

manzanilla

Marina Penella 1°C.



- Nombre vulgar: **Manzanilla**
- Nombre científico: **Matricaria Chamomilla**
- Observaciones:
Pequeña hierba anual que mide de 20 a 50 cm de altura. Las hojas están divididas en varias partes que semejan un fino encaje y sus flores son amarillas en el centro, rodeadas de finas lígulas blancas, están dispuestas en cabezuelas solitarias al final del pedúnculo.
- Hábitat: **Es una especie originaria de Europa y Asia, adaptada a climas cálidos, semisecos y templados. También cultivada en huertos; crece silvestre en campos, caminos y prados.**
- Usos: **Se toma como infusión para tratar trastornos digestivos. También para reducir la inflamación de los ojos y bien filtrada para lavado ocular. Se utiliza además para aclarar el pelo después de lavarlo.**
- Posibles recetas culinarias:
Las infusiones con sus flores son fabulosas:

6 flores/taza se lleva a ebullición durante 2 min., se deja reposar 5 minutos, se cuela y se toma. Está muy rica con un poco de miel.