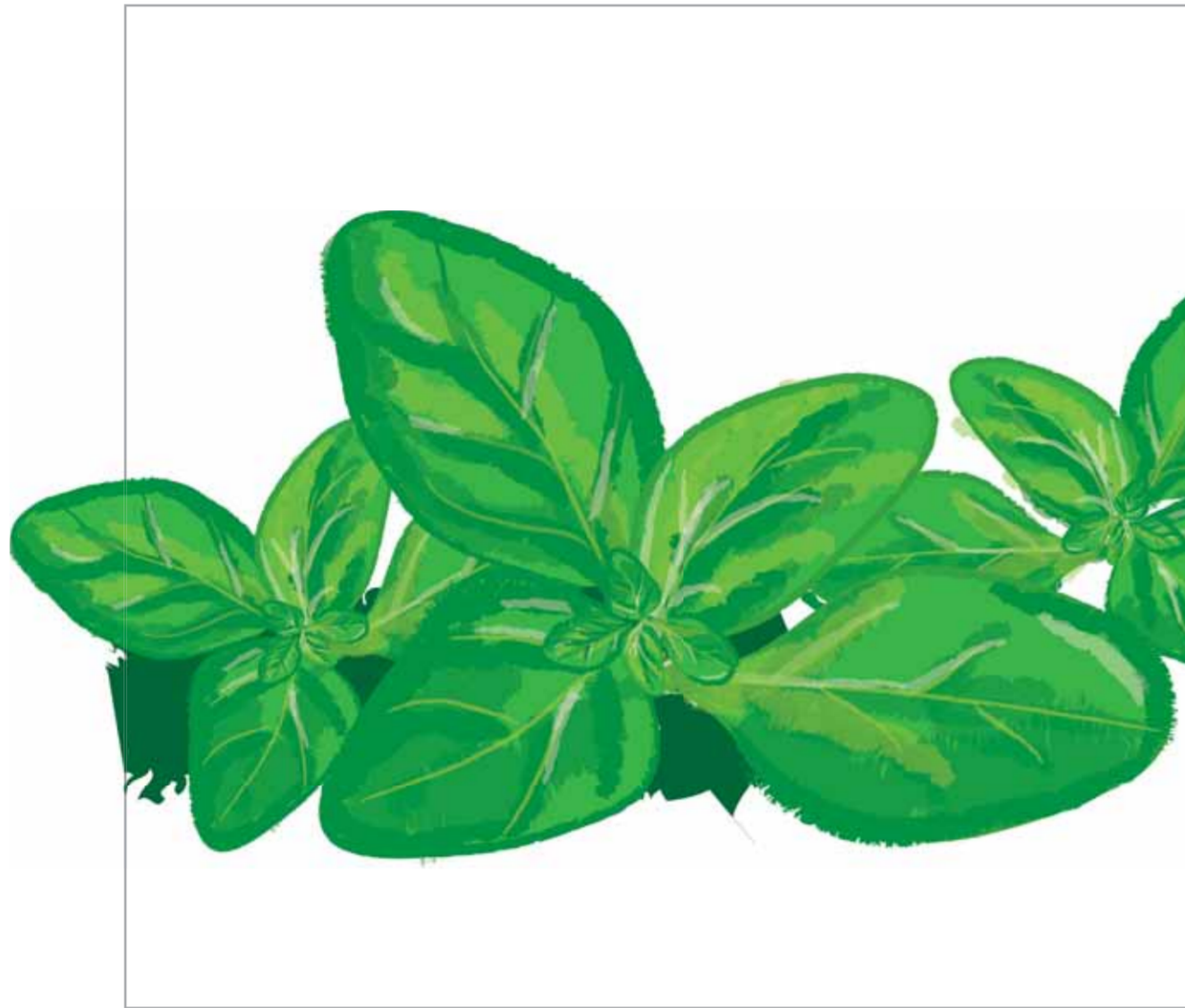


Basilico

(Ocimum basilicum)



in cucina

Ingrediente principe del pesto ligure, viene utilizzato per insaporire sughi, piatti freddi e insalate.

uso terapeutico

L'infuso di basilico viene utilizzato come rimedio nei casi di indigestione, raffreddore, influenza, mal di testa, nausea, nervosismo e depressione. Unito all'acqua del bagno, tonifica e profuma la pelle oltre che rilasciare un gradevole profumo.