



απαιτούν μέτριο πότισμα. Στην τελευταία ομάδα είναι η στέβια, η βαλεριάνα και ο κόκκινος βασιλικός, που θέλουν παραπάνω νερό.

Για χώμα θα χρησιμοποιήσουμε ίση αναλογία από κομπόστ, τύρφη και περλίτη. Στην πρώτη ομάδα θα προσθέσουμε περισσότερο περλίτη από τύρφη και στην τελευταία ομάδα το αντίθετο, ώστε να δημιουργήσουμε τις καλύτερες δυνατές συνθήκες για όλα τα φυτά μας. Επίσης μπορούμε να ορίσουμε τη στάθμη του νερού με τον μετρητή, ώστε να πετύχουμε την κατάλληλη υγρασία. Τα φυτά που θα επιλέξουμε θα κριθούν ανάλογα με το ποια προτιμούμε σε γεύση, σε άρωμα αλλά και ως προς στις θεραπευτικές ιδιότητές τους, που ενδεχομένως να έχουμε ανάγκη. Επιπλέον μερικά βότανα λειτουργούν ως εντομοαπωθητικά, γι' αυτό είναι καλό να υπάρχουν στο μποστάνι μας για την προστασία των υπόλοιπων φυτών. Εντομοαπωθητικές ιδιότητες έχουν ο απήγανος, η αψιθιά, η λουίζα, το μελισσόχορτο, ο βασιλικός κ.ά.

Επειδή ο χώρος είναι περιορισμένος, θα πρέπει να κορφολογούμε τα βότανά μας αρκετά συχνά ώστε να μη στριμώχνονται - αυτό δεν είναι απαραίτητα αρνητικό, αφού έτσι θα αναγκαζόμαστε να τα καταναλώνουμε συχνότερα. Πολλά από αυτά τρώγονται ακόμα και ωμά, όπως για παράδειγμα σε σαλάτες. Άλλα έχουν αρκετά έντονη γεύση· αυτά είναι πιο εύγευστα σε μικρές δόσεις στη μαγειρική. Επιπλέον μπορούμε να συλλέγουμε φύλλα από τα βότανά μας με σκοπό την αποξήρανσή τους και στη συνέχεια να τα καταναλώσουμε ως αφέψημα.

Εάν διαθέτουμε κήπο μπορούμε να φτιάξουμε ακόμα μεγαλύτερο μποστάνι για τα βότανά μας ή να τα τοποθετήσουμε σε ξεχωριστές μεγαλύτερες γλάστρες, ώστε να αναπτυχθούν περισσότερο και να γεμίζουν το σπίτι μας με τα πλούσια αρώματά τους.

*του Άντυ Παξινού*

**Πηγή:** [bostanistas.gr](http://bostanistas.gr)