

# YENİBAHAR(Pimenta officinalis)



## **Genel özellikleri:**

Yetiştirildiği Yer

Jamaika, Latin Amerika,

Meksika, Honduras,

Guatemala

Toplama Zamanı

Haziran - Ağustos

Mutfakta Kullanılışı

Çeşitli etli yemeklere, köfte,

sisis, çeşitli tatlılara, bazı

yemeklere, cevizli baklavaya,

bazı içkilere. "Curry" adlı

baharat karışımında yer alır.

Kabaca dövüldüğünde balık haşlamalarında kullanılır.

Yenibaharın ağacı baston ve şemsiye yapımında kullanılır. 17. yüzyıldan 19. yüzyıla kadar gemilerde, uzun seyahatlerde etin kokuşmaması için yenibahar kullanılırdı. Yenibahar yeşilken toplanır, güneşte kurutulur, rengi kahverengiye dönüştüğünde kullanılmaya hazırdır.

## **Etki ve Kullanım:**

Özelliği Gaz söktürücü, iştah açıcı, kabız etkili.

Sağlık Açısından Sindirim zorluğunda, iştahsızlıkta, şişkinlikte.

Kullanılışı 0.5-1 gr. yenibahar hap halinde (tozu kapsülün içine yerleştirerek) günde 2-3 kez alınabilir.