

# Alfazema dentada

*Lavandula dentata*



É uma planta da família das Lamiáceas, arbustiva que pode alcançar até 1 metro de altura.

As suas folhas são lanceoladas de cor verde e muito perfumadas, e as flores são violetas reunidas em espiga e mais visíveis entre maio e junho.

Mais informação em:

[http://www.amu.bio/\\_alfazema\\_dentada](http://www.amu.bio/_alfazema_dentada)

## Cultivo

A Alfazema dentada deve ser cultivada em locais com boa exposição solar, o que proporciona à planta melhores condições para florescer.

Relativamente ao solo, esta adapta-se bem aos mais variados tipos de solo, desde que não apresentem excesso de água.

Esta planta necessita de poda frequente, uma vez que cresce rapidamente.

## História

Originária da região do Mediterrâneo.

Na antiguidade o seu óleo era utilizado para banhos e para purificar o ambiente.

## Utilização

São produzidas em escala industrial para obtenção de óleo essencial para o fabrico de

cosméticos, perfumes, fármacos, etc.,.

Na culinária esta planta é usada em vinagres aromáticos, sobremessas e confeitaria.

A Alfazema dentada é frequentemente utilizada em bordaduras, vasos e jardins pois apresenta um grande potencial no paisagismo devido à sua beleza.

No que toca à medicina esta ajuda nos distúrbios do estômago e do sono, ansiedade, dores de cabeça, doenças respiratórias, etc.,.