



Βασιλικός

Ετήσιο ποώδες φυτό του γένους *Ocimum*
της οικογένειας των Χειλανθών (Labiatae)

Κατάγεται από την Ινδία όπου θεωρείται
το ιερό φυτό των θεών Βισνού και Κρίσνα

Σήμερα καλλιεργείται ως αρωματικό αλλά
και ως καλλωπιστικό φυτό σε πολλές
περιοχές του κόσμου

Βασιλικός

Η ονομασία 'βασιλικός' του αποδόθηκε επειδή σύμφωνα με θρύλο φύτευσε στο σημείο όπου ο Μέγας Κωνσταντίνος και η Αγία Ελένη ανακάλυψαν τον Τίμιο Σταυρό

Θεωρείται ότι το άρωμά του έγινε αφορμή για την ανακάλυψη της περιοχής ταφής του Τιμίου Σταυρού

Κατά μια άλλη εκδοχή
Στην Ελλάδα το έφερε ο Μέγας Αλέξανδρος
όταν από την εκστρατεία του στις Ινδίες μεταξύ
άλλων έφερε και το 'φυτό του βασιλέως'

Βασιλικός

Το βοτανικό όνομα "Ωκιμο το βασιλικό"
σημαίνει 'βασιλική μυρωδιά (ή οσμή)'
(αρχ. ρήμα όζω = μυρίζω, αναδίδω οσμή)

Ο Ιπποκράτης χρησιμοποιούσε το βασιλικό
ως φάρμακο εναντίον της δυσκοιλιότητας,
ως αντιεμετικό και για την καρδιά

Θεωρείται εντομοαπωθητικό - χρησιμοποιείται
σε υγρή μορφή (λοσιόν) για την απώθηση των
κουνουπιών από το σώμα

Βασιλικός

Οι αρχαίοι Έλληνες θεωρούσαν την έντονη μυρωδιά του βασιλικού ως ένα είδος κατάρας ή σημάδι θανάτου

Οι Ρωμαίοι το θεωρούσαν ερωτικό φίλτρο καθώς επίσης και ως σύμβολο του έρωτα

Οι Αιγύπτιοι τον χρησιμοποιούσαν μαζί με άλλα φυτά στις ταριχεύσεις

Βασιλικός

Οι Γαλάτες τον χρησιμοποιούσαν σε τελετές εξαγνισμού μαζί με νερό πηγής

Πιθανόν από εκεί να κρατάει τις ρίζες του και το χριστιανικό έθιμο του αγιασμού με τον βασιλικό

Όταν ραντίζεται το σπίτι με βασιλικό βουτηγμένο σε νερό διώχνει το κακό - ο βασιλικός έχει χρησιμοποιηθεί σε εξορκισμούς

Θεωρείται επίσης ότι όταν ο βασιλικός δωρίζεται φέρνει καλή τύχη σε ένα νέο σπιτικό

Βοτανική περιγραφή

Η βοτανική ονομασία για τα είδη του γένους *Ocimum* είναι αμφιλεγόμενη δεδομένου ότι έχουν καταγραφεί περισσότερα από 50 είδη και μορφές

Η δυσκολία στην ταξινόμηση των ειδών οφείλεται στον πολυμορφικό χαρακτήρα του φυτού που περιλαμβάνει μεγάλο αριθμό υποειδών, ποικιλιών και μορφών

Στο εμπόριο κυκλοφορούν διάφορες ποικιλίες που διακρίνονται από το μέγεθος των φύλλων (μικρόφυλλες και πλατύφυλλες)

Βοτανική περιγραφή

Η πλέον εμπορική και πιο γνωστή ποικιλία είναι ο πλατύφυλλος ή γλυκός βασιλικός (sweet basil)





Βοτανική περιγραφή

Το φυτό φτάνει σε ύψος περίπου τα 60 cm
Ο βλαστός είναι τετραγωνικής διατομής
και συνήθως ξυλοποιείται στη βάση

Τα φύλλα είναι αντίθετα, έμμισχα, ωοειδή
ή ελλειπτικά, μυτερά, ακέραια ή οδοντωτά
(υπάρχει μεγάλη παραλλακτικότητα)

