



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

OĞULOTU

Her yerde yetişen kokulu bir bitkidir. Arılar çok sevdiği için bu isimle anılır. Yaprığını ezerseniz, limonu andıran hoş bir koku çıkarır. Yaprğından 25-30 gram kadarını bir litre suda demlendirerek içerseniz, bu, baş dönmesine, ve sinir gerginliğine, ayrıca sinir kasılmasına iyi gelecektir.