



Salud: cuidados y remedios naturales

Alcohol de romero

Saber de:

Emilio Blanco Castro

San Martín
Segovia

Recogido por:
Beatriz González Yuste
(ISMUR)

Julio de 2014

FICHA DE CONOCIMIENTOS
Y SABERES



INGREDIENTES

- ✓ 100 gr. de romero seco o verde.
- ✓ Un litro de alcohol de 70°.

MATERIALES

- ✓ Tijeras.
- ✓ Bote de cristal.
- ✓ Bote hermético.
- ✓ Mortero.
- ✓ Colador o filtro.

DESCRIPCIÓN

Se trata de un arbusto muy aromático que, además de por sus propiedades medicinales, es muy valorado en cocina por sus propiedades aromáticas.

La mejor época para su recolección es primavera y verano. Lo encontramos abundantemente en campos, pinares, etc. También podemos sembrarlo en macetas para tener en casa siempre algo de romero a mano.

Tiene propiedades estimulantes, antiespasmódicas y diuréticas. Empleándolo exteriormente combate los dolores articulares y tonifica el cuerpo fatigado. Estimula la circulación, es antiinflamatorio, antirreumático y tonificante.

PREPARACIÓN

Podemos realizar esta práctica en cualquier época del año, siendo favorable la primavera y el verano si lo que queremos es recoger el romero del campo.

1. Recogido el romero, lo troceamos (no necesariamente en trozos muy pequeños) con ayuda de unas tijeras.
2. Introducimos los trozos de romero en el mortero y los damos unos golpes, sin llegar a machacarlos, sólo lo suficiente para que se quiebren un poco.
3. Introducimos los trozos en un tarro de cristal.
4. Añadimos al tarro de cristal el alcohol de 70°.
5. Cerramos el tarro y dejamos macerar durante nueve días. Es conveniente poner una etiqueta en el tarro con la fecha del cierre del mismo para no perder la cuenta de los días de maceración.
6. Transcurridos los nueve días colamos o filtramos la mezcla de forma que consigamos así solamente el alcohol de romero.

CURIOSIDADES

Refranes: “Con las virtudes del romero se puede escribir un libro entero” y “mala es la llaga que el romero no sana”.

Leyendas:

“La Virgen María, a su huida de Egipto, perdió un manto de color azul que la tapaba, y este cayó sobre las ramas de un sencillo arbusto verde. Entonces, el arbusto floreció dando pequeñas flores azules. Al arbusto hoy se le llama romero”.

“El romero crecerá durante treinta y tres años, hasta llegar a la edad en que Cristo fue sacrificado, y entonces morirá”.



FOTOGRAFÍAS



1. Recogido el romero, lo troceamos con unas tijeras.



2. Machacamos los trozos de romero.



3. Añadimos el romero a un bote de cristal.



4. Añadimos el alcohol al romero.



5. Cerramos el bote y lo dejamos macerar.



6. Transcurridos nueve días colamos/ filtramos la mezcla.