cop seques, es guarden en pots de vidre o bosses de tela.

Per a què serveix

- Infusió calmant per nervis i ansietat.
- Oli essencial per friccions i relaxació muscular.
- Com a herba aromàtica per perfumar l'ambient i allunyar insectes.
- També en saquets per armaris o banys relaxants.

Precaucions

- No prendre'n en excés ni durant molt de temps seguit.
- Evitar durant l'embaràs o lactància sense assessorament.
- No confondre amb altres espècies de lavanda amb efectes diferents.

Es pot plantar a casa?

Sí, es pot cultivar fàcilment en testos grans, jardineres o al jardí. Només cal sol, terra ben drenada i reg moderat. No suporta l'excés d'aigua.

*“Cap d’ase, flor de vent, si
l’olores, et calma el pensament.”*