



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇOK ISITILAN YEMEK...

Çok yemek pişirmek ve defalarca yemeği ısıtıp sofraya getirmek, doğru değildir. Çünkü beklemek ve ısınmakla yemek besin değerini kaybeder.
