

# Cilantro

**Nombre comun:** Cilantro

**Nombre Científico:** Coriandrum sativum

## Descripción:

Hierba de olor con sabor fuerte, crece de 40 a 60 cm de altura, sus flores son pequeñas, blancas o ligeramente rosadas.



## Origen

Africa y el sur de Europa

## Clima y Suelo

Es una planta de climas templados, no exigente en suelos.

## Aporte nutricional

Vitamina C, K, B y proteínas.

Calcio, fósforo, potasio, tiamina, niacina y caroteno.

## Principales compuestos

D-linalol, pineno, dipenteno, geraniol, felandreno, borneol, limoneno y otros componentes.

## Partes comestibles:

Hojas, frutos, raíces y semillas

## Usos

- Productos farmacéuticos, aceites, condimento y sazónador
- Es muy utilizado en la cocina mexicana para adobos, purés, carnes y pescados.

## Toxicidad:

Si, en dosis elevadas.

*Derechos Reservados 2022*



**El Tlacualero**

Huerto Demostrativo

<https://www.incmnsz.mx/opencms/Huerto-Tlacualero/>