



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUŞBURNU ÇAYINI FAYDALARI

C vitamini deposu olan kuşburnu, bağışıklık sistemini kuvvetlendirir

Gözlere faydası büyüktür

Kansızlığı giderir

Cildi güzelleştirir

A, K, B, E, magnezyum, demir ve likopen içerir

Kansere karşı korur

Sindirimi kolaylaştırır

Kötü kolesterolü düşürür

Kabızlığı giderir

Kalp dostudur

Strese iyi gelir

Böbrek taşı düşürmede yardımcı olur

Hafızayı güçlendirir

Enerji sağlar

Hücreleri yeniler

Enfeksiyon oluşmasını engeller.

