

Яснотковые (Lamiaceae), или Губоцветные (Labiatae)

- Семейство растений, включающее около 210 родов и около 3 500 видов, среди которых такие широко используемые растения, как базилик, мята, розмарин, чабер, шалфей, майоран и чабрец. Однолетние и многолетние травы, реже полукустарники и кустарники и лишь немного древовидных форм. Цветок у большинства двугубый,.
- Плод обыкновенно четырёхраздельный; редко плод из 1 или 3 орешков.
- Стебли чаще всего четырёхгранные, у немногих округлые; листья всегда супротивные, а пары их расположены накрест, цельные или различно рассеченные. Прилистников нет. В углах листьев цветки одиночные, парные или собранные в немногочисленные двуразвилистые соцветия на коротких ножках; каждая пара таких соцветий, соприкасаясь крайними цветками, образует ложное кольцо цветков, а при тесном расположении таких колец в верхней части стебля все собрание цветов принимает вид ложного колоса. Опыляются с помощью насекомых

Базилік души́стый, или Базилік обыкнове́нный, или Базилік огово́дный, или Базилік ка́мфорный (*Ocimum basilicum*)

- Родина — Африка.
- Однолетнее растение. Цветки в 6—10-цветковых мутовках собраны прерванным колосом или кистью. Чашечка яйцевидная или колокольчатая, при плодах разрастающаяся и отворочённая вниз, пятизубчатая, верхний зубец шире остальных, перепончатый, широко яйцевидный, низбегающий на трубку чашечки и прикрывающий краями два соседних задних зубца. Венчик с трубкой, двугубый, нижняя лопасть длиннее остальных и отогнута вниз, остальные 4 образуют как бы верхнюю губу. Тычинок 4, верхние часто с придатком в виде пучка волосков.
- Плоды — гладкие орешки.
- Надземная часть растения содержит до 1-1,5% эфирного масла, до 6% дубильных веществ, гликозиды, сапонины, минеральные вещества, аскорбиновую кислоту, сахара, клетчатку, белки, витамин Р, провитамин А, камфору. Эфирное масло содержит эвгенол, метилхавикол, цинеол, линалоол, камфору, оцимен. Эвгенол является основным компонентом эфирного масла (до 70 %). Эфирное масло находится преимущественно в соцветиях. В семенах содержится 12—20 % жирного масла; в листьях — 0,003—0,009 % каротина, до 0,15 % рутина.
- Зелень базилика имеет очень приятный пряный запах душистого перца со слегка холодящим солоноватым вкусом.
- Листья базилика душистого используют в качестве самостоятельной закуски и как приправу (свежие и сушёные).



Змееголовник молдавский (*Dracoscephalum moldavica*)

- Многолетнее, нередко однолетнее растение, высотой 15—50 см.
- Корень тонкий, стержневой. Стебель прямостоячий, четырехгранный, короткоопушенный, от основания ветвистый, с длинными косо вверх направленными ветвями.
- Листья на коротких черешках, супротивные, продолговато-яйцевидные или продолговато-ланцетовидные, по краям тупозубчатые, тёмно-зелёные; верхушечные листья ланцетовидные; прицветные листья продолговато-клиновидные.
- Цветок отдалённо напоминает голову змеи (дракона)
- Цветки бледно-фиолетовые, на коротких цветоножках в шестицветковых ложных мутовках. Чашечка коротковолосистая, двугубая; венчик длиной 20—25 мм, белый или голубовато-фиолетовый, снаружи опушенный.
- Плод — трехгранный, продолговатый орешек тёмно-бурого цвета, длиной 2,8—3,1 мм, толщиной 1,5—1,8 мм. Масса 1000 семян 2 грамма.
- Цветёт в июле—августе. Плодоносит в августе—сентябре.
- Все части растения содержат эфирное масло, выход которого в зависимости от периода вегетации и места произрастания растений составляет 0,05—0,15 %. Кроме того, в масле содержатся гераниол (30 %), тимол, нерол (7 %), цитраль (25—70 %) и другие соединения. В плодах содержится 20—25 % жирного масла.
- Цветки и листья змееголовника обладают приятным запахом лимона. Они используются в кулинарии в свежем и сушеном виде в качестве приправы



Иссоп лекарственный (*Hyssopus officinalis*)

