



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NANE

Mide bulantısı, soğuk algınlığı gibi rahatsızlıklarda yardımımıza koşmasıyla bildiğimiz nane; yaz sıcaklarından korunmak için de iyi bir yardımcı olabilir. Nefis aromasıyla güzel bir ferahlık veren nanelerden ister içecek isterseniz de salata hazırlayabilirsiniz.

