



Satureja montana

SANTOREGGIA montana

Fam.Lamiaceae

ASPETTI BOTANICI

La santoreggia montana è originaria dell'Europa centrale e meridionale, dell'Africa settentrionale e dell'Asia, cresce spontanea in Italia in terreni sassosi, calcarei e ben esposti.

È un suffrutice perenne, alto 30-40 cm, con ramificazioni molto fitte rivestite da foglie lanceolate larghe 3-4 mm a margine ripiegato in basso, glabre. I fiori sono di colore bianco, di piccole dimensioni, riuniti a formare infiorescenze cimose. La fioritura avviene solitamente in luglio-agosto, il frutto è un piccolo achenio ovoidale; tutta la pianta emana un odore intenso

UTILIZZAZIONE

Presenta proprietà profumanti, aromatizzanti, stimolanti, digestive, carminative, antispasmodiche cicatrizzanti; viene impiegata sotto forma di infusi, decotti.

Viene utilizzata in cucina per l'aromatizzazione di carni, di verdure, di aceti e nell'industria liquoristica e cosmetica; inoltre bagni e pediluvi a base di santoreggia tolgono la stanchezza purificano e deodorano.