SzerecsendiÃ³ Ã©s "virÃ¡ga"

SzerzÅ‘ -ka-pÃ-r-
2008. jÃºnius 13.
UtolsÃ³ frissÃ-tÃ©s 2008. augusztus 04.

A szerecsendiÃ³ fÃ¡ja DÃ©l-India szigetein honos, de napjainkban mÃ¡r leginkÃ¡bb a Karibi tÃ©rsÃ©gben jellemzÅ‘ a termesztÃ©se. A termÃ©s magÃ¡llomÃ¡nyÃ¡t nevezzÃ¼k diÃ³nak, mÃ-g a termÃ©s hÃºsa alatt talÃ¡lhatÃ³ maghÃ©j szÃ¡rÃ-tmÃ "virÃ¡g". A diÃ³t jellemzÅ‘en mÃ©sztejbe mÃ¡rtva tarÃ³sÃ-tjÃ¡k a trÃ³pusi fÃ©rgek Ã©s egyÃ©b Ã©lÅ‘skÃ¶dÅ‘k ellen, mÃ-g a szerecsendiÃ³virÃ¡g kÃ¼lÃ¶nlegesen Ã©lÃ©nk aromÃ¡jÃ¡t csak a gyors szÃ¡rÃ-tÃ¡s, valamint a lÃ©gmentesen tÃ¶rtÃ©nÅ‘ tÃ¡r Ã³vhatja meg.
A szerecsendiÃ³ erÅ‘s Ã-zÃ©t Ã©s illatÃ¡t a magas illÃ³olaj-tartalom adja, mely illÃ³olaj enyhe pszichedelikus, bÃ³dÃ-tÃ³ hatÃ¡ss is bÃ-r. ErÅ‘s aromÃ¡ja miatt mindkÃ©t fÅ±szert csak Ã³vatosan, mÃ©rtÃ©kkel hasznÃ¡ljuk, mivel kÃ¶nnyen elnyomhatja a tÃ¶b fÅ±szer Ã¶sszharmÃ³niÃ¡jÃ¡t. EgyÃ©bkÃ©nt jellemzÅ‘ fÅ±szere az egzotikus konyhÃ¡knak, egyik Ã¶sszetevÅ‘je pÃ©ldÃ¡ul az in curry-nek is. A magyar konyhÃ¡ban hÃºslevesek, krÃ©mlevesek, egyes fÅ‘zelÃ©kfÃ©lÃ©k, vadak Ã©s a burgonyapÃ¼rÃ©, burgonyakrokett Ã-zesÃ-tÃ©sÃ©re hasznÃ¡ljuk. Fontos, hogy a szerecsendiÃ³t egÃ©szben vÃ¡sÃ¡roljuk, Ã©s mindig csak annyi reszeljÃ¼nk belÅ‘le, amennyi az Ã©telbe szÃ¼ksÃ©ges, mert Ã-zanyagai kÃ¶nnyen elillannak.
Â GyÃ³gyhatÃ¡sa elsÅ‘sorban emÃ©sztÃ©si zavaroknÃ¡l, savtÃºltengÃ©snÃ©l jelentkezik. Helyesen adagolva diÃ©tÃ¡s Ã©telek Ã-zesÃ-tÃ©sÃ©re is alkalmas.Â