Τα άνθη είναι μικρά συνήθως λευκά ή λευκορόδινα
φέρονται σε πυκνούς σπονδύλους ή σε κορυφαίους
κορύμβους και σχηματίζουν μακρείς στάχεις





Εδαφοκλιματικές απαιτήσεις

**Αναπτύσσεται σε ήπιες θερμοκρασίες
Άριστη θερμοκρασία ανάπτυξης 25° C**

**Θερμοκρασίες νύχτας > 10° C
Θερμοκρασίες ημέρας > 21° C**

**Αναπτύσσεται καλύτερα σε συνθήκες μακράς
φωτοπεριόδου με άφθονη ηλιοφάνεια**

Είναι πολύ ευαίσθητος στον παγετό

Εδαφοκλιματικές απαιτήσεις

Προτιμά εδάφη μέσης σύστασης, καλά στραγγιζόμενα, πλούσια σε οργανική ουσία, ανέχεται pH εδάφους από 5,0 έως 8,5

Άριστο pH εδάφους 5,5 έως 6,5

Ελάχιστη ετήσια βροχόπτωση 700 mm

Είναι φυτό πολύ απαιτητικό σε νερό
Απαιτεί πολλές και συχνές αρδεύσεις

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Πολλαπλασιάζεται κυρίως με σπόρο
δυνατότητα πολλαπλασιασμού με θερινά
μοσχεύματα (σε μικρή κλίμακα)

Απευθείας σπορά στο χωράφι 30 g σπόρου
ανά στρέμμα (600-700 σπόροι ανά g)

Απαραίτητη η αντιμετώπιση ζιζανίων
αλλιώς η εγκατάσταση αποτυγχάνει

Σπορά σε σπορεία και μεταφύτευση
των φυτών στο χωράφι

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Σπορά αρχές Απριλίου σε σπορεία ή σε κυψελωτούς δίσκους με ένα σπόρο ανά κυψελίδα

Φύτρωμα στις 7-12 ημέρες από τη σπορά

Σπορείο εμβαδού 6-7 m² για 1 στρ σπέρνονται 3 g σπόρου ανά m²

Μεταφύτευση περίπου 1 μήνα από τη σπορά όταν τα σπορόφυτα έχουν ύψος 10-12 cm







Καλλιεργητικές απαιτήσεις

**Γυμνόριζα φυτά στην περίπτωση ανοιχτού σπορείου
ή με μπάλα χώματος στην περίπτωση των κυψελίδων**

Μεταφύτευση με το χέρι ή με φυτευτικές μηχανές

**Πυκνότητα φύτευσης 4500-6500 φυτά/στρ
Αποστάσεις μεταξύ γραμμών 60-75 cm
Αποστάσεις επί των γραμμών 20-35 cm**

**Τα φυτά αναπτύσσονται γρήγορα με υψηλή
θερμοκρασία και συχνά ποτίσματα**

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Τα φυτά χρειάζονται σκάλισμα επί της γραμμής και φρεζάρισμα μεταξύ των γραμμών

Εδαφοκάλυψη με αδιαφανές πλαστικό → ιδανικός τρόπος για αντιμετώπιση των ζιζανίων

Δεν υπάρχουν εγκεκριμένα ζιζανιοκτόνα για την καλλιέργεια του βασιλικού

Ο βασιλικός δεν αντέχει στην έλλειψη νερού πρέπει να ποτίζεται τακτικά μέχρι 3 φορές την εβδομάδα

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Η εδαφοκάλυψη για αντιμετώπιση των ζιζανίων βοηθάει επίσης στην εξοικονόμηση εδαφικής υγρασίας

Τα ποτίσματα πρέπει να διακόπτονται 4-5 ημέρες πριν τη κάθε συγκομιδή

Ο βασιλικός καλλιεργείται για όλο το υπέργειο μέρος του

Ο τρόπος συγκομιδής έχει σχέση με το σκοπό για τον οποίο καλλιεργείται

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

**Καλλιέργεια για αιθέριο έλαιο →
συγκομιδή στην πλήρη άνθηση**

**Τα φυτά είτε κόβονται ολόκληρα σε ύψος
10-15 cm από το έδαφος είτε συλλέγονται
μόνο οι ταξιανθίες**

Ο βασιλικός έχει μεγάλη αναβλαστική ικανότητα

**Κατά τον πρώτο τρόπο (ολόκληρα φυτά) γίνονται
μέχρι 3 συγκομιδές, ενώ με το δεύτερο τρόπο (μόνο
ταξιανθίες) γίνονται μέχρι 6 συγκομιδές**

