

# 2023 /JUL

# Hinojo marino

*Crithmum maritimum* L.

*Diplazium caudatum*



JARDÍN BOTÁNICO EL ALJIBE  
P. N. Los Alcornocales. Alcalá de los Gazules. Cádiz



RED ANDALUZA  
JARDINES BOTÁNICOS  
EN ESPACIOS NATURALES



## ¿Cómo es?

Hierba perenne de hasta 50 cm de altura. Por lo general, tiene cepa algo leñosa y tallos engrosados, de los que parten numerosas hojas muy divididas, abrazadoras en su base, carnosas cuando adultas, de contorno subtriangular, que conforman una planta compacta. Cada una de estas divisiones de la hoja está rematada en su extremo por un ápice agudo a modo de pequeña espina. Las inflorescencias, de tipo umbela, se componen de un pedúnculo carnoso, sobre el que se disponen una serie de tallos a modo de varillas de un paraguas y sobre estos otros más pequeños, en igual disposición, que soportan las flores. Estas, son poco vistosas, numerosas y pequeñas. Los frutos (esquizocarpos) son amarillos o rojizos y se dividen en dos piezas (mericarpos) de superficies lisas.

**Andalucía, un jardín ¡ven a conocerlo!**

El Aljibe. Carretera Benalup-Casas Viejas (A-2228), km. 1, Alcalá de los Gazules (Cádiz). Tfno.: 697 956 959. Email: jbotanico.aljibe.csmaea@juntadeandalucia.es

HOJAS	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
FLORES	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC
FRUTOS	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC

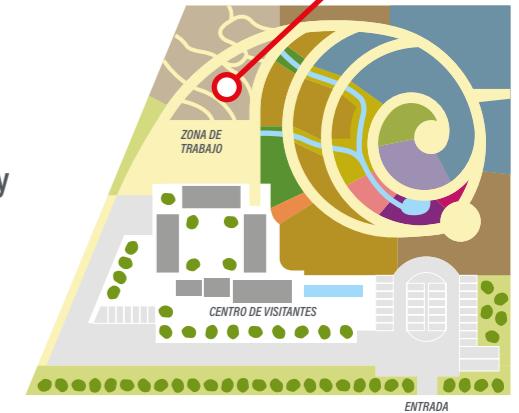
SE  
ENCUENTRA  
EN ESTA  
ZONA DEL  
JARDÍN

## ¿Dónde crece?

Habita en las costas europeas y norteafricanas del Atlántico (incluida Macaronesia), del Mediterráneo y del Mar Negro. En España se da en el litoral atlántico y mediterráneo, Islas Baleares y Canarias. En Andalucía falta en las costas onubenses.

## ¿Dónde podemos encontrarla?

Nativa de la región Mediterránea oriental, actualmente llega hasta el NW de la India y Europa occidental. En España está presente por toda la Península Ibérica y Baleares, y en Andalucía se ha citado en todas las provincias



## ¿Sabías qué?

El hinojo marino es intensamente aromático con un olor mixto entre el hinojo y la menta, de sabor algo amargo y ligeramente picante, y es usado desde la antigüedad con fines medicinales y muy apreciado en la cocina. Ya los griegos y romanos lo utilizaron crudo en ensaladas, y cocido como verdura para guisos. Es rico en vitamina C por lo que los marineros lo llevaban en sus largas travesías, puestas sus hojas en adobo con sal y vinagre, como remedio para el escorbuto. Plinio cita en esta planta acciones laxantes y contra la gota, y Dioscórides dice que es usada, cocida con vino y después bebida, para tratar la retención urinaria, la ictericia e inducir el flujo menstrual. También la medicina popular moderna y la herboristería atribuyen al hinojo marino diversas propiedades terapéuticas; como vermífugo, mejorar la actividad hepática, contra la insuficiencia urinaria, funciones digestivas, estimular la producción de bilis y de leche, o como depurativa.

**¿Quieres visitar el jardín?**

Pincha aquí 



Junta de Andalucía

Consejería de Sostenibilidad,  
Medio Ambiente y Economía Azul