

Nasıl Kullanılır?

Yurdumuzda 12 çeşit çörek otu vardır. Kuru-tulan tohumları baharat olarak, suda kaynatılarak veya yağı çıkarılarak kullanılır. 100 gr. çörek otu öğütülür. 100-150 gr. pekmez ve 200 gr. tahin ile karıştırılır. Sabahları bir tatlı kaşığı yenir. Çöret otu bekletilmeden taze bir şekilde tüketilir. Güzel kokulu olduğundan baharat olarak kullanımı yaygındır. Çörek otunun tohumlarından elde edilen çörek otu yağı saç dökülmesi ve kepeğe karşı etkilidir.

Dikkat

Çörek otu yağı alırken yayın imal ediliş şekline dikkat etmelisiniz. Çörek otu yağı iki türlü elde edilmektedir. Biri si soğuk pres yoluyla. Diğeri si sıcak pres yoluyla. Sıcak pres yolunda daha fazla çörek otu yağı elde edilir ve bu soğuk presten daha hızlı ve daha az masraflıdır. Fakat bu sırada çörek otu yağı ısıya dayanamaz ve özelliklerini yitirir. Bundan dolayı biz sıcak pres yöntemiyle elde edilmiş çörek otu yağını tavsiye etmiyoruz. Tercihiniz soğuk pres yoluyla elde edilmiş çörek otu yağı olmalıdır. 

