



Loto azul

Nombre común: Loto azul

Nombre científico: *Nymphaea caerulea*

Taxonomía

Orden: Nymphaeales

Familia: Nymphaeaceae

Género: *Nymphaea*

Especie: *Nymphaea caerulea*

Historia: El loto azul se consideró muy importante en la mitología egipcia, ya que se abría con la luz y se cerraba con la oscuridad. Este proceso lo ligaba al sol, como un renacimiento diario.

Uso tradicional: Los antiguos egipcios maceraban las flores de loto dentro de recipientes con vino. Las flores también pueden fumarse.

Cantidades: de 5 a 10 gr