



To

λεμονόχορτο ή λουίζα είναι ένα από τα πιο γευστικά αρωματικά φυτά, με γλυκιά και ταυτόχρονα αρκετά δροσερή λεμονάτη γεύση. Είναι ποώδες/τροπικό φυτό. Έχει ισχυρή αντιοξειδωτική δράση και χρησιμοποιείται συχνά για την αντιμετώπιση στομαχικών διαταραχών, καθώς επίσης και κατά του πυρετού και του κρυολογήματος.

Ακόμη, βοηθά σημαντικά στην καταπολέμηση της αϋπνίας λειτουργώντας ως ήπιο/φυσικό ηρεμιστικό.

Πλέον, όλα τα οφέλη από τις ευεργετικές του ιδιότητες μπορείτε να τα έχετε «διαθέσιμα» φυτεύοντας με απλούστατο τρόπο και με μηδενικό κόστος το δικό σας λεμονόχορτο:

Η καλλιέργεια του λεμονόχορτου μοιάζει πραγματικά με «παιχνίδι»: Το μόνο που πρέπει να κάνετε είναι να τοποθετήσετε τα κοτσάνια που αγοράσατε από το μανάβικο ή το σούπερμαρκετ σε ένα βάζο με νερό που θα φθάνει σε ύψος μόλις μερικών εκατοστών, και απλώς παρακολουθήστε το να φυτρώνει!

Μέσα σε μόλις δύο ημέρες θα μπορέσετε να δείτε τις ρίζες να μεγαλώνουν. Αν αγοράσετε μία ή δύο γλάστρες θα μπορέσετε να έχετε αφθονία σε δικά σας λεμονόχορτα, αφού όμως πρώτα έχετε πραγματοποιήσει την απαραίτητη μεταφύτευση.

Προτού όμως μεταφυτέψετε σε γλάστρα ή γλάστρες, θα πρέπει να αλλάζετε το νερό του βάζου κάθε ημέρα ή το πολύ κάθε δύο ημέρες. Σε περίπου τρεις με τέσσερις εβδομάδες, οι ρίζες του λεμονόχορτου θα έχουν φθάσει σε μήκος περίπου 5 εκατοστών.

Εκείνη η χρονική στιγμή είναι η καταλληλότερη για να μεταφυτέψετε το νέο σας δενδρίλλιο σε χώμα. Θα πρέπει να το ποτίζετε συχνά, αλλά θα πρέπει να διασφαλίσετε ότι το χώμα δεν κρατά υπερβολική υγρασία από το πότισμα. Το φυτό μπορεί να αντέξει και σε συνθήκες έκθεσης στον ήλιο.

Οι φωτογραφίες που ακολουθούν δείχνουν την πρόοδο μίας αντίστοιχης προσπάθειας ανά εβδομάδα: Είναι τόσο εύκολο, λοιπόν, να φυτέψετε το δικό σας λεμονόχορτο. Δεν έχετε παρά να δοκιμάσετε!

Day 1



Week 1



Week 2



Week 3



Πηγή: [pentapostagma.gr](http://pentapostagma.gr)