



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ÇİRİŞ OTU

<https://www.sozcu.com.tr>

İlkbahar aylarında yüksek dağlarda karların erimesi ile ortaya çıkan çiriş bitkisi, halk arasında kırkış otu, kirgiç, çiviş, yabani pırasa, dağ pırasası, sarı zambak ve güllük gibi farklı isimlerle anılıyor. Çiriş otu pırasayı andıran görüntüsüyle, lezzetiyle ve faydalarıyla sofralarımızı süsleyen bitkiler arasında. Dağ pırasası, kırkış otu, ya da güllük otu olarak da bilinen çiriş otu, egzama gibi cilt sorunlarına iyi gelen ve bağıışıklığı güçlendiren bir bitki türüdür. Bunun yanında hoş kokusu ile bilinen sarı çiçekleri olan çiriş otu, taze kullanıldığı gibi kurutulmuş olarak da kullanılır. Yöresel yemekler salata, çorba gibi sulu yemekler, börek ve hatta çay formlarında tüketilir.

