



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

ETİN ÖNEMİ

Et, vücudun en önemli besin maddelerinden olan protein bakımından çok zengindir. Ayrıca madensel tuzlar ve fosfor da bulunur. Bunlar hücrelerin yeniden üremesine yardım eder. Etin besin değeri, ait olduğu hayvanın, beslenme durumuna göre değişir.

© lezzetler.com tarif no:56966 • adı:ETİN ÖNEMİ • gönderen:şiar • indirme tarihi:18.05.2024 - 02:23