

Cerfoglio

(*Anthriscus cerefolium*)



in cucina

Consumato anche cotto da il meglio di se in utiliz-
zi a crudo; le sue foglie vengono impiegate in
antipasti a base di pesce, minestre, salse piccanti
e in accompagnamento alle verdure bollite.

uso terapeutico

Ha innumerevoli qualità, oltre ad essere un
ottimo calmante per le mestruazioni dolorose é
utilizzato, infatti, come lassativo e diuretico.