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*