

# Oregano (Oregano)

*Origanum vulgare* 15 ml

dōTERRA™ | EUROPE

PRODUKTA INFORMĀCIJAS LAPA



CPTG™

## GALVENIE IEGUVUMI

- Daudzveidīga garšviela, parasti sausā veidā, ko visā pasaulē plaši izmanto pikantiem ēdieniem.
- Kad lietots ēdienu gatavošanai, neticami pikantais aromāts un garša lietotājam dod iespēju ar mazumiņu panākt daudz katra ēdiena garšas uzlabošanai.
- Asā augu garša ir ideāla zupas, salātu un jebkura pikanta ēdiena garšas uzlabošanai.

## PRODUKTA APRAKSTS

Simtiem gadu oregano eļļa ir bijusi pazīstama kā viena no spēcīgākajām eļļām ar vislabvēlīgāko ietekmi uz veselību. Oregano ir atrodams pavārgrāmatu receptēs un virtuves plauktos visā pasaulē, jo tā daudzveidīgā garša papildina daudzus ēdienus. Ēterisko eļļu iegūst no auga smaržīgajām lapām. Oregano eļļas galvenais ķīmiskais komponents ir karvakrols — fenols, kas to padara par vienu daudzšķautņainākajām un spēcīgākajām ēteriskajām eļļām pasaulē. Ja lietosit ādai, Oregano atšķaidiet ar bāzes eļļu.

## IZMANTOŠANA

- Itāļu ēdienos aizstājiet vienu ēdamkaroti sausa oregano ar vienu pilieni eļļas Oregano.
- Žāvēta oregano vietā iepiliniet vienu pilieni eļļas Oregano spageti mērcē, picas mērcē vai uz cepeša.

## LIETOŠANAS NORĀDĪJUMI

Ēdiena garšviela.

## PIESARDZĪBAS PASĀKUMI

Lietojiet tikai atšķaidītu. Nelietojiet vairāk nekā vienu lāsi dienā. Sargāt no bērniem. Grūtniecēm un personām ar veselības problēmām jākonsultējas ar ārstu. Nepieļaujiet saskari ar acīm, ausu iekšpusi, seju, jutīgām zonām un gļotādu. Ja nonāk saskarē ar ādu, bagātīgi atšķaidiet ar bāzes eļļu.

