



SCHEDA

BASILICO OCINUM BASILICUM

Famiglia: Lamiaceae
Genere: Ocimum

SCHEDA COLTURALE

Nome latino: Ocimum Basilicum
Vita media: 1 anno
Temperatura min: 18° c
Esposizione: sole
Irrigazione: frequenti e abbondanti
Fertilizzazione: regolare
pH terreno: 6.50 / 7.00



DESCRIZIONE

Originario dell'Asia e conosciuto fin dall'antichità il basilico è una erbacea cespugliosa e ben ramificata che in condizioni ottimali può raggiungere anche 1 mt di altezza.

Le foglie del basilico sono provviste di picciolo, ovali lanceolate, di dimensioni molto variabili a seconda della specie così come il colore che varia dal verde intenso al verde cupo al viola o al porpora a seconda delle varietà. Le foglie sono ricche di oli essenziali che conferiscono il caratteristico aroma.

Il basilico oltre ad essere utilizzato in cucina per il suo gradevolissimo aroma viene usato anche per le sue proprietà terapeutiche: stimolante, eccitante, antispasmodico, disinfettante. Ha inoltre proprietà digestive, combatte l'alitosi, le emicranie, gli spasmi gastrici e la stanchezza in generale.

Il basilico si può utilizzare come infuso per l'indigestione, il raffreddore, l'influenza, il mal di testa, la nausea, i crampi addominali, il nervosismo, la depressione. I gargarismi con infuso di basilico alleviano il mal di gola. Unito all'acqua del bagno tonifica e profuma la pelle oltre che lasciare un gradevole profumo. L'acqua distillata al basilico è usata come tonico per la pelle. Le foglie fresche ingerite aiutano la digestione mentre usate come impacchi calmano le irritazioni cutanee.

In quasi tutti i paesi del mondo il basilico viene utilizzato in cucina per l'aroma delle sue foglie per insaporire i cibi.