

# Marjoram (Majoran)

*Origanum majorana* 15 ml

dōTERRA™ | EUROPE

PRODUKTINFORMATIONSEITE



## HAUPTNUTZEN

- Seit langem verehrt und von den Griechen und Römern als Symbol des Glücks betrachtet.
- Auch bekannt als 'Badkraut' oder 'Wintersüßigkeit' hat Majoran viele unglaubliche Anwendungen und Vorteile.
- Warmer und krautiger Geschmack, der in unzähligen herzhaften Kochrezepten und in verschiedenen Kulturen geschätzt wird.
- Neben seinem kulinarischen Nutzen unterstützt Majoran auch das allgemeine Wohlbefinden.
- Majoran begeistert wegen seines lang anhaltenden, positiv-stimmenden und beruhigenden Aromas.

## PRODUKTBESCHREIBUNG

Bei den Griechen und Römern galt Majoran als Glückssymbol. Ätherisches Majoranöl ist allgemein als Würzmittel beim Kochen beliebt und deshalb eine unersetzliche Küchenzutat. Das krautige Aroma von Majoranöl kann in Suppen, Eintöpfen, Dressings und Saucen verwendet werden. In Deutschland ist Majoran als „Gänsekraut“ bekannt, da es traditionell beim Braten von Gänsen verwendet wird.

## ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN

- Verwenden Sie in Ihrem nächsten Rezept, das getrockneten Majoran vorsieht, stattdessen das ätherische Öl.
- Vernebeln Sie Majoran in Ihrem Diffuser, um Entspannung und Ruhe zu fördern.
- Reiben Sie das ätherische Öl vor einem Nickerchen auf die Füße eines unruhigen Kindes, um eine beruhigende Atmosphäre zu schaffen.
- Fügen Sie herzhaften Gerichten 1 Tropfen ätherisches Majoranöl hinzu – wie wäre es mit Suppen, Saucen, Salate oder Fleischgerichten?

## ANWENDUNG

**Aromatisch:** Verwenden Sie 3 – 4 Tropfen im Diffuser Ihrer Wahl.

**Innerlich:** Einen Tropfen mit 125 ml Flüssigkeit verdünnen.

**Topisch:** 1 – 2 Tropfen auf die gewünschte Stelle auftragen. Verdünnt mit dem fraktionierten Kokosöl von dōTERRA verwenden, um die Empfindlichkeit der Haut zu minimieren.

## HINWEISE ZUR SICHEREN ANWENDUNG

Nur verdünnt verwenden. Nicht mehr als einen Tropfen pro Tag verwenden. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Wenn Sie schwanger sind oder unter ärztlicher Aufsicht stehen, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt. Kontakt mit Augen, Innenohren, Gesicht, empfindlichen Stellen und Schleimhäuten vermeiden.

