

















Flores comestibles

	<p>Albahaca (<i>Ocimum basilicum</i>) Color blanco o morado. Sabor como las hojas de la planta, pero más suave. Para ensaladas.</p>
	<p>Alegría de la casa (<i>Impatiens walleriana</i>) Color variado según especie. Para guarnición de platos.</p>
	<p>Amapolas (<i>Papaver rhoeas</i>) Color rojo. Las semillas se emplean para aromatizar pasteles, pan y ensaladas de frutas. Las hojas cocidas o en ensaladas, antes de que se formen los capullos de las flores, ya que entonces adquiere cierta toxicidad. Con los pétalos se aromatiza el vino. También se obtiene aceite para aliños o cocinar.</p>
	<p>Azahar (<i>Citrus aurantium</i> o <i>Citrus sinensis</i>) Color blanco. El agua de azahar se usa mucho para aromatizar dulces y postres, como el roscón de Reyes, bizcochos, magdalenas, té verde, también se usa mezclada con miel.</p>
	<p>Boca de dragón (<i>Antirrhinum majus</i>) Color variado. Sabor según especie, de suave a muy fuerte. Para ensaladas.</p>
	<p>Begonia (<i>Begonia x tuberhybrida</i>, <i>B. semperflorens</i>) Color rojo, amarillo, naranja y rosado. Sabor según especie. El de la especie <i>B. semperflorens</i> (flor de azúcar), se puede consumir con macedonia de frutas o confitadas. Para guarnición de platos.</p>
	<p>Borraja (<i>Borago officinalis</i>) Color azulado. Sabor similar al pepino. Se usa para bebidas.</p>
	<p>Calabacín o calabaza (<i>Cucurbita maxima</i> o <i>Cucurbita pepo</i>) Color amarillo. Rebozadas y fritas, tienen un sabor dulzón y una textura muy suave. También pueden rellenarse de marisco, carne o verdura. Para el relleno de croquetas, tortitas o burritos. Para hacer quesadillas o sopas, platos típicos de la gastronomía mexicana.</p>

Flores comestibles

	<p>Caléndula (<i>Calendula officinalis</i>) Color amarillo o naranja. Sabor parecido al azafrán, un poco amargo, a veces como pimienta picante. Se conocía como azafrán de los pobres, porque los pétalos secos y machacados, se echaba en el arroz como colorante y condimento. Los pétalos frescos se usan para ensaladas. También se puede usar para aromatizar caldos y bebidas o para postres como flanes. Las más grandes se usan para decoración.</p>
	<p>Camomila (<i>Chamaemelum nobile</i>) Color blanco y amarilla. Sabor dulce, parecido a manzana, aromático o ligeramente amargo. Para ensaladas y dulces, sobre todo en infusión.</p>
	<p>Campanilla (<i>Platycodon grandiflorus</i>) Color azul. Sabor dulce. Para ensaladas o combinada con mantequilla.</p>
	<p>Capuchina (<i>Tropaeolum majus</i>) Color rojo, naranja, amarillo. Sabor levemente picante como el berro. Para ensaladas se usan los pétalos que son más suaves que las hojas. Va muy bien con legumbres, patatas, arroz, o sopa, también con la mantequilla. Las flores son muy decorativas.</p>
	<p>Centaurea (<i>Centaurea nigra</i>, <i>C. cyanus</i>) Color variado según especie. Sabor ligeramente dulce como el clavo. Se usa para ensaladas o para decoración.</p>
	<p>Clavel /Clavellina (<i>Dianthus caryophyllus</i>, <i>D. barbatus</i>, <i>D. plumarius</i>) Color variado según especie. Sabor a especias, pimienta y clavo de olor. Van bien en ensaladas de frutas, mantequillas o como guarnición.</p>
	<p>Crisantemo (<i>Chrysanthemum</i> spp, <i>C. coronarium</i>, <i>C. x morifolium</i>) Color amarillo, blanco, rojo y naranja. Sabor amargo, de suave a fuerte como la coliflor. Para ensaladas, sopas, salsas y vinagretas. Sólo se usan los pétalos.</p>
	<p>Diente de León (<i>Taraxacum officinale</i>) Color amarillo. Sabor dulce, similar a la miel. Para ensaladas y arroz.</p>

