

# Korianteri (siemen)

*Coriandrum sativum* 15 ml

dōTERRA™ | EUROPE

TUOTETIETOSIVU



CPTG™

## ENSISIJAISET HYÖDYT

- Pidetään yhtenä kaikkein maukkaimpana eteerisenä öljynä, jolla on lukemattomia käyttökohteita ja vaikutuksia.
- Monipuolinen makuaine, jota käytetään laajalti eri puolilla maailmaa suolaisissa ruoissa. Yleisimmin sitä käytetään kasvimuodossa.
- Raikas ja aromaattinen yrtti, joka sopii hyvin keittoihin, salaatteihin ja muihin suolaisiin ruokiin.
- Ulkoisesti käytettynä voi rauhoittaa.
- Lukemattomien eri käyttötarkoituksiensa ohella korianterinsiemenillä voi olla rentouttavia vaikutuksia.

## TUOTEKUVAUS

Korianteri on vuosisatojen ajan käytetty raikas, aromaattinen yrtti. Korianterinsiemenistä valmistettua eteeristä öljyä käytetään paljon ruoanlaitossa. Pienikin määrä riittää antamaan ruokaan yllin kyllin makua!

## KÄYTTÖ

- Nauti yksi tippa korianterinsiemenöljyä sisäisesti raskaan aterian jälkeen.
- Lisää tippa curryjen joukkoon lisämakua antamaan.

## KORIANTERINSIEMEN RUOANLAITOSSA

Eteeriset öljyt ovat todella voimakkaita kuivattuihin yrteihin ja mausteisiin tai muihin makuaineisiin verrattuna, joten jo pieninkin määrä voi tuoda paljon makua ruokaasi. Ruoanlaitossa korianterinsiementä käytettäessä suosittelemme hammastikkumenetelmää: kasta puhdas hammastikku öljypulloon ja sekoita eteerinen öljy hammastikulla ruokaan. Sekoitettuasi ruokaa hammastikulla tarkista maistamalla, haluatko laittaa öljyä lisää vai et.

## KÄYTTÖOHJEET

Ruoan maustamiseen.

## VAROITUKSET

Käytä vain laimennettua. Nauti enintään yksi tippa päivässä. Pidä lasten ulottumattomissa. Älä päästä silmiin tai limakalvoille.