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

**Με το δεύτερο τρόπο επιτυγχάνεται περισσότερη
ποσότητα αιθέριου ελαίου αλλά απαιτούνται
περισσότερα ημερομίσθια για συγκομιδή**

**Όταν καλλιεργείται για νωπή ή ξηρή δρόγη
τα φυτά συγκομίζονται πριν την άνθηση οπότε
έχουμε επίσης πολλές συγκομιδές**

**Η χλωρή δρόγη πωλείται σε ματσάκια
όπως ο μαϊντανός**

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Ο θερισμένος βασιλικός που προορίζεται είτε για ξηρή δρόγη είτε για αιθέριο έλαιο ξηραίνεται σε $\Theta < 40^{\circ} \text{C}$

Αυτό γίνεται για διατήρηση του χρώματος της δρόγης και για καλύτερη ποιότητα του αιθέριου ελαίου

Πολλές φορές ο θερισμένος βασιλικός αφήνεται για μια μέρα στο χωράφι για να χάσει κάποια υγρασία και μετά μεταφέρεται για ξήρανση σε ξηραντήρια

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Η απόδοση του πλατύφυλλου βασιλικού σε χλωρή μάζα ολόκληρου φυτού σε γόνιμα χωράφια μπορεί να φτάσει τους 2 τόνους/στρέμμα

Μετά την ξήρανση μένει μόνο το 20%

Η απόδοση σε αιθέριο έλαιο σε ξηρό φυτικό υλικό μπορεί να φτάσει το 0,8%

Εχθροί και ασθένειες

Εχθροί

Αγρότιδες ή κοφτοσκούληκα (*Agrotis* spp.)
Τετράνυχος (*Tetranychus urticae*)
Αφίδες (*Aphis* spp.)

Ασθένειες

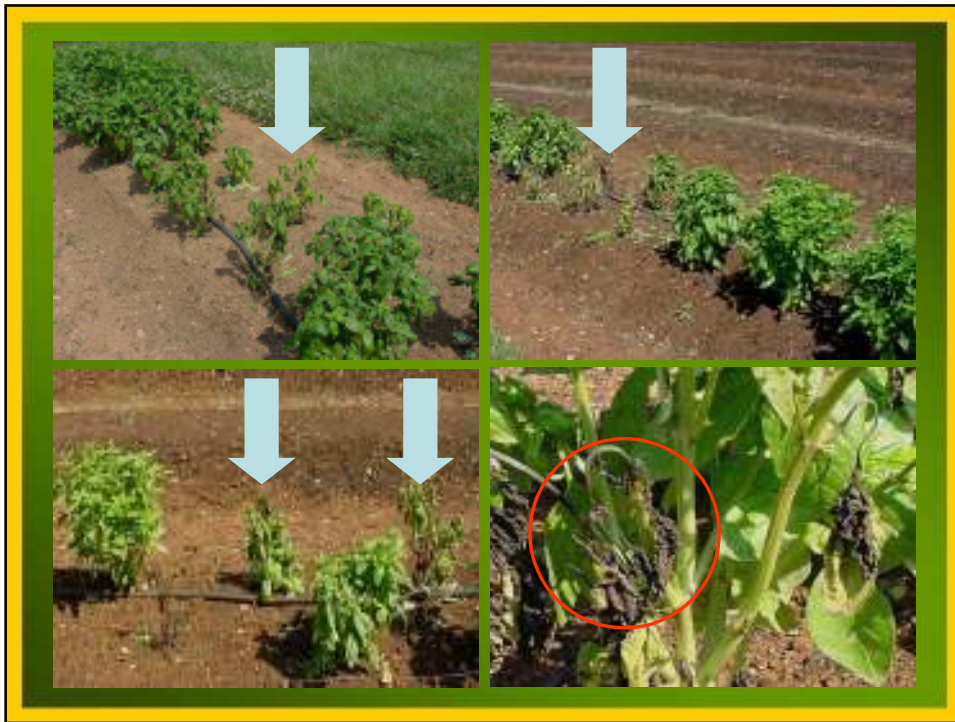
Φουζαρίωση (*Fusarium oxysporum*)
Τήξεις (*Pythium, Rhizoctonia*)
Τεφρά σήψη (*Botrytis cinerea*)

