

## Petrželový olej

Panenský olej lisovaný za studena ze semen petržele. Patří mezi vzácnější a dražší oleje. Jeho výroba je velmi náročná, protože petrželová semínka jsou mimořádně malá. Tento olej má nejsilnější účinky **při léčbě onemocnění ledvin a močového měchýře.**

### *Charakteristika:*

Olej z petrželových semínek **obsahuje nenasycené mastné kyseliny, draslík a železo, vitamíny A, B, C, E a F.** Chutná výrazně po petrželi.

### *Účinky:*

- kontroluje správnou funkci ledvin a nadledvinek
- posiluje slinivku břišní
- užívá se při špatné funkci štítné žlázy
- výborně působí na poruchy trávicího systému
- čistí a zklidňuje močové cesty
- je vhodný pro desinfekci dutiny ústní
- doporučuje se jej užívat při rakovině kůže (má čistící účinky)
- je vhodný pro děti
- zabraňuje hromadění vody v těle
- je účinný pro zmírnění lymfatických onemocnění kožních buněk

### *Použití:*

*Vnitřně* - děti a těhotné ženy užívají 3 kapky oleje denně, ostatní 1 – 2 čajové lžičky při nebo po jídle.

*Zevně* - mažeme na kůži u štítné žlázy na krku. Kombinujeme s vnitřním užíváním.

### *Kontraindikace:*

Není vhodný pro těhotné ženy – mohl by způsobit předčasný porod.

### *Použitelnost:*

Trvanlivost petrželového oleje je při teplotě od 4° do 15 °C jeden rok, po otevření uchovávejte v lednici a spotřebujte do 3 měsíců. Nesmí se vařit ani ohřívat. Musí se ukládat do tmy a chránit před světlem.

### *Využití v kuchyni:*

Petrželový olej je vhodný do hotových nádivek, polévek, těstovin a zeleninových salátů – **NEZAHŘÍVAT!**