



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATLICAN

Kalbi rahatlatır. İdrar söktürmesi bakımından vücuttaki fazla suyun dışarı atılmasını sağlar. Patlıcanın bir başk özelliği de kansızlığa iyi gelmesidir. Olgunlaşmamış patlıcanda bir çeşit zehir olduğundan bunları yemekten kesinlikle kaçınılmalıdır. Sağlığa en yararlı pişirme şekli közlemektir.
