



Fenikel



Fenikel sa používa ako korenie aj liek. Pre svoje posilňujúce účinky je vhodný proti nadúvaniu, zápche a iným črevným ťažkostiam. Pestuje sa v južnej Európe a v ázijských krajinách. Používajú sa celé alebo mleté semená. Fenikel má sladkastú chuť pripomínajúcu sladké drevko. Je vhodný do mäsových zmesí, do karí, na nakladanie uhoriek a červenej repy alebo do jablčných koláčov.

Tip: použite ho pri kašli na prípravu feniklového čaju, pomáha pri odkašliavaní.