- Многолетнее растение, родина – Средиземноморье.
- Достигает высоты 50—60 см. Стебель жесткий, листья цельно-крайние, твердые, темно-зеленые, опушенные по краям, почти сидячие. Цветет синими, белыми, розоватыми цветами по 5-7 штук в пазухах листьев, образуют продолговатые колосовидные соцветия. Цветение продолжается с июля по сентябрь. Плод - орешек.
- Содержит эфирное масло от 0,3 до 1—2%, дубильные вещества до 8%, гликозиды, гесперидин, диосмин, иссопин, смолы и др. Зеленая трава иссопа, срезанная до цветения, богата аскорбиновой кислотой — около 170 мг в 100 г свежих листьев.
- Используется как ароматная пряность, вкус с оттенком терпкости.



Котовник лимонный (*Nepeta cataria* var. *Citriodora*)

- Многолетнее травянистое растение. Родина – Средиземноморье. многолетнее травянистое растение.
- Стебли прямостоячие, высотой более 100 см, сильноветвистые, хорошо облиственные в зоне ветвления.
- Листья треугольно-яйцевидные, опушенные, крупно-зубчатые, с сердцевидным основанием.
- Цветки пятичленные, двугубые, собраны в многоцветковые густые ложные мутовки, расположенные на концах стеблей и ветвей в виде кисти; венчик белый. Соцветие длиной 3,7-8 см, диаметром 1,6-2,6 см.
- Плод-мелкий орешек. Масса 1000 семян (орешков) 0,53 г.
- Надземная часть котовника лимонного обладает приятным лимонным ароматом и жгучим вкусом и представляет интерес как пряность для пищевой промышленности и кулинарии. Эфирное масло в наибольшем количестве содержится в соцветиях и листьях (0.48-0.56%) в период цветения.
- Надземная масса растения обладает жгучим вкусом и приятным лимонным ароматом с оттенками запаха герани и мяты.
- Используют в качестве пряности в кулинарии.



Лаванда узколистная (*Lavandula angustifolia*)

- Родина - побережье Средиземного моря. Вечнозеленый, сероватый от опушения полукустарник высотой 30—60 (100) см, с сильным запахом.
- Корень стержневой, деревянистый, в верхней части ветвистый.
- Нижние одревесневающие ветви сильно разветвленные, приподнимающиеся, несущие многочисленные молодые побеги; цветоносные побеги четырехгранные с длинным верхним междоузлием. Листья супротивные, сидячие, продолговато-линейные, с завернутыми краями, 2—6 см длиной, зеленые или серо-зеленые от опушения.
- Цветки собраны в ложные мутовки, образующие колосовидные соцветия. Венчик двугубый, длиной около 1 см, обычно голубовато-фиолетовый, опушенный.
- Плод состоит из четырех орешков, заключенных в остающуюся чашечку.
- Содержит эфирное (лавандовое) масло: листья — до 0,4 %, стебли — до 0,2 %, значительное количество его накапливается в соцветиях — 3,5—4,5 %. Главной составной частью масла являются сложные эфиры спирта L-линалоола и кислот (уксусной, масляной, валериановой и капроновой). Кроме того, в нём обнаружены цинеол, гераниол, борнеол и др. В цветках содержатся также дубильные вещества (до 12%), горечи и смолы, урсоловая кислота, кумарин, герниарин.
- Обладает сильным пряным запахом и пряно-терпким вкусом. Эфирное масло широко применяется в производстве парфюмерно-косметических изделий и в ликеро-водочной промышленности. Цветки и масло лаванды употребляются как пряность в кулинарии,



Лофант анисовый (*Lophanthus anisatus*)

Другие названия - большой синий иссоп, лакричная мята, анисовый иссоп и т.д.

- Родина лофанта – полупустыни и саванны Малой Азии.
- Многолетнее травянистое растение высотой 1 м. Корень мочковатый. Побеги многочисленные, четырехгранные. Листья черешковые, сердцевидно-ланцетовидные, редкозубчатые, длиной 7,5-10 см и шириной 4-4,5 см. Цветки обоеполые, синие, иногда белые. Они собраны в колосовидные соцветия длиной 2-10 см, расположенные на осевых и боковых побегах. Плод - гладкий, продолговато-овальный, темно-коричневый орешек. Масса 1000 семян 1,2 г.
- Имеет анисовый аромат и приятный сладковатый вкус. Употребляют в свежем и сушеном виде как приправу.



