

Sonnenblumenöl



Wissenswertes

Wird in der Volksmedizin verwendet für...:

- ...Wunden und rheumatische Beschwerden
- ...gegen Entzündungen der oberen Atemwege
- ...gegen Magenprobleme (Blähungen, Durchfall)
- ...wird als harntreibendes Mittel getrunken

Quelle: Die Hausapotheke von Franziska von Au

Verwendung in der Küche

- sollte nur **kalt** verwendet werden, sonst gehen die wertvollen Inhaltsstoffe verloren
- zum Verfeinern diverser Gerichte wie **Salate, Dressings, Saucen, usw.**

