

## Dill



### Gerichte:

- Fisch
- Gurkengerichte
- Helle souce

### Wirkung:

Krampflösend

verdauungsfördernd

appetitanregend

## Schnittlauch



### Gerichte:

- Eierspeis
- Pfifferlinge
- Quarkund Butter

### Wirkung:

## Gewürze

geschrieben von

Emira

-9-

-5-

-7-

-4-

www.minibooks.ch

-3-

-2-

beruhigend

### Wirkung:

Tomate

Salat

Pasta

### Gerichte:



## Basilikum

immunstärkend  
antibakteriell

### Wirkung:

Schmerzlinderung

Verdauungsförderd

Anregend

## Rosmarin



### Gerichte:

Fleisch

Kartoffeln

dunkle Souce