



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DUT PEKMEZİ

Mide rahatsızlıklarına özellikle mide ülserine iyi gelir. Astım ve bronşit hastalıklarına karşı etkilidir. Soğuğa karşı vücut direncini artırır. Kan eksikliğı olan hastaların tketmesinde fayda vardır. Çocukların zeka gelişimine yardımcı olur.