



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KİRAZ

Tatlı ya da ekşi, bordo ya da kırmızı. Kiraz diğer özelliklerinin yanı sıra kanseri önler, bakterileri öldürür, iltihaplanma eğilimini azaltır ve yüksek tansiyonu düşürür.
