



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

AHUDUDU

Türkiye'de genellikle Karadeniz bölgesinde ve Bursa'da yabani olarak yetişen ahududu, C vitamini, demir ve organik asitler içermesi ile özellikle şeker hastalarına, mide ekşimesi ve romatizmaya karşı öneriliyor. Karaciğer dostu olan ahududu, idrar ve solunum yolları hastalıklarını da önüyor.

© lezzetler.com tarif no:129388 • adı:Ahududu • gönderen:hacı abla • indirme tarihi:23.04.2025 - 20:20