

Koriandrova semena

Coriandrum sativum 15 ml

dōTERRA™ | EUROPE

INFORMACIJSKI LIST IZDELKA



CPTG™

GLAVNI UČINKI

- Velja za eno najbolj aromatičnih eteričnih olj z nešteto načini uporabe in koristnimi učinki.
- Ima vsestransko aromo, ki se po vsem svetu pogosto uporablja v slanih jedeh, običajno v obliki rastline.
- Sveže aromatično zelišče, idealno za juhe, solate in začinjanje slanih jedi.
- Ob topičnem nanosu lahko spodbuja pozitivno razpoloženje.
- Koriander lahko uporabljamo na nešteto načinov, saj lahko učinkuje tako sproščujoče.

OPIS IZDELKA

Koriander je sveže aromatično zelišče, ki se uporablja že stoletja. Že kanček eteričnega olja koriandra, priljubljene začimbepri kuhanju, lahko spremeni katero koli jed.

UPORABA

- Kapljico olja koriandra zmešajte z vodo in zaužijte po večjem obroku.
- Dodajte kapljico olja koriandra kariju za dodaten poživljajoč okus.

KUHANJE S KORIANDROM

Eterična olja so v primerjavi s sušenimi zelišči, začimbami in drugimi aromatičnimi sestavinami zelo močna, zato že manjša količina obogati okus jedi. Ko pri kuhanju uporabljate olje koriandra, ga dodajte po metodi zobotrebca – konico čistega zobotrebca namočite v stekleničko z eteričnim oljem in z zobotrebcom premešajte sestavine. Ko jed premešate, jo poskusite in preverite, če je treba dodati še kakšno kapljico.

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.

