

# Alecrim Rasteiro

*Rosmarinus officinalis Prostratus*



É da família Lamiaceae.

O alecrim-rasteiro tem normalmente menos de 60 cm de altura, mas espalha-se até 2 metros na horizontal.

A sua folha é verde escura e apresenta uma flor azul da Primavera ao Outono.

Mais informação em:

[http://www.amu.bio/\\_alecrim\\_rasteiro](http://www.amu.bio/_alecrim_rasteiro)

## Cultivo

Ideal para jardins rochosos. Pode ainda ser cultivado em jardineiras e vasos suspensos. A sua propagação é fácil através de estacaria.

É recomendado plantá-la em substrato com 3 partes de terra, 2 de areia e 1 de adubo orgânico.

Necessita de pleno sol e pouca água, sendo que só é necessário irrigar quando o solo estiver seco, trata-se de uma planta pouco exigente.

## História

Devido ao seu aroma característico, os romanos designavam-no como *rosmarinus*, que em latim significa orvalho do mar.

É usado na culinária há mais de 2500 anos.

## Utilização

Possui as mesmas propriedades do alecrim vulgar, diferenciando-se apenas pelo facto de crescer na horizontal.

É portanto, tal como o alecrim comum, uma planta utilizada com fins culinários, medicinais e religiosos, e a sua essência também é utilizada em perfumaria, como por exemplo, na produção da água-de-colónia, pois contém tanino, óleo essencial, pineno, cânfora e outros princípios ativos que lhe conferem propriedades excitantes, tónicas e estimulantes.

É usado na culinária, em preparados de aves, caça, carne de porco, cabrito, salsichas, linguiças e batatas assadas.