



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KÖRİNİN FAYDALARI

Birden fazla baharat lezzeti ve faydasını bir araya getiren köri, içeriğindeki kurkumin maddesi ile eklem ağrılarına iyi gelir.

Zengin bir bileşen olan köri baharatı üzerine yapılan çalışmalar körinin farklı kanser türleri üzerinde iyileşmeyi destekleyici özellik taşıdığını göstermiştir.

İçeriğindeki zerdeçal ve zencefil ile sindirim sorunlarını geçirmeye yardımcı olur.

Kemikleri güçlendirir ve kemik erimesine karşı savaşır.

Körinin bilinen en dikkat çekici özelliği ise sigaranın zararlarını azaltmasıdır. İçeriğindeki krosin maddesi ile zararlı toksinleri vücuttan atmaya yardımcı olur.

Köri eski çağlardan itibaren karaciğer hastalıklarının tedavisinde kullanılan baharat, kan arttırıcı özelliğe sahiptir.

