

Endrino (*Prunus spinosa*)

Arbusto perenne y prefiere sol para florecer y dar frutos. No le gusta el frío tardío y hay que sujetarlo contra el viento.



Hoja



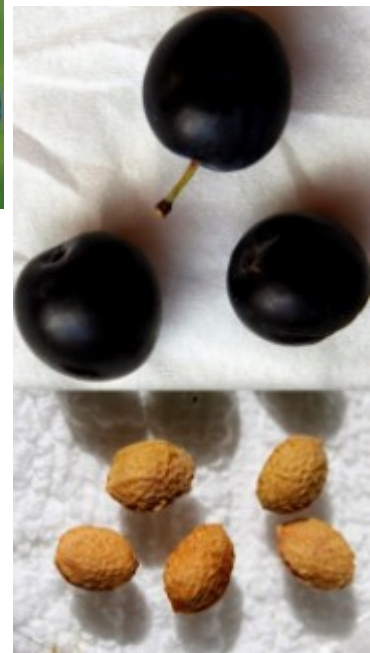
Flor



Fruto



Semilla



Reproducción por semilla en primavera o por retoños que salen de sus raíces. También se puede injertar.

Propiedades

Astringente, laxante , diurético, depurativo, tónico, sudorífico, febrífugo, aperitivo, hidrópico.

Las endrinas: resultan muy beneficiosas para tratar la obesidad y la diabetes ya que reduce los niveles de glucosa en sangre. Contienen potasio, hierro y calcio esenciales para fortalecer nuestro organismo y combatir algunas enfermedades como la anemia.

El calcio hará que nuestros huesos crezcan y se desarrollen mucho más fuertes mientras que el potasio nos ayudará a concentrarnos y disfrutar de un sistema nervioso más saludable.

Sus pigmento tienen efectos antioxidantes para nuestro organismo y los flavonoides actúan como un potente antiinflamatorio natural. También tienen efectos antitumorales y por tanto reducen la posibilidad de aparición de células cancerosas.

Tienen efectos laxantes . Las endrinas también contienen un alto contenido en vitamina C y por eso sirven para tratar gripes y resfriados.

Poseen propiedades astringentes. Esto significa que las endrinas también se pueden aplicar directamente sobre la piel con el objetivo de reparar las imperfecciones y disfrutar de una tez mucho más tersa y suave.

Formas de usos

La más conocida es el Pacharán:

El más simple y puro, es decir una maceración en crema de anís de endrinas, sin más. Se puede poner una parte de orujo por cada 4-5 de anís.

Una garrafa de 3 litros de anís especial para pacharán, mejor el de 26 º o más y 600 gr de endrinas en su punto de madurez, lavadas y limpias de restos.

Colocamos 200 g por cada litro de anís en frascas y se deja en lugar fresco y oscuro durante 6 meses y no más de 12. Colarlo y a probar.

Otras formas de usos

Se utiliza: Corteza, hojas, flores, (en capullo) y frutos (en otoño).

Basta con preparar una infusión con dos cucharaditas de flores secas en una taza de agua tomando dos veces al día.

También se puede hacer tintura de las endrinas y utilizarlo como laxante, incluso se pueden hacer mermeladas.

Las hojas del endrino, en infusión o decocción, son depurativas.

Jarabe. Para combatir la diarrea. 500 gm de hojas y frutos de endrino que se mezclan con 500 gm de azúcar y un vaso de agua en un recipiente. Se deja hervir la mezcla durante 15 minutos y se cuele el jarabe, que es intensamente rojo. Cuando el líquido está templado se echa en una botella y se toma a cucharadas, a discreción.

Para uso interno se preparan decocciones y tinturas de la corteza del endrino ; infusiones de flores; mermeladas, almíbares y licores del fruto.

Para uso externo : Decocciones de la corteza para lavajes, baños parciales, gargarismos astringentes del cutis y de la mucosa ; infusiones de las hojas para gargarismos astringentes.

Aplastada y aplicada sobre la cara (excluyendo la zona de los ojos) constituye una excelente máscara de belleza .

El líquido obtenido en una decocción puede usarse como tónico, aplicado en forma de compresa o de cataplasma sobre la piel mediante una gasa y un algodón bien embebido.