

## Epazote

**Nombre científico:** *Dysphania ambrosioides*

**Nombre común:** Epazote, paico, paico macho, ipazote, apazote, acahualillo o té de milpa.

**Origen:** América

### Descripción:

Es una planta perenne aromática, cuenta con ramas irregulares, un tallo pubescente de olor fuerte que puede llegar a medir hasta 1m de altura, sus hojas son oblongo lanceoladas dentadas, sus flores son de color verde.

### Clima y suelo:

- Es una planta de climas cálidos, requiere temperaturas que oscilen entre los 25°C.
- En cuanto a suelos, necesitan un pH de 5.2-8.3, bien drenados, ricos en materia orgánica.

### Aporte nutricional:

- Vitamina B9, vitamina A, vitamina C, calcio, magnesio, potasio, fósforo, hierro, cobre, selenio y zinc.

### Partes utilizables:

- Tallos, hojas, semilla y raíz.

### Usos:

Es famoso en la cocina mexicana, se usa para la preparación de salsas, tamales, quesadillas, escamoles, sopas, como sazón en guisos, caldos, moles, menudos, carnitas, barbacoa, para la elaboración de bebidas calientes, etc.

### Toxicidad:

- El aceite esencial del epazote es tóxico debido al ascardiol
- Dosis letal: 50 gotas correspondientes a 1,000mg



*Derechos Reservados 2022*



**El Tlacualero**  
Huerto Demostrativo

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