

Rosmaninho

Lavandula stoechas



Pequeno arbusto lenhoso, que se caracterizam pelo seu aroma e pelas espigas violetas na sua copa. Estas espigas, geralmente pequenas (2 a 8 cm), são compostas por pequenas flores tubulares, presentes entre as brácteas .

Possui 2 subespécies reconhecidas:

- *L. stoechas pedunculata* - anteriormente considerada *L. pedunculata*. Tem variação considerável dentro da subespécie, podendo ser subdividida em várias formas. É nativa de muitas regiões do mediterrâneo, com algumas

populações nas costas atlânticas de Espanha e Marrocos.

- *L. stoechas luisieri* - possui pétalas menos interconectadas. Encontra-se principalmente em Portugal e regiões adjacentes de Espanha.

Mais informação em:

https://www.amu.bio/_rosmaninho

Cultivo

As espécies de *Lavandula* são nativas de solos rochosos e pobres da bacia mediterrânica, muitas dessas espécies ocorrem naturalmente em solos calcários.

As espécies *Stoechas* toleram solos mais ácidos, normalmente todas as *Lavandulas* preferem solos arenosos ou bem drenados, sendo conveniente tornar solos argilosos mais ligeiros pela adição de generosas quantidades de matéria orgânica (de preferência), ou de materiais inertes como a areia.

Uma planta recém saída de uma estufa terá problemas em sobreviver a uma geada forte, no entanto sobreviverá sem problema se for progressivamente habituada ao frio.

Devem ser colocadas num local exposto ao sol, plantadas em locais sombrios terão um crescimento e floração pobres e tempo de vida reduzido.

São geralmente plantas tolerantes à seca suportando sem dificuldades os quentes e secos verões mediterrânicos, no entanto plantas que não tiveram tempo para se estabelecer ou são cultivadas em vaso requerem mais cuidado.

Quando são plantadas em primaveras secas ou tardias devem ser regadas regularmente no verão até às primeiras chuvas de outono. Assim, o ideal é plantar no outono ou no início da primavera, quando, em anos normais, ainda vai chover o suficiente para a planta se estabelecer no solo.

É necessário ter em atenção que a rega excessiva prejudica a planta.

O seu cultivo é normalmente realizado através de uma parte da planta, preferencialmente com raízes, retiradas de plantas bem desenvolvidas, saudáveis e de boas características.

A transplantação pode ser feita para um local definitivo, com um espaçamento de 40 a 50 cm entre plantas.

História

Típico da região mediterrânica, habita em abundância as matas do nosso país.

Na primavera chegam a tingir de violeta enormes extensões de terrenos incultos por todo o sul, interior e oeste portugueses.

Utilização

Abundantes no nosso país, o rosmaninho fazem parte da tradição portuguesa, particularmente no que respeita à culinária rústica e à aplicação paisagista.

O rosmaninho é utilizado na área da saúde, pela sua ação antiespasmódica. É usado também como relaxante e nos desequilíbrios funcionais do abdómen superior. Externamente é usado para tratamento de problemas de circulação.

Vários estudos destacam as qualidades anticancerígenas do Rosmaninho, além de preventivo de doenças degenerativas.

As suas flores são muito apreciadas pelas abelhas e dão origem a um mel de qualidade, de cor amarelada e de aroma e sabor muito doces, devido à elevada concentração de frutose, o que o torna extremamente recomendável enquanto adoçante natural em dietas isentas de açúcar (sacarose).