



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

KAKÜLE

Zencefilgiller'den, sıcak iklimlerde yetişen ıtırli bir bitkidir (elettaria cardamomum). Kakulenin baharat olarak kullanılan tohumları mercimekten küçük ve beyazımtıraktır. İştah açıcı, mide bozukluklarını ve barsaklarda sıkışan gazları giderici hassası vardır. Hem baharat, hem de ilâç olarak kullanılır. Amerika'da güzel koku vermesi ve tıbbi yönden yararlanmak için çikletlere konmaktadır.