



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KUŞBURNU

Kuşburnu, yani halk arasında yabangülü; şillan, deligül, gülburnu, gülelması olarak da biliniyor. Yaşam süresi çok uzun olan kuşburnunun ekonomik ömrü 30-40 yıl kadardır. Milattan önceki dönemlerde saflık ve temizliğin simgesi olarak yetiştirilmiş. Romalılar, kuşburnu çiçeğini karın ağrıları için ilaç olarak kullanmış, meyvelerinden kek ve reçel yapmışlar. Hipokrat zamanında iltihaplara karşı, Ortaçağ ve daha sonraki dönemlerde kan tükürmelere, diş eti kanamalarına, böbrek ve safra taşlarına karşı kullanılmış. A, B, C, E ve K vitaminleri bakımından zengin olan kuşburnu çayı; nezle, grip gibi üst solunum yolu hastalıklarına karşı oldukça etkili bir çözümdür. Vücudun hastalıklara karşı direncini artırır.
