Τι είναι τα βότανα

***«Βότανα είναι όλα τα χρήσιμα φυτά των οποίων κάποια μέρη τους (φύλλα, άνθη, σπόροι, βλαστός ή ρίζες) χρησιμεύουν ως τροφή ή θεραπεία, χάρη στο άρωμά τους ή με κάποιον άλλο τρόπο…».***

Ο παραπάνω ορισμός περιλαμβάνει μια μεγάλη ποικιλία φυτών με πολλαπλές χρήσεις, όπως:

* *σε αφεψήματα*
* *στη μαγειρική*
* *σε θεραπευτικά σκευάσματα*
* *στην αρωματοποιία*
* *στα καλλυντικά*
* *σε ποτά*

Η χλωρίδα της Κρήτης

* Η Κρήτη έχει εντυπωσιακή βιοποικιλότητα στην χλωρίδα της αναλογικά με την έκτασή της με περίπου 1800 διαφορετικά είδη φυτών
* Το 10% των φυτών αυτών είναι ενδημικά, δηλαδή συναντώνται στην Κρήτη και πουθενά αλλού στον κόσμο
* Πάρα πολλά βότανα αυτοφύονται στην Κρήτη

Βότανα της Κρήτης

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Αβρωνιά** **Αγγελική****Αγριάδα** **Αλόη** **Αμπερόζα** **Άνηθος** **Αντωναϊδα** **Απήγανος** **Αρνική** **Ασκόλυμπρος****Αχιλλαία** **Αψιθιά** **Βαλεριάνα****Βάλσαμο** **Βασιλικός****Γαϊδουράγκαθο** **Γλιστρίδα** **Γλυκάνισο****Δάφνη** **Δεντρολίβανο** **Δίκταμο** **Δρακοντιά****Δυόσμος****Θρούμπα****Θυμάρι**  | **Καλέντουλα** **Κάπαρη****Καπουτσίνος** **Κάρδαμο** **Κισσός** **Κόλιανδρο** **Κολιτσίδα****Κρίταμο****Λάπαθο****Λεβάντα****Λινάρι****Λουΐζα****Μαϊντανός****Μαλοτίρα****Μαντζουράνα****Μάραθο****Μελισσόχορτο** | **Μέντα****Μολόχα****Μυρτιά****Παπαρούνα****Ραδίκια****Ρίγανη****Ρόκα****Σαμπούκος** **Σέλινο****Σινάπι****Σκόρδο****Σχίνος****Τίλιο****Τριφύλλι****Τσουκνίδα****Φασκομηλιά****Φλώμος****Χαμομήλι****Χελιδόνι** |

*Συντάκτης: Ιωαννίδης Θωμάς*