

Nombre
común:
Albahaca

Nombre científico: *Ocimum basilicum* L.

Familia: Lamiaceae

Origen: África, Asia e Islas del Pacífico.

Usos culinarios: Las hojas se pueden combinar con una variedad de otras hierbas como el ajo, y distintas más, y se pueden usar en sopas, guisos, rellenos y arroces así como con pescados, pollo, verduras y carnes. También pueden ser un ingrediente clave en quesos, vinagres, aceites, jaleas, tés, bebidas y licores, y las semillas se pueden usar en bebidas (HSA, 2010).

Usos medicinales: Se utiliza en procesos inflamatorios como inflamación vaginal, de matriz, de anginas, inflamaciones intestinales y estomacales. También en enfermedades respiratorias como bronconeumonía, catarro, irritación pulmonar y de garganta, pulmonía, sofocación de pecho y tos. Se emplea además en infecciones bucales y de la piel, afecciones de la vejiga, de los riñones y del cuero cabelludo, para granos, clavillos de la piel y caída del cabello contra áscaris y picadura de alacrán, várices y corazón (BDMTM, 2009).

