

# Comino

*Cuminum cyminum* L. Umbelíferas



## Siembra

El Comino se puede empezar a sembrar a finales de invierno, después de abonar el terreno. Como todas las de la familia, es lenta en germinar, pudiendo llegar a tardar hasta 30 días en brotar; Aunque después sea de rápido desarrollo. Las plántulas recién germinadas se protegen de las heladas con algo de paja sobre el semillero. Una vez desarrolladas resisten las heladas tardías.

## Necesidades

Pleno sol principalmente, resguardada siempre del viento. No se desarrolla a la sombra. Es una planta de clima calido-templado. Resiste muy bien las heladas.

## Sustrato

Aunque se adapta a cualquier suelo, prefiere que sea fértil y bien drenado, aunque tolera los suelos arcillosos. Crecerá muy bien en tierras recién abonadas. Tendrá un crecimiento mas sano en sustratos con pH neutro.

## Agua

En clima templado el riego será moderado, no encharcando el suelo y dejando que el agua profundice bien. En clima calido el riego abundante, sobre todo en verano.

## Nutrientes

Es exigente en cuanto a nutrientes, prefiriendo el compost o mantillo, siendo necesario en semillero y a principios de verano para mejorar la floración.

## Cosecha

Los frutos del comino se recogen a finales del verano, poco antes de que maduren y caigan al suelo. Es mejor que se corten por la mañana temprano. Una vez cortados las ramas con flor, se cuelgan en ramos en un lugar ventilado y caluroso, en 2 o 3 se sacuden para que caigan las semillas. Y guardamos los granos en un tarro hermético libre de humedad.

Algunas semillas las guardaremos para darles uso mientras que otras se destinan a la siembra del año siguiente.

## Usos

Se utiliza el grano entero (semillas) o molido. Siendo recomendable su molienda justo antes de su utilización. Es un componente clásico e imprescindible en mezclas tradicionales de especias como el Curry en polvo. Está ampliamente difundido como especia en la cocina española más tradicional, como por ejemplo en la morcilla de Burgos. En las Islas Canarias forma parte de su aderezo más característico, el mojo canario. También puede ser utilizado como ingrediente en la elaboración del gazpacho, Hummus, Crema de calabaza y Falafel. En la cocina tiene efectos parecidos a los del hinojo, anís o alcaravea ya que es aperitivo, digestivo, antihelmíntico (Antiparasitaria), y ligeramente sedante

La infusión de las semillas de esta planta es un excelente tónico estomacal, carminativo, sedante y se recomienda para incrementar la leche en las madres lactantes.

Su aceite esencial provoca relajación muscular, pero evitar la exposición al sol si se aplica tópicamente. En dosis elevadas tiene un efecto neurotóxico.

La frase popular "Me importa un comino" ofrece la idea de algo poco importante. ¡Gran error!