Майоран садовый (Majoran hortensis)

- Родина — Средиземноморье. Многолетние травы или полукустарники с густо опушенными листьями, мелкими цветками в колосовидных соцветиях. Имеет ветвистый стебель высотой 20—50 см. Все растение покрыто серебристыми волосками.
- Цветет в июле - августе мелкими белыми, желтоватыми или бледно-лиловыми цветками, собранными в метелку на концах ветвей.
- Содержит эфирное масло, содержащее майорановую камфору, терпинен, терпинеол. В его состав входят также танины, аскорбиновая кислота, каротин, рутин, минеральные соли, витамин С, смолистые и дубильные вещества, горечи.
- Листья используют в пищу в свежем, сушёном виде как пряность к различным блюдам, для придания аромата уксусу и чаю. Из листьев и цветков добывают эфирное масло. Хороший медонос, лекарственное растение.



Мелисса лекарственная (*Melissa officinalis*)

Народные названия: лимонная трава, лимонная мята, кадило, пчелиная мята, сердечная трава, утешение сердца, женская трава, пчельник, медовка, маточник, роевник.

- Родина — Средиземноморье .
- Растение мягковолосистое. Стебель разветвленный, четырехгранный, до 120 см высоты. Листья супротивные, сердцевидно-яйцевидные, крупнозубчатые, черешковые. Цветки розоватые или белые, собраны по 3—5 в конечные ложные зонтики, расположенные в пазухах верхних листьев. Плод — крупный, состоит из 4 орешков яйцевидной формы, черного цвета, блестящий. Масса 1000 семян — в среднем 0,62 г. Семена сохраняют всхожесть 2—3 года.
- Цветет со второго года в июле — августе, плоды созревают в сентябре — октябре. Размножается семенами и вегетативным путем (отводками, делением кустов, отрезками корневищ, рассадой).
- В траве также содержится аскорбиновая кислота (около 150 мг%); в листьях — дубильные вещества (до 5%), кофейная, олеаноловая и урсоловая кислоты; в семенах — жирное масло (20%), макроэлементы (мг/г) — К — 31,2, Са — 13,8, Mg — 5,4, Fe — 0,1; микроэлементы (мкг/г) — Mn — 24,8, Cu — 8,88, Zn — 46,8, Mo — 0,24, Cr — 0,24, Al — 105,68, Ва — 45,04, V — 0,16, Se — 0,15, Ni — 0,88, Sr — 22,2, Pb — 1,76, В — 59,6, I — 0,05; концентрирует Se. Эфирное масло содержит цитраль, цитронеллаль, мирцен и гераниол.
- Листья используются как приправа к салатам, блюдам из дичи, рыбы, грибов, соленьям, как отдушка для уксуса, напитков, чая.



Монарда лимонная, или цитрусовая (*Monarda citriodora*)

Народные названия - бергамот, американская мелисса, лимонная мята.

- Родина – Северная Америка.
- Многолетнее травянистое растение, высотой от 20 см до 120 см, с овальными или овально-узкими заостренными на концах листьями, противно расположенными на стебле. Листья гладкие или шершавые, в зависимости от вида, имеют небольшие зазубрины на концах. Длина листьев – 5-15 см. Цветки простые или махровые (в основном – у садовых гибридов), двуполые, трубчатые, двустороннесимметричные, двугубые с прицветниками из листьев. Верхняя губа узкая, а нижняя – более широкая и свисающая. Зацветают растения в начале июля.
- Цветет монарда обильно до поздних заморозков. Размножение: делением куста, отрезками корневищ и семенами.
- Содержит до 40 мг% витамина С, 1,8-2,4% сахаров, ценнейшее эфирное масло, минеральные вещества.
- Все части растения имеют сильный приятный, слегка пряный аромат. В пищу используются молодые побеги, как пряность.



