



9.1. Αρωματικά Φυτά - Γενικές Πληροφορίες



9.1.1. Εισαγωγή

Τα αρωματικά φυτά χρησιμοποιούνται συνήθως στη μαγειρική για το άρωμα και τη γεύση τους. Τα πιο συνηθισμένα αρωματικά φυτά είναι: Ο Βασιλικός (Basil), το μυρώνι (Chervil), το σχοινόπρασο (Chives), ο κόλιανδρος (Cilantro), το θυμάρι (Thyme), η μαντζουράνα (Marjoram), η ρίγανη (Oregano), το φασκόμηλο (Salvia officinalis) και το εστραγκόν (Artemisia dracunculus).

Αρωματικά φυτά:

1. **Βασιλικός (Basil)** Ο βασιλικός είναι ετήσιο ποώδες φυτό, της οικογένειας των Χειλανθών. Η ποικιλία που καλλιεργείται στην Ελλάδα είναι η «citriodora», η οποία διακρίνεται από τα μεγάλα φύλλα και το έντονο άρωμα. Καλλιεργείται για παραγωγή θεραπευτικών επιθεμάτων, για παραγωγή αιθέριου ελαίου αλλά και στη μαγειρική.
2. **Μυρώνι (Chervil)** Το μυρώνι ανήκει στην οικογένεια των Σκιαδοφόρων. Είναι φυτό ποώδες, μονοετές. Η ρίζα του είναι πασσαλώδης και όχι βαθιά. Έχει πολύ μικρά οδοντωτά φύλλα, τα οποία βγαίνουν αντίθετα το ένα από το άλλο και αποτελούνται από 3-9 φυλλάρια πτεροειδή. Διαιρούνται σε βαθείς λοβούς που φτάνουν σε μήκος τα 8 cm.
3. **Σχοινόπρασο (Chives)**
Υπάρχουν δύο διαφορετικά είδη σχοινόπρασου. Το πρώτο έχει μυρωδιά κρεμμυδιού και είναι το *Allium schoenoprasum* και το δεύτερο έχει μυρωδιά σκόρδου και είναι το *Allium tuberosum*. Το σχοινόπρασο με μυρωδιά κρεμμυδιού έχει τρεις ποικιλίες, τη Hylan, τη Fine leaves και τη Medium leaves.
4. **Κόλιανδρος (Cilantro)** Ο κόλιανδρος είναι μονοετές πόα με έντονη οσμή. Την περίοδο της άνθησης τα φυτά μπορούν να φτάσουν σε ύψος 100 cm. Ο βλαστός είναι όρθιος με χρώμα πράσινο ενώ την περίοδο της άνθησης γίνεται βιολετί ή και κόκκινο. Ο βλαστός των ώριμων φυτών είναι κούφιος, ενώ η διάμετρος του βλαστού στη βάση της ρίζας είναι πάνω από 2 cm.
5. **Θυμάρι (Thyme)** Το θυμάρι χρησιμοποιείται ως άρτυμα στη βιομηχανία τροφίμων, ως αντιοξειδωτικό σε τρόφιμα. Επίσης ιδιαίτερη αναφορά πρέπει να γίνει για τη χρησιμότητά του στη μελισσοκομία καθώς αποτελεί το βασικό φυτό για να παραχθεί το περίφημο θυμαρίσιο μέλι.
6. **Μαντζουράνα (Marjoram)** Η μαντζουράνα (Marjoram) είναι αρωματική, πολυετής



πόα, χνουδωτή με βλαστό όρθιο, πολύκλαδο, σχεδόν λείο, ύψους 20-50 cm, με φύλλα γκρι έως πράσινα μικρά, ωοειδή ή προμήκη με βραχύ μίσχο. Άνθη λευκά ή και κόκκινα, σε στάχυ ωοειδή ή σφαιρικά. Βράκτια ωοειδή – σπαθοειδή.

7. **Ρίγανη (Oregano)** Η ρίγανη μπορεί να καλλιεργηθεί σε πεδινές, ημιορεινές και ορεινές περιοχές. Παρουσιάζει μεγάλη προσαρμοστικότητα σε πληθώρα εδαφών, εκτός από αμμώδη και αργιλώδη, αρκεί να έχουν καλή αποστράγγιση. Μπορεί να καλλιεργηθεί και ως ξερική, αφού η άρδευση αυξάνει μόνο την απόδοση και όχι την ποιότητα.
8. **Φασκόμηλο (Salvia officinalis)** Το φασκόμηλο (*Salvia officinalis*) ανήκει στην οικογένεια Lamiaceae, Χειλανθή και στο γένος *Salvia*. Είναι πολυετής αιθαλής θάμνος των εύκρατων θερμών περιοχών, με ύψος έως 80 εκατοστά με βλαστό πολύκλαδο, τετραγωνικό, χνουδωτό. Ανθίζει την άνοιξη, Απρίλιο – Ιούνιο ανάλογα με την περιοχή και το υψόμετρο.
9. **Εστραγκόν (Artemisia dracunculus)** Το εστραγκόν, *Artemisia dracunculus*, είναι πολυετές φυτό της οικογενείας των συνθέτων με εικόνα ποώδους θάμνου ύψους 0,80-1,20 μ. Το χειμώνα επιβιώνει μόνον το ριζικό του σύστημα, που εκτός από την κεντρική ρίζα έχει και πολλές οριζόντιες διακλαδώσεις που παίρνουν τη μορφή ριζωμάτων.
10. **Μέντα (Mentha - Mint)** Η μέντα είναι ποώδες αρωματικό φυτό της οικογένειας των Χειλανθών των εύκρατων περιοχών. Έχει άνθη ευωδιαστά, λευκά ή ιώδη, που σχηματίζουν ταξιανθίες. Είναι φυτό φαρμακευτικό και χρησιμοποιείται στη μαγειρική ως καρύκευμα, καθώς και ως αφέψημα ή αιθέριο έλαιο

9.1.3. Ποιοτικοί δείκτες:

Τα ποιοτικά χαρακτηριστικά των αρωματικών φυτών ελέγχονται σε μεγάλο βαθμό οπτικά και περιλαμβάνουν την εμφάνιση των φυτών δηλαδή τη φρεσκάδα, τη ομοιογένεια το μέγεθος, τη μορφή και το χρώματα των φυλλωμάτων τους. Η έλλειψη ελαττωμάτων όπως η καταστροφή ή το κιτρίνισμα των φύλλων, η αποσύνθεση αυτών, η παρουσία εντόμων ή ο μααρασμός τους αποτελούν βασικούς δείκτες ποιότητας. Το χαρακτηριστικό άρωμα είναι απαραίτητο για τη μαγειρική ποιότητα των φυτών.

***Τα παραπάνω κείμενα αποτελούν αποσπάσματα από το βιβλίο μας «Λαχανικά: Μακροχρόνια Συντήρηση, τα μυστικά».**