

# Kolendra

*Coriandrum sativum* 15 ml

dōTERRA™ | EUROPE

KARTA PRODUKTU



CPTG™

## PODSTAWOWE KORZYŚCI:

- Uznawany za jeden z olejków eterycznych o najpełniejszej kompozycji smakowej ma niezliczone zastosowania i korzyści.
- Uniwersalny składnik aromatyzujący, powszechnie stosowany na całym świecie w słonych i pikantnych potrawach, najczęściej w formie ziół.
- Świeże, aromatyczne zioło idealnie komponuje się ze składnikami zup, sałatek i przyprawami wytrawnych dań.
- Stosowana miejscowo, może mieć właściwości kojące.
- Kolendra ma liczne właściwości, w tym działanie odprężające.

## OPIS PRODUKTU

Kolendra jest stosowanym od wieków świeżym, aromatycznym ziołem. Popularna przyprawa kuchenna – wystarczy odrobina olejku eterycznego z kolendry, aby odmienić każde danie!

## UŻYCIE

- Przyjmuj doustnie jedną kroplę olejku z kolendry po obfitym posiłku.
- Dodaj jedną kroplę olejku z kolendry do składników curry, aby dodatkowo ożywić smak.

## OLEJEK Z KOLENDRY W KUCHNI

W porównaniu ze świeżymi bądź suchymi przyprawami lub innymi środkami aromatyzującymi, olejki eteryczne mają tak silny aromat, że nawet najmniejsza ich ilość może nadać potrawom wyrazistego smaku. Używając olejku z kolendry do gotowania, najlepiej stosować metodę wykałaczką – zanurz końcówkę czystej wykałaczką w buteleczce z olejkim eterycznym i wymieszaj z pozostałymi składnikami. Po zamieszczeniu wykałaczką potrawy w naczyniu spróbuj, czy nie trzeba dodać jeszcze więcej olejku.

## SPOSÓB UŻYCIA

Jako przyprawa.

## UWAGI

Używać tylko po rozcieńczeniu. Zażywać nie więcej niż jedną kroplę dziennie. Przechowywać poza zasięgiem dzieci. Unikać kontaktu z oczami i błonami śluzowymi.

