

RAIZ DE TORONJIL

Origen: El toronjil es originaria del área mediterránea y de Asia, aunque hoy en día puede encontrarse naturalmente en zonas húmedas o incluso en praderas sombrías en América del Norte, Europa y en las islas británicas.

Usos

el toronjil no destaca por sus cualidades estéticas, sino por sus cualidades herbales y aromáticas.

- Sabor agradable y fresco, a limón.
- Sus hojas suelen utilizarse para dar aroma y sabor al té tanto frío como caliente.
- También se utilizan las hojas para condimentar platos como substitutivo de la cáscara del limón.
- Las hojas se utilizan, tanto frescas como secas, para aromatizar ensaladas, salsas, sopas, platos de carne y de verduras, postres y confituras.

USOS MEDICINALES

- el toronjil es renombrada principalmente como hierba relajante y buena para el corazón.
- En la medicina popular se usa contra la ansiedad y la depresión así como para calmar las palpitaciones del corazón.
- Hoy día se aprecia todavía como tisana tónica y sedante que, según la leyenda, contiene la fórmula de la longevidad.

Nota. Este es un documento generado por computadora por lo tanto no requiere firma autógrafa.