



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## KUŞKONMAZ

Kuşkonmaz, fosforlu zengin bir nebatır. Bu nebatın doktorlukta, kalb çarpması, karaciğer ve dalak rahatsızlıklarına teskin edici bir tesiri varsa da, fazla devamlı yenmesi, böbrekleri tahriş ettiğinden, pek şayanı tavsiye değildir. Kuşkonmaz, ancak haşlanıp, seyrek yenilen güzel bir garnitür şeklini muhafaza ettikçe rağbettedir.

---

© lezzetler.com tarif no:56670 • adı:Kuşkonmaz • gönderen:Hilvan'lı • indirme tarihi:30.03.2025 - 22:10