Мята перечная (*Mentha piperita*)

- Многолетнее травянистое растение, выведенное в Англии в XVII веке путем гибридизации диких видов. В культуре различают две основные формы перечной мяты: черную, имеющую темный красно-фиолетовый оттенок стебля и листьев, и белую со светло-зелеными стеблями и листьями. Белая мята зацветает раньше черной, аромат эфирного масла у нее нежнее, но выход масла и урожайность листьев ниже.
- В листьях мяты содержится не менее 2% эфирного масла, состоящего из ментола и его эфиров, главным образом эфиров изовалериановой и уксусной кислот. Основу эфирного масла мяты перечной составляют ментол, бета-пинен, лимонен, цинеол, дипентен, пулегон, альфа-фелландрен и другие терпеноиды. Кроме того, в листьях содержатся органические кислоты, дубильные вещества, флавоноиды, каротин, бетаин, гесперидин, микроэлементы (медь, марганец, стронций и др.) и другие химические соединения.
- Обладает освежающим, приятным вкусом и ароматом.
- Листья и цветки используют как пряную приправу к сырам, салатам, супам, мясным, рыбным и овощным блюдам. Добавляют ее в печенье, пряники, булочки, компоты, кисели, морсы и квас. Зелень мяты - необходимый компонент национальных блюд. Листья мяты предупреждают закисание молока. Эфирное масло широко применяется в кондитерской, пищевой, ликероводочной и парфюмерной промышленности, а также в химико-фармацевтической для производства ментола. Отходы после переработки мяты в эфирное масло и трава являются ценным кормом для скота. Медонос, у меда янтарный цвет и приятный аромат мяты.



Розмарин лекарственный (*Rosmarinus officinalis*)



- Родина розмарина - западная часть Средиземноморья. Вечнозеленый, густооблиственный кустарник высотой до 1-1,5 м.
- Корневая система мощная, сильно развитая, проникает в почву на глубину до 3-4 м. Многолетние побеги темно-серые, с отслаивающейся корой, деревянистые, однолетние - светло-серые, опушенные.
- Листья линейные, супротивные, сидячие, кожистые, длиной 1,5-3,5 см и шириной 0,2-0,4 см, с загнутыми вниз краями. Верхняя сторона темно- или светло-зеленая, блестящая, нижняя - опушенная.
- Цветки мелкие, собраны в густые метельчатые соцветия, у одних форм темно-фиолетовые, у других - светло-фиолетовые или белые.
- Семена бурые, мелкие. Масса 1000 семян 0,5-1,1 г.
- Размножается семенами, черенками, делением куста и отводками.
- В листьях розмарина найдены алкалоиды (розмарицин), урсоловая и розмариновая кислоты, дубильные вещества и др.
- В листьях, цветках и верхних частях побегов содержится эфирное (розмариновое) масло, его выход в зависимости от места произрастания растения — 0,3—1,2 % (на сырую массу). Накопление масла в листьях имеет два максимума: в период полную цветения и в период осыпания плодов. В состав эфирного масла входят α -пинен (30 %), камфен (20 %), цинеол (10 %), борнеол, L-камфора, сесквитерпеновый углеводород — кариофиллен, борнилацетат, лимонен, смолы и горечи.
- Обладает сладковатым, слегка камфорным ароматом, напоминающим запах сосны, и пряным горьковато-острым вкусом.



Тимьян ползучий (*Thymus serpyllum*)

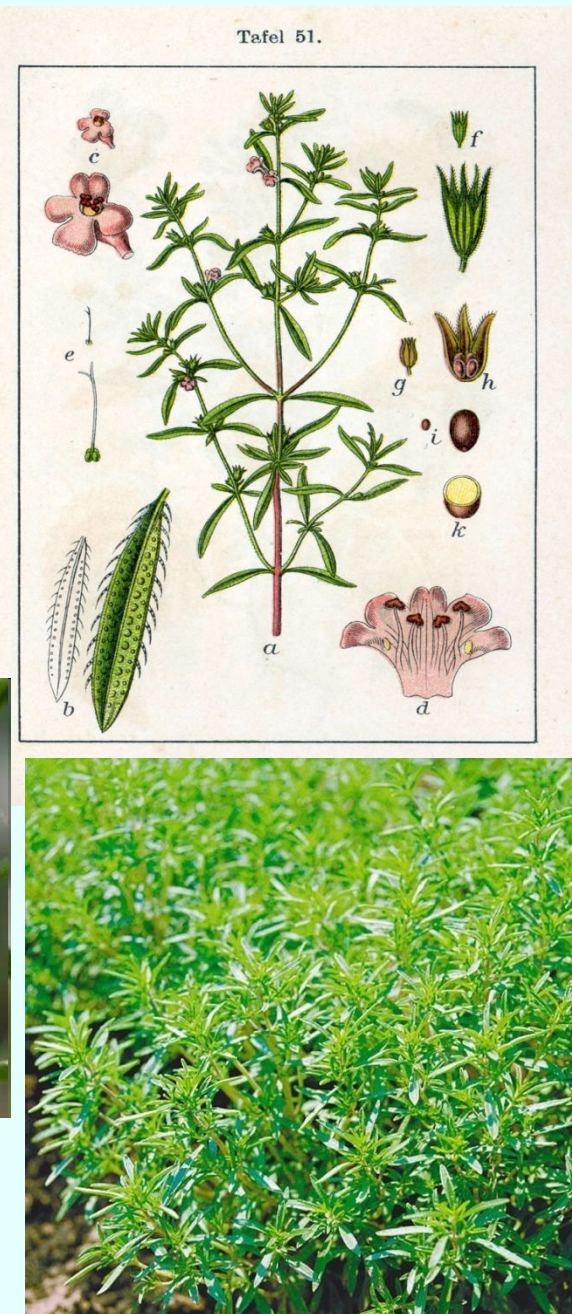
Народные названия: чебрец, чабрец, богородская трава, боровой перец, материнка, фимиамник, мухопал.

