

Peršun, peršin

Podrijetlo peršuna

Domovina peršuna je jugoistočni mediteranski bazen. Danas se uzgaja po svuda i jedan je od najrasprostranjenijih i za uzgoj najjednostavnijih začina.



Općenito o peršunu

Peršun (**lat. Petroselinum crispum**), petersilj, petrusimul, petroselin, peršin je dvogodišnja biljka, koja ima jedan ili više korjena oblaka zašiljenog cilindra i pripada kako u začine, tako i u lisnato [povrće](#).

Naraste do 90cm. visine i lišće mu je tamno zelene boje. Vrlo je sličan [krabuljici](#).

Razlikujemo peršun glatkog, velikog lista (sredina) i peršun sitnog, nazubljenog lista.

Podzemni dio peršuna je žučkasto bijele boje i oblikom podsjeća na mrkvu.

Peršun kao začin

Okus svježeg peršunova lista je trpak zahvaljujući eteričnom [ulju](#), Apiol, nažalost sušenjem se gubi trpkoća. Bogat je vitaminom A,C,E, željezom i proteinima.

Peršun sitna lista nastao je uzgojem iz peršuna glatka lista.

Korijen se upotrebljava u kuhinji kao povrtna biljka i sastojak je uz poriluk, kolerabu, celer i mrkvu [povrća](#) za [juhu](#) (grincajg).

List se upotrebljava kao začin u mnogim jelima, a također i kao dekoracija.

Treba pripaziti jer veće količine peršunova lista mogu svojom aromom sakrit sve druge okuse.

Trudnice ne smiju jesti peršun u većim količinama.

Lišće peršuna se može čuvati i smrznuto.

Peršun u narodnoj medicini

Peršun poboljšava probavu i pomaže kod problema sa bubrežima.