Φουζαρίωση

Αδρομύκωση που οφείλεται στο μύκητα
Fusarium oxysporum f.sp. *basilicum*

Εισέρχεται από τα ριζικά τριχίδια στις αγγειώδεις
δεσμίδες του φυτού, αναπτύσσεται σε όλο το μήκος
τους και τις αποφράσσει

Σε τομή των προσβεβλημένων φυτών στην περιοχή
του λαιμού τα αγγεία φαίνονται σκούρα καφέ



Φουζαρίωση

Η ασθένεια μεταδίδεται με το σπόρο που φέρει σπόρους του μύκητα

Οι σπόροι του μύκητα καταστρέφονται όταν οι σπόροι του βασιλικού παραμείνουν επί 20 min σε νερό θερμοκρασίας 55° C

Όμως με αυτόν τον τρόπο μειώνεται η βλαστική ικανότητα του σπόρου, οι σπόροι γίνονται γλοιώδεις, κολλάνε μεταξύ τους και δυσχεραίνεται η σπορά

Φουζαρίωση

Εγκεκριμένο μυκητοκτόνο Mycostop WP 33%
***Streptomyces griseoviridis* (στέλεχος K61)**

Βιολογικό μυκητοκτόνο με προληπτική δράση στην αντιμετώπιση των μυκήτων εδάφους *Fusarium*, *Pythium*, *Verticillium*, *Phytophthora*

Περιέχει σπόρια του βακτηρίου *Streptomyces* (στέλεχος K61) τα οποία σε υγρό καλλιεργητικό υπόστρωμα πολλαπλασιάζουν ταχύτατα το βακτήριο

Φουζαρίωση

Το βακτήριο αποικεί τις ρίζες των φυτών και δρα ανταγωνιστικά στους παραπάνω παθογόνους μύκητες

Εφαρμόζεται με ξηρή επένδυση σπόρων, πότισμα ή ψεκασμό του υποστρώματος ανάπτυξης των φυτών ή εφαρμογή με τη στάγδην άρδευση, εμβάπτιση μοσχευμάτων πριν τη φύτευση, κλπ

Εναλλακτικά

Εφαρμογή στο έδαφος μόνο στις γραμμές ή εφαρμογή στο έδαφος σε όλη την έκταση

Φουζαρίωση

**Ειδικά για τον βασιλικό
Εφαρμογή με ξηρή ανάμιξη σκευάσματος και σπόρων σε καθαρό και ξηρό δοχείο**

Διατήρηση των επενδυμένων σπόρων σε δροσερό μέρος (θερμοκρασία > 8° C) και σπορά μέσα σε μια εβδομάδα από την εφαρμογή

Γίνεται πότισμα ή ψεκασμός αμέσως μετά τη μεταφύτευση και επανάληψη κάθε 4-6 εβδομάδες (συνολικά τουλάχιστον 3 επεμβάσεις)

Αιθέριο έλαιο

Η περιεκτικότητα σε αιθέριο έλαιο κυμαίνεται από 0,4 έως 0,8% (σε νωπό φυτικό υλικό)

Αποτελείται κυρίως από linalool, eugenol, methyl chavicol, και 1,8-cineole

Είναι σχεδόν διαφανές, έχει γλυκιά, πικάντικη, δροσιστική οσμή

Μπορεί να προκαλέσει ερεθισμό του δέρματος, των ματιών, της αναπνοής - πρέπει να αποφεύγεται κατά την εγκυμοσύνη

Χρήσεις

Ως καλλωπιστικό φυτό σε γλάστρες ή κήπους (έντονο ευχάριστο άρωμα, ζηρό πράσινο χρώμα)

Ως αρωματικό φυτό στη μαγειρική σε νωπή ή ξηρή μορφή
ιταλική σάλτσα pesto



Χρήσεις

Ως αρωματικό φυτό στην αρωματοθεραπεία
μειώνει την ανησυχία, την πνευματική κόπωση
βελτιώνει τη συγκέντρωση και οξύνει τη μνήμη



