



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIŞNIŞ

Halk dilinde diğler adı aş otudur. Maydanoza benzeyen, yeşil renkli, aromatik bir bitkidir. Et yemekleri, çorbalar, dolmalar, ekmekler ve bisküvilerde kullanılır. Gaz giderici ve sindirime yardımcı olan bir baharattır.

