

# JAHODNÍK OBECNÝ

---

*Fragaria vesca*

Jahoda obyčejná



## VÝSKYT

Na lesních pasekách a mýtinách, při okrajích lesů, podél lesních cest, v křovinách. Vyhovují mu sušší, humózní, slabě kyselé půdy.



## SBĚR

Sbíráme listy, zralé plody.



## TRADIČNÍ POUŽITÍ

Výborný do čajových směsí pro běžné pití, podporuje trávení, mírně proti průjmu, výplachy úst při paradentóze nebo zápachu.



## BEZPEČNOST

Není známé žádné bezpečnostní riziko.



## ZPŮSOB POUŽITÍ

Z listů nálev, z plodů nálev, marmeláda, sirup.