Χρήσεις

Ως φαρμακευτικό φυτό
Αποσυμφορητικό για το κρύωμα, την καταρροή
και την ιγμορίτιδα, αποχρεμπτικό για το βήχα
και ηρεμιστικό των πνευμόνων για το άσθμα

Παυσίπονο για τον πονοκέφαλο, την ημικρανία,
τους πόνους της πλάτης, τους τεντωμένους μύες
και τους ρευματισμούς

Χαλαρωτικό για το στομάχι (διευκολύνει την πέψη),
ανακουφίζει από τα αέρια, τον τυμπανισμό,
τις κράμπες, τη διάρροια, τη δυσκοιλιότητα,
τη ναυτία και τη δυσπεψία



Λυκίσκος

Πολυετές αναρριχώμενο φυτό του γένους *Humulus* της οικογένειας των Κανναβοειδών (Cannabaceae)

Ιθαγενές φυτό της εύκρατης ζώνης του βορείου ημισφαιρίου

Κέντρο καταγωγής του θεωρείται η περιοχή του Καυκάσου

Λυκίσκος

Οικονομική ζωή 20-25 έτη

Σήμερα καλλιεργείται σε μεγάλες εκτάσεις σε Γερμανία (33%), ΗΠΑ (31%), Κίνα (12%), Τσεχία (6%)

Καθώς επίσης και σε Πολωνία, Σλοβενία, Αγγλία, Γαλλία, Ισπανία, Αυστραλία

Λυκίσκος

Γραπτές αναφορές του 860 μ.Χ. αποδεικνύουν την καλλιέργεια και τη χρήση λυκίσκου στη Γερμανία, ενώ επίσημα στην υπόλοιπη Ευρώπη η χρήση του ξεκίνησε το 1000 μ.Χ. από την Τσεχία

Η χρήση του λυκίσκου στη ζυθοποιία άρχισε από τον 11ο αιώνα και η ονομασία του τότε ήταν χούμελη

Αρχικά νόμιζαν ότι ενθαρρύνει τη μελαγχολική διάθεση και ότι ο πολύς λυκίσκος στη Γερμανική μπίρα ήταν 'κακός για το κεφάλι'

Λυκίσκος

Κανένας από τους αρχαίους Έλληνες συγγραφείς δεν αναφέρει τον λυκίσκο παρά το γεγονός ότι είναι αυτοφυές είδος στην Ελλάδα

Η καλλιέργειά του είναι περιορισμένη στη χώρα μας παρά το γεγονός ότι είναι αυτοφυές είδος

Καλλιεργείται περισσότερο στην Ήπειρο, αλλά συναντάται συχνά και ως αυτοφυές φυτό σε δροσερές περιοχές όπου είναι γνωστό με το όνομα αγριόκλημα

Λυκίσκος

Το συνθετικό 'humulus' προέρχεται από την παλιά Γερμανική λέξη 'humel' ή 'humela' που σημαίνει 'αυτός που παράγει καρπούς'

Άλλη εκδοχή για συνθετικό το 'humulus'
Λατινική προέλευση από το 'humus' = 'υγρή γη'

Το συνθετικό 'lurulus' σημαίνει 'μικρός λύκος' και πιθανότατα αποδίδει την πεποίθηση ότι ο λυκίσκος με την αναρριχητική του ικανότητα 'πνίγει' τα φυτά

Βοτανική περιγραφή

Φυτό αναρριχώμενο με μήκος βλαστών που μπορεί να φτάσει τα 15 m

Οι βλαστοί του εξωτερικά είναι γωνιώδεις με κοκκινωπές ραβδώσεις και εσωτερικά κοίλοι

Στο μέγιστο της βλαστικής περιόδου παράγει βλαστούς μήκους μέχρι 50 cm την εβδομάδα

Αναρριχάται με τη βοήθεια ελίκων κατά τη φορά των δεικτών του ρολογιού



Βοτανική περιγραφή

Τα φύλλα είναι αντίθετα, έμμισχα, λοβωτά, τραχιά στην πάνω επιφάνεια, με οδοντωτά περιθώρια