- Многолетнее растение. В нижней части растение одревесневшее, с ползучими стеблями и прямостоячими цветоносными ветвями высотой до 15 см. Листья супротивные, короткочерешковые, жесткие, продолговато-овальные, точечно-железистые, сверху темно-зеленые, снизу серовато-зеленые. Цветки мелкие, яркие, розовато-лиловые, собраны на концах ветвей в головчатые соцветия. Плоды - мелкие, овальные, гладкие, черно-бурые орешки. Масса 1000 семян 0,3-0,5 г.
- Цветет с мая и до сентября.
- Содержит 0,1-0,6 % эфирного масла, имеются дубильные вещества, флавоноиды, минеральные соли, витамин С (52-55 мг%). Основной компонент эфирного масла растения – тимол.
- Обладает сильным ароматом.
- Используют в парфюмерно-косметической, рыбной, молочной, ликероводочной промышленности. Входит в состав пряных смесей, соусов.



Чабер садовый (*Satureia hortensis*)

- Родина — восточные области Средиземноморья.
- Однолетник со стержневым корнем и прямостоячими ветвистыми побегами 15-45 см высотой. Листья линейные или линейно-ланцетные, 1,5-2,5 см длиной, серо-зеленые. Цветки по 3-5 в пазушных ложных мутовках, нижние — на коротких цветоножках, верхние — сидячие. Чашечка опушенная, около 4 мм длиной, с линейными зубцами. Венчик лиловый, розовый или белый, с пурпурными пятнышками в зеве, около 6 мм длиной. Пыльники лиловые. Орешки трехгранно-яйцевидные, светло-коричневые. Цветет в июле – августе.
- Содержит до 2% эфирного масла, главными компонентами которого являются карвакрол, цимол, борнеол, цинеол, пинен и другие терпены. Кроме того в ней содержатся дубильные вещества и смолы. Молодые стебли и листья чабера садового богаты минеральными солями, каротином, витамином С, фитонцидами и эфирными маслами.
- Аромат у чабера сильный с горьковато-пряным вкусом.
- Используется как классическая пряность.



Шалфей мускатный (*Salvia sclarea*)

- Родина растения - Средиземноморье.
- Многолетнее или двулетнее растение. Стебель высотой до 120 см, прямостоячий, ветвистый, опушенный. Листья морщинистые, опушенные, нижние и среднего яруса — на коротких черешках, яйцевидные, с зубчатым краем, заостренные на вершине и клиновидные при основании. Соцветие простое или ветвистое, метельчатое, из широко расставленных мутовок. Прицветники от бело-зеленых до темно-розовых. Венчик розоватый, сиреневый или белый. Плод шаровидный орешек. Семена мелкие (длиной до 2,5 мм), темно-коричневые. Масса 1000 семян 3,5-5 г. Цветет в июне - августе на протяжении 25-30 дней. Стебель ежегодно отмирает.
- В плодах содержится линолевая кислота. В корнях содержатся кумарины.
- В листьях и соцветиях имеются ароматические смолы, муравьиная, уксусная кислоты, сапонины, флавоноиды, эфирное масло (линалилацетат, линалоол, мирцен, оцимен, неролидол, цедрен, нерол, гераниол).
- Использование: пряно-ароматическое и лекарственное.
- В пищу используют молодые листья шалфея, заготовленные до цветения растений в свежем и высушенном виде.

