

## Oregano 50 gr SOLARIS

### CE CONTINE

Vitamine: retinol, tocoferol, piridoxina si acid ascorbic. Minerale: potasiu, calciu si magneziu.



### CUM ACTIONEAZA

Oregano este cunoscut pentru proprietatile sale antioxidante puternice, expectorante, antivirale, antibacteriene, antifungice, antiparazitare si antiinflamatorii. Oregano amelioreaza digestia, previne balonarea, protejeaza inima, scade colesterolul, trateaza giardia. Este considerat tonic al sistemului nervos, util in astenii nervoase, stres si migrene ocazionale.

### CUM SE CONSUMA

Condiment clasic al sosurilor de paste si pizza, foarte utilizat in bucataria italiana, oregano este prezent si in bucataria greceasca, unde il intalnim de la salata greceasca la preparate din peste. Oregano se asociaza bine cu mancarurile de legume pregatite din dovlecei, zucchini, ardei grasi si cartofi, dar si cu fripturile de porc, vita si miel.

### ISTORIC

Oregano a fost folosit pentru prima oara de catre greci. In mitologia elena, Afrodita a fost zeita care a adus aceasta planta, pentru a face oamenii sa fie mai fericiti.

### PENTRU CE RECOMANDAM

mbunatatirea digestiei, tonifierea sistemului nervos.