



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BİBERİYE

Anadolu ve Akdeniz bölgesinden Avrupa ve Amerika'ya yayılmış olan biberiye ülkemizde yetişmekle birlikte, az kullanılan baharatlardandır. Biberiye taze ya da kurutulmuş olarak et ve kümes hayvanları yemeklerinde, özellikle fırın ile çevirmelerinde ve salatalarda kullanılır. Ayrıca biberiyenin kurumuş yapraklarını kaynar suya atıp demlendirip içebilirsiniz. Bu sinirlerinizi yatıştırır