



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HARDALIYE

Bildiğimiz üzüm şirasını, çabuk ve daha ziyade keskin yapmak ve sertleştirmek için, içine toz hardal katarlar. Yalnız hardal, çok sıcak ve soğuktan müteessir olduğundan, hardaliye fiçisini, mutedil bir mahalde muhafaza etmelidir.

Devamlı ve fazla içmemek şartıyla, iştihaya hizmeti olduğundan vücuda yarar.

Devamlı ve şuursuzca içmek ise, bilâkis kuvveti keser ve böbrekleri tahriş eder.

