

# Kardamom

*Elettaria cardamomum* 5 ml

dōTERRA™ | EUROPE

INFORMACIJSKI LIST IZDELKA



CPTG™

## GLAVNI UČINKI

- Velja za eno najbolj aromatičnih eteričnih olj.
- Vsestransko aromo kardamoma ljudje po vsem svetu uporabljajo v različnih jedeh, običajno v obliki sesekljanih semen, ki oddajajo olje in močno aromo.
- Hladna osvežilna aroma in zeliščni okus sta idealna za juhe, solate in začinjanje slanih jedi.

## OPIS IZDELKA

Kardamom izvira iz jugovzhodne Azije in ga običajno dodajajo indijskim slaščicam in čajem, saj ima hladno in osvežujočo aromo. Dodajte ga kruhu, smutijem, mesu in solatam ter izboljšajte okus jedi. Kardamom je po vsem svetu priljubljen kot začimba, eterično olje kardamoma pa ima številne druge koristne učinke.

## UPORABA

- Olje kardamoma dodajte kruhu, smutijem, mesu in solatam ter izboljšajte okus jedi.
- Olje kardamoma uporabite namesto semen kardamoma in poudarite okus številnih slanih jedi.

## NAVODILA ZA UPORABO

Kot aroma za živila.

## OPOZORILA

Uporabljajte samo razredčeno. Ne vzemite več kot ene kapljice dnevno. Hranite zunaj dosega otrok. Izognite se predelu oči in sluznici.

