



ZAJÍMAVOSTI O SLUNEČNÍCI

Roslinku, která svou hlavu otáčí ke slunci, má asi většina z obrazu Vincenza van Gogha. Pro svou barvu je symbolem léta. Latinský název slunečnice je *Helianthus*. Když zcela rozkvetou, uschnou květy nečasněji v polze na jih, kde je nejvíce světla. Existuje asi 67 druhů. U nás je nejčastější slunečnice roční. Většina druhů pochází ze Severní Ameriky.

VYUŽITÍ V KUCHYNI

kromě oleje se dají použít i loupaná semínka. Jsou světlá jak sýrová, tak i pražená. Můžou být doplňkem v salátech a cereálních směsích. Používají se k přípravě slunečnicového chleba. Okvětní lístky prospívají srážení. Jedlé jsou i hlízy některých druhů. Můžeme s nimi nahradit brambory či řepu.

VYUŽITÍ V LÉKAŘSTVÍ

Využíváme slunečnicový olej pro snížení hladiny cholesterolu, k mírnění svalových bolestí.