

## 10 λόγοι για να φυτέψεις ρίγανη στη γλάστρα

/ [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#) / [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



**Ονειρεύτηκες να μυρίζει κάποια στιγμή το μπαλκόνι σου φρέσκια ρίγανη; Είναι πολύ εύκολο να το κάνεις πραγματικότητα - και μάλιστα είναι η καταλληλότερη εποχή.**

Η ρίγανη φυτεύεται συνήθως από τον Οκτώβριο μέχρι τα τέλη Απριλίου, ακόμα και με μικρά κομμένα κλωνάρια. Όμως η ανοιξιιάτικη ρίγανη είναι η πιο...τυχερή, αφού το δημοφιλές βότανο λατρεύει τον άπλετο ήλιο.

Γιατί να την προτιμήσεις Η ρίγανη είναι το μυρωδικό που θα έπρεπε να έχει σε γλάστρα κάθε ελληνικό σπίτι, για πολλούς λόγους:

Η μυρωδιά της φρεσκοκομμένης ρίγανης δεν συγκρίνεται με εκείνη της αποξηραμένης.

Σύμφωνα με τον Γαληνό, τον φημισμένο Έλληνα γιατρό της ρωμαϊκής αυτοκρατορίας, η χλωρή (και όχι η ξερή) ρίγανη συγκαταλέγεται στα βότανα που λεπταίνουν και δυναμώνουν το σώμα.

Νοστιμίζει πολλά ελληνικά φαγητά (φρέσκια ή ξερή) - και όχι μόνο τη χωριάτικη σαλάτα.

Στην Ελλάδα φυτρώνει η καλύτερη ρίγανη παγκοσμίως - άρα επιβάλλεται να την απολαμβάνουμε και... σπιτική κατευθείαν από το μπαλκόνι μας.

Είναι εξαιρετικό φαρμακευτικό φυτό (φυσικό αντιβιοτικό) με αντιβακτηριακές και αντιοξειδωτικές ιδιότητες.

Εξολοθρεύει τα παράσιτα του εντέρου και τονώνει το πεπτικό σύστημα.

Είναι αντικαρκινικό βότανο.

Περιέχει φυτοοιστρογόνα, πολύ χρήσιμα (κυρίως) στις γυναίκες.

Απωθεί εχθρούς και ασθένειες των φυτών προστατεύοντας όχι μόνο τον εαυτό της αλλά και τα διπλανά φυτά.

Λίγη ρίγανη μέσα στην τροφή των πτηνών τα προστατεύει από αρρώστιες.

Η ρίγανη είναι ξερικό φυτό – ας μην ξεχνάμε ότι φυτρώνει σε μέρη άγονα και άνυδρα, σε βράχους, βουνά και ραχούλες. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να ποτίζεται με μέτρο, για να μην υποβαθμιστεί η ποιότητά της, αλλά και για να ξεδιπλώσει όλο το άρωμά της. Διότι όσο πιο σπάνια ποτίζεται, τόσο πιο αρωματική γίνεται. Το ύψος της μπορεί να φτάσει τα 50 εκατοστά και είναι πολύ βολική: δε χρειάζεται πολύ χώμα, ενώ, όπως αναφέρθηκε, το ξηρό έδαφος τη βοηθά να ευδοκιμήσει καλύτερα.

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