



Folhas soltas do álbum "Plantas do Convento do passado e do Presente"

Visitar o património edificado pode ser também imaginar as vivências dos que aí habitaram. Neste projeto lúdico-educativo vamos falar-te de plantas e da sua utilização, na cozinha, bem como realçar os seus poderes terapêuticos e de bem-estar.

ALECRIM

Sabias que...

Podes fazer sal aromatizado de alecrim?



Vais precisar de:

- ❖ Folhinhas de alecrim;
- ❖ Sal marinho grosso;
- ❖ Raspas de limão e laranja.

Coloca todos os ingredientes num almofariz (ou na picadora) e mói ligeiramente. Guarda em frasquinhos de vidro bem fechados.

Podes temperar carne ou peixe com este sal. Experimenta!

Podes fazer o teu sabonete?



Vais precisar:

- ❖ Base de glicerina;
- ❖ Óleo de amêndoas doces;
- ❖ Óleo essencial de alecrim;
- ❖ Flores de alecrim e folhinhas;
- ❖ Forminhas de silicone.

Derrete a glicerina no micro-ondas, acrescenta algumas gotas do óleo de amêndoas doces e de alecrim bem como as pétalas do alecrim. Nas formas, coloca um pouco da mistura com cuidado e acrescenta um pequeno raminho. Deixa nas forminhas até que o sabonete seque por completo.

Desenforma e embrulha a teu gosto!



Arbusto perene com cerca de 1,2m, muito ramificado, sempre verde, com hastes lenhosas, folhas pequenas e finas, opostas, lanceoladas.

A parte inferior das folhas é de cor verde-acinzentado enquanto a superior é verde brilhante. As flores são de cor azul ou esbranquiçada. Floresce quase todo o ano e não necessita de cuidados especiais nos jardins.

Toda a planta liberta um aroma forte e agradável. Utilizada para fins culinários, medicinais e religiosos, o seu óleo essencial também é utilizado em perfumaria, como por exemplo na produção da água-de-colónia, pois contém tanino, pineno, cânfora e outros princípios ativos que lhe conferem propriedades excitantes, tónicas e estimulantes.

A sua flor é muito apreciada pelas abelhas que o utilizam para produzir assim um mel de extrema qualidade. Há quem plante alecrim perto de apiários (casinhas das abelhas), para influenciar o sabor do mel.

Curiosidade

Nos templos e igrejas, o alecrim é queimado como incenso desde a antiguidade. Na Igreja ortodoxa grega o seu óleo é utilizado até aos nossos dias, para unção. Nos cultos de religiões africanas, como umbanda e candomblé, é utilizado em banhos e queimado como o incenso.