Βοτανική περιγραφή

Είναι φυτό δίοικο

Τα αρσενικά φυτά αναπτύσσουν
τα άνθη τους σε ταξιανθίες βότρυ

Τα θηλυκά φυτά σχηματίζουν κιτρινοπράσινους κώνους
(στρόβιλοι) που καλύπτονται από
μεμβρανώδη βράκτια φύλλα



Αρσενικά άνθη



Αρσενικά άνθη



Θηλυκά άνθη



Θηλυκά άνθη (κώνοι)

Εδαφοκλιματικές απαιτήσεις

Προτιμά γόνιμα, αμμοπηλώδη εδάφη, βαθιά, με καλή στράγγιση, με pH 5,5-7,5
άριστο pH εδάφους 6,0-6,5

Σε τιμές pH < 5,5 → τοξικότητα μαγγανίου
Σε τιμές pH > 7,5 → τροφοπενία ψευδαργύρου

Η εγκατάσταση της φυτείας γίνεται την άνοιξη
μόλις περάσουν οι κίνδυνοι των παγετών

Εδαφοκλιματικές απαιτήσεις

Κλίμα ήπιο με εναλλαγές βροχών και ζέστης,
άφθονη ηλιοφάνεια, επάρκεια υγρασίας την άνοιξη
Απαιτεί μεγάλες ημέρες για άνθηση

Απαιτεί περίοδο 1-2 μηνών
με χαμηλές θερμοκρασίες < 4,5 °C

Η εγκατάσταση της φυτείας γίνεται την άνοιξη
μόλις περάσουν οι κίνδυνοι των παγετών

Η παραγωγή περιορίζεται στο γεωγραφικό πλάτος
μεταξύ 35° και 55° (βόρεια ή νότια)

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Φυτεύεται με μοσχεύματα ή ριζώματα
(αναπαράγεται επίσης με καταβολάδες)

Με το σπόρο δεν εξασφαλίζεται η ομοιομορφία
της φυτείας

Τα σπορόφυτα δεν εκδηλώνουν το φύλο τους
και επομένως σχεδόν τα μισά φυτά
πρέπει να ξεριζωθούν

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

**Βαθύ όργωμα μέχρι 60 cm δύο χρόνια
πριν τη φύτευση των ριζωμάτων**

**Εμπλουτισμός του εδάφους με οργανική ουσία
Ο λυκίσκος αποδίδει καλά με ισόρροπες λιπάνσεις**

**Τα ριζώματα τοποθετούνται πλαγιαστά και σκεπάζονται
με 4-6 cm χαλαρού εδάφους**

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

**Αποστάσεις φύτευσης
80-90 cm επί των γραμμών
2,0-2,5 m μεταξύ των γραμμών**

**Το πρώτο έτος → ελάχιστη παραγωγή
ανάπτυξη ριζικού συστήματος**

**Από το δεύτερο έτος → κανονική παραγωγή
ώριμης φυτείας**

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Οι περισσότερες ποικιλίες χρειάζονται υποσύλωση (στηρίγματα) ύψους μέχρι 5,5 m (ξύλινοι πάσσαλοι με αντιστηρίγματα)

Το πρώτο έτος τα φυτά φτάνουν περίπου στο μισό του τελικού ύψους

Σε ύψος 30 cm επιλέγονται 2 έως 6 κληματίδες και οι υπόλοιπες αφαιρούνται - τον Ιούλιο αφαιρούνται οι κληματίδες από το κάτω μέρος για αερισμό

Κάθε χρόνο γίνεται λίπανση, κλάδεμα, άρδευση



Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Οι βλαστοί που θα βγουν τον Αύγουστο από το κάτω μέρος αφήνονται και στο σημείο που ακουμπούν στο έδαφος ριζώνουν και δίνουν νέα φυτά

Αυτές είναι οι καταβολάδες του λυκίσκου (τρόπος πολλαπλασιασμού)

Ο λυκίσκος είναι από τα πιο ταχυφυή φυτά
Μέσα σε λίγους μήνες μπορεί και αναπτύσσει τεράστια φυτική μάζα και για αυτό είναι πολύ απαιτητικό φυτό σε φως, θρεπτικά συστατικά και νερό

