

Las aromáticas: en el campo y en la cocina

- En España este tipo de plantas se cultivan tanto en las zonas de costa como en las de interior
- El tomillo, la lavanda o el romero requieren de poca agua y potencian la creatividad en la cocina

Madrid, 6 de septiembre de 2021. Las plantas aromáticas ofrecen un amplio abanico de beneficios en el hogar, el jardín, el medio ambiente y el huerto urbano. El hecho de que estén tan presentes en el campo y en la cocina, donde aportan sus propiedades aromatizantes y también conservantes, hace que no siempre se repare en ellas: tomillo, romero, lavanda hierbabuena.... Por ello la campaña [Europa Florece](#), tiene como objetivo divulgar los beneficios de estas y otras plantas en España y Alemania.

Las plantas aromáticas más habituales que se pueden encontrar en los establecimientos de España son el **tomillo, el romero, la lavanda, la menta, la hierbabuena, la albahaca o la salvia** entre otras. En el hogar estas plantas potencian la creatividad a través de su uso en la cocina. Son el condimento de gran número de recetas, pero también el ingrediente principal de infusiones.

Asimismo, como su propio nombre indica, llenan de aromas balcones y jardines, generando bienestar y relajación. Además, la práctica de la jardinería favorece que los ciudadanos sean activos al contar con un entretenimiento como este. Diversos estudios señalan también que la sola presencia de plantas en interior y exteriores mejoran el bienestar emocional de los ciudadanos.

El cultivo de las plantas aromáticas es sencillo, pues se trata de especies muy resistentes que solo requieren de buenas dosis de luz solar y riegos comedidos. De hecho, esta capacidad para vivir en periodos de sequía favorece una jardinería sostenible. Además, las plantas aromáticas fomentan la presencia de insectos polinizadores en las ciudades y los huertos, y si se cultivan para su consumo **se reduce de la huella de carbono.** En España estas se cultivan prácticamente en todo el territorio español, tanto en las zonas costeras como en las de interior.

Impulsada por la [Federación Española de Asociaciones de Productores Exportadores de Frutas, Hortalizas, Flores y Plantas Vivas \(Fepex\)](#), la campaña Europa Florece tiene como objetivo poner de relieve la influencia positiva de las plantas en el bienestar físico y psicológico de las personas como individuos y en sus diferentes ámbitos vitales: la casa, el trabajo, los lugares de ocio. Cofinanciada por la UE, la campaña se está desarrollando en España y Alemania, importante destino de la producción de planta de los viveros españoles. Solo el año pasado España exportó a este país plantas y flores por valor de más de 43 millones de euros.

Para más información: FEPEX. Begoña Jiménez, Responsable de Comunicación. 91.319.12.01 bjimenez@fepex.es
<https://www.europaflorece.es>

Nota: El contenido de esta campaña de promoción representa únicamente las opiniones del autor y es de su exclusiva responsabilidad. La Comisión Europea y la Agencia Ejecutiva Europea de Investigación (REA) no aceptan ninguna responsabilidad por el uso que pueda hacerse de la información que contiene.