

# Thyme (Timiāns)

*Thymus vulgaris* 15 ml

dōTERRA™ | EUROPE

PRODUKTA INFORMĀCIJAS LAPA



CPTG™

## GALVENIE IEGUVUMI

- Tai ir svaiga augu garša.
- Timiāna ēteriskā eļļa uzlabo jūsu iecienīto ēdienu garšu un var lietot žāvēta timiāna aizstāšanai.
- Lietojot arīgi tai ir attīroša iedarbība uz ādu.
- Lieliski piemērota marinādēm, sāļām uzkodām, maizei un daudz kam citam!

## PRODUKTA APRAKSTS

Viduslaikos timiānu deva karaļiem un karavīriem pirms došanās kaujā, jo uzskatīja, ka tas rada drosmi. Senie grieķi lietoja timiānu pirtīs un dedzināja to kā vīraku tempļos, savukārt ēģiptieši to lietoja tradicionālajās ceremonijās. Mūsdienās timiāns ir populāra garšviela un šim nolūkam to lieto daudzās māsaimniecībās visā pasaulē. Pamēģiniet pievienot timiāna ēterisko eļļu gaļas ēdieniem un sāļām uzkodām, lai piešķirtu svaigu augu garšu!

## IZMANTOŠANA

- Pievienojiet 1-2 lāses gaļas ēdieniem un sāļām uzkodām, lai piešķirtu svaigu augu garšu.
- Vienmēr glabājiet timiāna eļļas pudelīti savā virtuves skapī.
- Lietojiet kā žāvēta vai svaiga timiāna aizstājēju.
- Atšķaidiet ar frakcionētu kokosriekstu eļļu, pēc tam uzklājiet uz mērķzonām, lai attīrītu ādu un iegūtu veselīga izskata ādu.

## LIETOŠANAS NORĀDĪJUMI

**Aromātam:** Lietojiet trīs vai četras lāses pēc saviem ieskatiem izvēlētā difūzijas ierīcē.

**Lekšķīgi:** Izšķīdiniet vienu lāsi 125 ml šķīduma vai lietojiet Veggie Caps.

**Ārīgi:** Lietojiet vienu vai divas lāses, kur nepieciešams. Atšķaidiet ar dōTERRA frakcionētu kokosriekstu eļļu, lai izslēgtu ādas kairinājumu.

## PIESARDZĪBAS PASĀKUMI

Var radīt ādas jutīgumu. Sargāt no bērniem. Ja esat stāvoklī, barojat bērnu ar krūti vai ārstējaties ārsta uzraudzībā, konsultējieties ar savu ārstu. Nepieļaujiet saskari ar acīm, ausu iekšpusi un jutīgām zonām.