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Ανθίζει τον Ιούλιο - τον Αύγουστο ωριμάζουν τα άνθη
Χρησιμοποιούνται οι ανθοταξίες που συλλέγονται πριν ωριμάσουν τελείως Αύγουστο και Σεπτέμβριο

Οι ώριμοι στρόβιλοι έχουν χρώμα κιτρινοπράσινο και συλλέγονται με τα χέρια ή με μηχανές - τα κλαδιά κόβονται, για να φυτρώσουν τον άλλο χρόνο τα καινούργια

Ως πρώτη ύλη για την μπύρα χρησιμοποιούνται μόνο τα θηλυκά άνθη του που περιέχουν ρητίνες οι οποίες κατά το βρασμό αποδίδουν τις αρωματικές και γευστικές ουσίες της μπύρας

Καλλιεργητικές απαιτήσεις

Ο λυκίσκος καλλιεργείται για τους κώνους των θηλυκών ανθέων

Οι κώνοι αυτοί μετά την αποξήρανση υποβάλλονται σε ατμούς θείου και ρίχνονται στο μούστο της μπίρας τη στιγμή του ψησίματος, δίνοντας στη μπίρα τον αφρό, το άρωμα και την πικρή γεύση της

Για ένα τόνο μπίρας απαιτούνται περίπου 300 g ανθών λυκίσκου

Εχθροί και ασθένειες

Εχθροί

Αφίδα του λυκίσκου (*Phorodon humuli*)
Τετράνυχος (*Tetranychus urticae*)

Ασθένειες

Ωίδιο (*Sphaerotheca humuli*)
Ψευδοπερονόσπορος (*Pseudoperonospora humuli*)



Αιθέριο έλαιο

Το αιθέριο έλαιο του λυκίσκου περιλαμβάνει μεγάλη ποικιλία χημικών ενώσεων μεταξύ των οποίων : β -caryophyllene, α -humulene, β -myrcene, geraniol,

Υπάρχουν αρωματικές ποικιλίες που περιέχουν λιγότερες πικραντικές ουσίες και πλούσιο άρωμα και πικρές ποικιλίες λυκίσκου που υστερούν σε άρωμα

Χρήσεις

Η κύρια εμπορική χρήση για τον λυκίσκο είναι στην παρασκευή μπίρας

Στη μπίρα ο λυκίσκος άρχισε να χρησιμοποιείται από το 1200 και μετά - πριν οι ζυθοποιοί σε διάφορα μέρη του κόσμου χρησιμοποιούσαν διάφορα βότανα και μπαχαρικά όπως κανέλα, σπόρους βανίλιας, μοσχοκάρυδο, κουκουναρόσπορους

Χρήσεις

Γιατί χρησιμοποιείται ο λυκίσκος στην μπύρα:

- ✓ απομακρύνει πρωτεΐνες από το ζυθογλεύκος
- ✓ αυξάνει τη διατηρησιμότητα της μπύρας
- ✓ βοηθάει στο σχηματισμό του αφρού
- ✓ βελτιώνει τη γεύση

Επίσης αποτελεί συστατικό του **julmust** ένα ποτό με ανθρακικό τύπου 'κόλας' που είναι δημοφιλές στη Σουηδία κατά τη διάρκεια του Δεκεμβρίου (ποτό των Χριστουγέννων)



Χρήσεις

Ως φαρμακευτικό φυτό
Ο λυκίσκος έχει χαλαρωτική δράση στο κεντρικό
νευρικό σύστημα, καταπραΰνει την ένταση, την
ανησυχία, την νευρικότητα και το άγχος

Έχει επίσης υπνωτικές ιδιότητες
(ανακουφίζει από αϋπνίες)

Τα άνθη του λυκίσκου χρησιμοποιούνται
και ως γέμισμα στα μαξιλάρια

Μαλοτήρα (*Sideritis syriaca*)



Μαλοτήρα

Πολυετής πόα του γένους *Sideritis*
της οικογένειας των Χειλανθών (Labiatae)

Πρόκειται για ένα τσάι του βουνού
των περιοχών της Κρήτης

Το συναντούμε με τις ονομασίες Κρητικό τσάι
του βουνού, τσάι της Κρήτης και καλοκοιμιθιά