Flores comestibles

	<p>Eneldo (<i>Anethum graveolens</i>) Color amarillo. Sabor como el eneldo, algo más fuerte. Para sopas, pescados, mariscos y salsas.</p>
	<p>Geranio (<i>Pelargonium</i> spp) Color Rojo, rosado, durazno, blanco. Sabor según variedad, desde cítricos, afrutados o florales. Para postres, pasteles y bebidas, ensaladas, aguas de flores, o como guarnición.</p>
	<p>Girasol (<i>Helianthus annuus</i>) Color amarillo. Sabor algo amargo. Para ensaladas y sopas. Para quitar el amargo pasar antes por vapor. Los capullos sin abrir se pueden hacer al vapor como las alcachofas.</p>
	<p>Gladiolo (<i>Gladiolus</i>) Sabor dulce, similar a la lechuga. Para ensaladas y guarnición de platos.</p>
	<p>Hibiscus, Cayena (<i>Hibiscus rosa-sinensis</i>) Color variado. Sabor algo dulce. Para ensaladas. Para guarnición de aves y pescados.</p>
	<p>Hinojo (<i>Foeniculum vulgare</i>) Color amarillo - verdoso. Sabor dulce a anís. En postres o sopas frías.</p>
	<p>Hisopo de anís (<i>Agastache foeniculum</i>) Color lila. Sabor Anís delicado. Para elaboraciones chinas.</p>
	<p>Jazmín (<i>Jasminum officinale</i>) Color blanco. Sabor dulce e intenso aroma. Para infusiones. Para hacer cubitos de hielo muy especiales. Para guarnición de aves y pescados.</p>

Flores comestibles

	<p>Lavanda (<i>Lavandula angustifolia</i>) Color celeste pálido. Sabor algo picante. Se usa para aromatizar cremas y ensaladas, como guarnición con el conejo, el arroz y el pollo. Con las hojas y flores se preparan infusiones. Se puede emplear para elaborar dulces y helados.</p>
	<p>Lila (<i>Syringa vulgaris</i>) Color lila. Sabor ácido floral. Para ensaladas de frutas y condimento de aves.</p>
	<p>Lirio de día o Azucena (<i>Hemerocallis fulva</i>) Color variado. Sabor dulce, parecido a lechuga y melón. En Asia se venden frescas o secas, y se conocen como agujas doradas. Se usan rellenas, en postres, ensaladas, sopas, compotas y con el cerdo.</p>
	<p>Madreselva (<i>Lonicera japonica</i>) Color blanco y amarillo. Sabor dulce, parecido a la miel. Para sorbetes, refrescos y pasteles.</p>
	<p>Malva (<i>Althea rosea</i>) Color rosado, rojo, blanco, lila. Sabor suave. En ensaladas, tanto la flor como los brotes.</p>
	<p>Manzano (<i>Malus spp.</i>) Color rosado a blanco. Sabor suave floral. Para platos de frutas. Se usan las flores escarchadas con azúcar y clara de huevo, al igual que las del cerezo. En grandes cantidades es venenosa.</p>
	<p>Margarita (<i>Bellis perennis</i>) Color blanco. Sabor suave. Para ensaladas, aunque se usa más para decoración que por su sabor.</p>
	<p>Menta (<i>Mentha x piperita</i>) Color rosado a púrpura. Van bien con los platos de pescado, también para bebidas frías o ensaladas.</p>

Flores comestibles

	<p>Milenrama (<i>Achillea millefolium</i>) Color blanco. Sabor algo amargo. Para hacer té de hierbas o zumos.</p>
	<p>Monarda (<i>Monarda didyma</i>) Color rojo. Sabor dulce. Se usa para cualquier plato que requiera orégano o con frutas. Para ensaladas, té o añadir en zumos.</p>
	<p>Pensamiento (<i>Viola x wittrockiana</i>) Color morado, blanco, amarillo. Sabor suave dulce a agridulce. Para ensaladas y acompañar tablas de quesos.</p>
	<p>Perifollo (<i>Anthriscus cerefolium</i>) Color blanco. Sabor anisado. Una vez cocinado pierde el sabor.</p>
	<p>Romero (<i>Rosmarinus officinalis</i>) Color lavanda. Sabor parecido a las hojas, pero algo más suave. Para carnes, pescados, sopas, potajes, pizzas, sorbetes y postres.</p>
	<p>Rosa (<i>Rosa spp</i>) Color variado. Sabor que va del dulce a algo picante. Se usa para pasteles, dulces, helados, mermeladas, almíbares, vinagres, infusiones, macedonias de frutas, cremas, tortillas, salsas, estofado de carne. Los pétalos escarchados con azúcar resulta un manjar exquisito. En países árabes se emplean para perfumar platos como el cuscús y ciertos guisos de cordero.</p>
	<p>Rúcula (<i>Eruca vesicaria</i>) Color blanco amarillento con venas moradas. Sabor picante ligero, parecido a las hojas de rábano. Para ensaladas.</p>
	<p>Tomillo (<i>Thymus spp</i>) Color blanca, rosada. Sabor como las hojas de la planta, pero más suave. Van bien con los platos de pescado y para ensaladas.</p>

Flores comestibles



Tulipán (Tulipa spp)

Color variado.

Sabor variable según especie.

Los pétalos crudos en ensaladas, los capullos en copas de sorbete y verduras.



Violeta (Viola odorata)

Color violeta. Sabor algo dulce, perfumado y floral.

Tanto fresca como seca. Combinan con las endibias y para el relleno de tortillas.

Sirven para hacer caramelos, repostería, pastelería, mermeladas, compotas, infusiones, sopas, ensaladas, mantequillas, incluso bebidas.

Los pétalos se pueden escarchar con azúcar y clara de huevo.

En helados y sorbetes se usan por la intensidad de su perfume.