



***Chrysanthemum nankingense* Hand.-Mazz. – crizantema comestibilă**

În China, crizantemele sunt florile preferate, însă nu doar pentru frumusețea și eleganța lor, ci și datorită utilizărilor în domeniul medicinei tradiționale și în alimentație.

Specia *Chrysanthemum nankingense* Hand.-Mazz. - syn. *Chrysanthemum indicum* L. var. *edule* Kitam., *Dendranthema nankingense* (Hand.-Mazz.) P. S. Hsu, a devenit cunoscută datorită utilizărilor sale în alimentație, mai ales în zona orasului Nanjing din China. Specie originară din China, este încadrată taxonomic în familia Asteraceae, fiind o plantă perenă, subarbust, cu înflorire foarte târzie în condițiile de la lași (octombrie-noiembrie). De asemenea, este utilizată fie în grupuri izolate în teren, fie la realizarea de aranjamente florale. În India, această specie este frecvent folosită în cadrul ceremoniilor religioase hinduiste denumite *Pooja* (Pūjā), când sunt oferite drept ofrandă adusă diferitelor zeități, personalităților sau musafirilor speciali. Termenul *puja* este derivat prin sanscritizarea cuvântului *poo sey* care înseamnă „realizat, oferit sau însoțit de flori”, adică într-un mod festiv, estetic.

În medicina tradițională chineză, *Chrysanthemum nankingense* (denumită popular *Ju Hua Nao* sau *crizantema de Nanking*) este o specie frecvent utilizată la prepararea ceaiurilor, sau, de exemplu în orașul Nanjing (Nanking), această specie este utilizată la prepararea supelor, aperitivelor reci, iar petalele sunt folosite la prepararea lichiorurilor și vinurilor. Cu efect terapeutic, această specie este utilizată în detoxifierea organismului, în tratamentul durerilor de cap, de stomac, a febrei, reducerea tensiunii arteriale, în afecțiuni oftalmologice și digestive. La fel ca și alte medicamente tradiționale chinezești, ceaiul de crizantemă și alimentele nu au efecte secundare și sunt foarte accesibile, astfel încât persoanele de toate vârstele le folosesc pentru a trata boli comune.

Crizantema comestibilă este una dintre cele mai interesante „verdețuri” asiatice, care se cultivă atât pentru frunze cât și pentru florile frumoase și delicate. Frunzele tinere sunt delicioase în supe și salate sau pot fi servite cu sos din ulei de susan, usturoi și ridiche, înăbușite și preparate ca spanacul. Florile, și ele comestibile, se folosesc în salate, patiserie sau în diferite dulcețuri.