



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## BEYRAN ÇORBASININ FAYDALARI

Bağıışıklık sistemini güçlendirir. Bu sayede vücut hastalıklarla daha kolay savaşır.

İyileşme döneminde hastaların daha hızlı toparlanmasına yardımcı olur.

Kalp hastalıklarına iyi gelir. Oluşabilecek kalp krizi riskini önler ve kalbi daha sağlıklı bir organ haline getirir.

Uzun süre tok tutar. Bu da zayıflamaya çalışan insanlara katkı sağlar.

Doğal bir antibiyotiktir. Kış aylarında gribe yakalanan ve günlerce yatmak istemeyenler için büyük bir yardımcıdır.

Eklem ağrılarının giderilmesini sağlar. Eklem ağrılarıyla ilgili şikayeti olanların tüketmesi gereken bir çorbadır.

Üst solunum yolu hastalıklarının sık görüldüğü kış aylarında en şifalı ve faydalı çorba olarak nitelendirilmektedir.

Vücudun kalsiyum ihtiyacını da karşılayan beyran çorbası, yorgunluğa iyi geliyor.

