

# Anís



**Nombres comunes:** Anís, anís verde, matalahúva o matalahúga, pimpinela blanca, anise

**Nombre científico:** *Pimpinella anisum*

**Clima:** Cálido, templado y frío

**Descripción de la planta:** El anís es una planta anual que alcanza una altura promedio de 30-50 cm. La planta está completamente cubierta de pelos finos. La raíz es delgada y con forma de huso, el tallo hacia arriba, redondo, tallado, acanalado y ramificado hacia arriba. En pleno verano, los tallos delgados se coronan con racimos en forma de paraguas de pequeñas flores blancas de 5 pétalos cada una. Se convierten en frutos con forma de semilla. El fruto es un esquizocarpo (fruto compuesto seco que se divide en su madurez en carpelos de una sola semilla) con forma de pera ovoide algo comprimido a un lado y con un fuerte sabor aromático. Las hojas en la base son simples, de 2 a 5 cm de largo ligeramente lobuladas mientras que en la parte superior del tallo son pinnadas y más profundamente divididas.<sup>1</sup>

El origen de anís es la región del Mediterráneo oriental. Pero hoy está cultivado en todo el mundo.



**Cultivo:** Anís debe ser plantada a pleno sol. Tolerancia

sequía, pero no el exceso de riego, no soporta los lugares encharcados o muy húmedos. Prefiere suelos sueltos, ligeramente ácidos, aireados, esponjosos, y con materia orgánica. El anís es una planta que requiere suelos profundos, por lo que, si el objetivo es sembrar en macetas es necesario sembrar a 50 cm de profundidad.

Las semillas se siembra en primavera, se plantan a una profundidad máxima de 1-2 cm. Regar frecuentemente pero con poca agua. Las semillas germinaran de 10 a 30 días. Cuando nacen se les deja enraizar bien durante unos 10 días más. Trasplantando al suelo hay que dejar una distancia entre plantas de 20 a 25 cm. Es importante realizar deshierbes periódicamente o cuando sea necesario. La poda de la planta se puede realizar cuando la planta alcance unos 20 cm de altura.

Se puede recolectar las hojas y las flores durante todo el tiempo de vida de la planta. Cuando el anís tiene alrededor de 4 meses (aproximadamente un mes antes de que las flores florezcan), las plantas podrían cortarse para secarse, o permitir que las plantas pasen por todo su ciclo de cultivo para poder cosechar las semillas.

Las semillas requieren más de 100 días sin heladas para alcanzar la cosecha y se deben recoger mientras estén verdes. Se secan en un lugar cálido, ya secas se trillan y almacenan en recipientes limpios y herméticos.



**Usos:** La semilla ayuda a disminuir los gases

estomacales, favoreciendo la digestión, mejora el apetito, alivia los cólicos, incluidos los cólicos y náuseas infantiles frecuentes en bebés lactantes.

El agua de anís estimula la producción de leche en las madres lactantes.

Es muy bueno contra la tos fuerte y seca, y cuando las flemas no pueden salir, así como problemas respiratorios asociados a la gripe.

Puede estimular el inicio de la menstruación cuando se le toma en infusión.

Elimina los hongos.

Alivia la retención de líquidos.

**Nota importante:** El anís estrellado (que es otra planta) es neurotóxico por lo que no debería administrarse a bebés y está contraindicado que lo tomen las madres lactantes. No confundan estas dos plantas.

## Referencias:

1. Handbook of Herbs and Spices (Second edition), Volume 2 Woodhead Publishing Series in Food Science, Technology and Nutrition 2012, Pages 138-150

English version: Anise

---

Revisión #7

Creado Thu, Jun 4, 2020 9:33 PM por Xu

Actualizado Wed, Oct 14, 2020 11:20 PM por **Monika**