Το τσάι του βουνού χρησιμοποιείται ευρύτατα
στις μεσογειακές χώρες όπως και στην
Ελλάδα ως αφέψημα

Μαλοτήρα

Το γένος *Sideritis* περιλαμβάνει πληθώρα φυτικών
ειδών αποτελούμενων από: ποώδη ετήσια είδη, ποώδη
πολυετή είδη, μικρούς θάμνους

Πρόκειται για αρωματικά – φαρμακευτικά φυτά
της οικογένειας των Χειλανθών (Labiatae)

Σε Μεσογειακές χώρες είδη του γένους είναι γνωστά, σε
τοπική κλίμακα, ως βότανα για διάφορες χρήσεις

Μαλοτήρα

Οι Βενετοί κατακτητές της Κρήτης έμαθαν από τους Κρητικούς τη χρήση του φυτού κατά των κρυολογημάτων, των παθήσεων του στομάχου και των παθήσεων του αναπνευστικού

Έδωσαν το όνομα 'maletira' από τις ιταλικές λέξεις male (=αρρώστια) και tirare (=τραβάω, σύρω) εκφράζοντας έτσι την εκτίμηση τους στις θεραπευτικές ιδιότητες του φυτού

Βοτανική περιγραφή

Είναι πολυετής πόα,
ύψους περίπου 50 cm



Βλαστός

Συνήθως απλός (όχι διακλαδισμένος), όρθιος, ισχυρός, καλύπτεται με πυκνό άσπρο χνούδι

Βοτανική περιγραφή

Φύλλα

Έχουν μήκος 1-6 cm, είναι χοντρά, λίγο σαρκώδη, μακρουλά, ελλειψοειδή, γκριζοπράσινα και σκεπάζονται και αυτά από χνούδι



Λόγω της εμφάνισης των φύλλων και στελεχών της που καλύπτονται από πυκνό χνούδι, κατά μία άλλη ετυμολογία η ονομασία της προέρχεται από το μαλλωτός= μαλλιαρός



Βοτανική περιγραφή

Άνθη
Σχηματίζουν κορύμβους και το χρώμα τους
είναι κίτρινο



Εδαφοκλιματικές απαιτήσεις

Δεν απαιτεί πλούσια εδάφη, προτιμά ελαφρό έδαφος
όχι ιδιαίτερα βαθύ, όχι συνεκτικό, με άφθονο ήλιο

Επιβιώνει σε απόκρημνες βραχώδεις περιοχές
με υψόμετρο άνω των 1000 μέτρων

Συναντάται ιδιαίτερα σε σχισμές βράχων όπου
ελάχιστα είδη φυτών μπορούν να επιβιώσουν

Είναι ανθεκτικό στην ξηρασία
και στις χαμηλές θερμοκρασίες

Συγκομιδή

Άνθηση

Το βότανο ανθίζει από τέλη Ιουνίου
μέχρι τέλη Ιουλίου

Συγκομιδή

Συλλέγεται η ταξιανθία σε πλήρη άνθηση
μαζί με 5-6 cm βλαστού κατά τη διάρκεια
της ανθοφορίας του

Οι βλαστοί ξηραίνονται ώστε να μπορούν να
διατηρηθούν για μεγάλο χρονικό διάστημα

Αιθέριο έλαιο

Η περιεκτικότητα σε αιθέριο έλαιο είναι πολύ μικρή (μέχρι 0,2%)

Το αιθέριο έλαιο περιέχει πάνω από 29 ουσίες (τερπενοειδή, φλαβονοειδή, αιθέρες, αλκοόλες) με φαρμακευτικές ιδιότητες

Ιδιότητες

Αντιφλεγμονώδεις, αντιοξειδωτικές, βακτηριοστατικές, αντιμικροβιακές, εφιδρωτικές, τονωτικές, αντιαναιμικές

Χρήσεις

Χρησιμοποιείται το αφέψημα του βοτάνου (βλαστοί και ταξιανθίες) το οποίο έχει εξαιρετικό άρωμα και γεύση

Βοηθά το πεπτικό σύστημα, δρα εναντίον των λοιμώξεων του αναπνευστικού, κρυολογημάτων, είναι ευεργετικό για τα αιμοφόρα αγγεία της καρδιάς (λόγω φλαβονοειδών)

