



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LAHANA

Bir çok derde devadır. Yapraklarından suda çay yaparak içerseniz ve yemeklerden önce 1 bardak içerseniz eker hastalığına ve peklige iyi gelir. Salatası adet düzensizliğine ve bulantıya iyi gelir. Göbek yaprakları ince kıyılıp varis üzerine konup sarılırsa, kısa sürede müsbet tesir eder.
