



HOJA INFORMATIVA DE LA PLANTA

Pimpinella anisum

Pimpinella anisum

Taxonomía

Reino:	Plantae
División:	Magnoliophyta

Clase:	Magnoliopsida
Familia:	Apiaceae
Subfamilia:	Apioideae
Género:	<i>Pimpinella</i>
Especie:	<i>Pimpinella anisum</i> L., 1753

Anís, semilla



Valor nutricional por cada 100 g

Energía 81 kcal 337 kJ

Carbohidratos	50.01 g
• Fibra alimentaria	14.6 g
Grasas	15.90 g
Proteínas	17.60 g
Agua	9.54 g
Retinol (vit. A)	16 µg (2%)
Tiamina (vit. B ₁)	0.340 mg (26%)
Riboflavina (vit. B ₂)	0.290 mg (19%)

Vitamina B ₆	0.650 mg (50%)
Vitamina C	21.0 mg (35%)
Calcio	646 mg (65%)
Hierro	36.96 mg (296%)
Magnesio	170 mg (46%)
Fósforo	440 mg (63%)
Potasio	1441 mg (31%)
Sodio	16 mg (1%)
Zinc	5.30 mg (53%)

% de la cantidad diaria recomendada para adultos.

Fuente: Anís, semilla en la base de datos de nutrientes de USDA.

Pimpinella anisum L., popularmente el **anís**, **anís verde**, **matalahúva** o **matalahúga**, es una **hierba** de la familia de las **apiáceas** originaria del **Asia** sudoccidental y la **cuenca mediterránea** oriental.

Descripción

Planta **herbácea anual** que forma matas de hasta 1 m de altura. Las **hojas** en la base son simples, de 2 a 5 cm de largo ligeramente lobuladas mientras que en la parte superior del **tallo** son **pinnadas** y más profundamente divididas. Las **flores**, de 3 mm, son blancas, pentapétalas y surgen en densas **umbelas**. El **fruto** es un **esquizocarpio** oblongo de 3 a 5 mm de largo con un fuerte sabor aromático.

Ecología

El anís es una planta que sirve de alimento a las larvas de algunas especies de **lepidópteros** (mariposas y polillas), entre las que se encuentran la caracola de la cal (*Eupithecia centaureata*) y la caracola del ajeno (*Eupithecia absinthiata*).²

Cultivo

El anís se cultivó por primera vez en Egipto y Oriente Medio, y se llevó a Europa por su valor medicinal.³ Se cultiva en Egipto desde hace aproximadamente 4.000 años.

Las plantas de anís crecen mejor en suelos ligeros, fértiles y bien drenados. Las semillas deben plantarse en cuanto el suelo se calienta en primavera. Como las plantas tienen una raíz pivotante, no se trasplantan bien una vez establecidas, por lo que deben iniciarse en su ubicación definitiva o trasplantarse cuando las plántulas son aún pequeñas.⁵

Producción

La cocina occidental lleva mucho tiempo utilizando el anís para aromatizar platos, bebidas y dulces. La palabra se utiliza tanto para la especie de la hierba como para su sabor parecido al del regaliz. El componente aromático más potente del aceite esencial del anís, el anetol, se encuentra tanto en el anís como en una especia no relacionada y originaria del norte de China⁶ llamada anís estrellado (*Illicium verum*), muy utilizada en los platos del sur, sureste y este de Asia. El anís estrellado es considerablemente menos costoso de producir y ha ido desplazando al *P. anisum* en los mercados occidentales. Aunque antiguamente se producía en mayores cantidades, en 1999 la producción mundial de aceite esencial de anís era de sólo 8 toneladas, en comparación con las 400 toneladas de anís estrellado.⁷

Historia

El uso medicinal del anís es antiguo, como lo demuestra su presencia en la *Capitulare de villis vel curtis imperii*, una orden emitida por Carlomagno que reclama a sus campos para que cultiven una serie de hierbas y condimentos incluyendo "anesum", identificada actualmente como *Pimpinella anisum*.

Usos del anís

Alimentación

Sus semillas se utilizan como condimento en panadería, dulcería y repostería, en la elaboración de licores (anís, anisette) así como en algunos currys y platos de marisco. Todas las partes vegetales de la planta joven son comestibles. Los tallos tienen una textura parecida al apio y son mucho más suaves de sabor que las semillas. Se elaboran aguardientes como el aceite de anís.



Vista de la planta

Principios activos

La destilación de las semillas libera un aceite volátil que se utiliza en el tratamiento de cólicos [flatulentos](#). Como infusión sirve para trastornos digestivos.

El elemento principal del aceite (más del 90 %) es el [anetol](#) ($C_{10}H_{12}O$ o $C_6H_4[1.4](OCH_3)(CH:CH.CH_3)$). También contiene chavicol metileno, aldehído anísico, ácido anísico y un terpeno.

El anís estrellado obtenido de los [pericarpos](#) en forma de estrella de la planta [Illicium verum](#), nativa de [China](#), también contiene anetol, pero no está emparentado botánicamente con el anís, aunque debido a su sabor y aroma similar se utiliza frecuentemente como un sustituto más barato en panadería y elaboración de licores.

Uso medicinal

Se utiliza la semilla. Es carminativo, favoreciendo la digestión, mejora el apetito, alivia los cólicos, incluidos los infantiles frecuentes en bebés lactantes, náuseas y flatulencias.

El anís estrella ([illicium verum](#)) también es carminativo, digestivo y se puede utilizar de igual forma que el anís en semillas. El anís estrellado japonés ([Illicium anisatum](#)) es neurotóxico por lo que no debería administrarse a bebés y está contraindicado que lo tomen las madres lactantes.

Es muy valioso contra la tos fuerte y seca, con expectoración difícil, así como problemas respiratorios asociados a la gripe. Para ello,⁹ recomiendan el consumo de limonada caliente, preparada con una infusión de anís y tipo ([Bystropogon mollis](#)).