



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SAĞLIKLI TIRNAKLAR İÇİN

Güneş, sigara ve yanlış beslenme tırnakların kalınlaşmasına, şeklinin bozulmasına, pul pul dökülmesine ve kolay kırılmasına neden olur. Vereceğimiz tariflerle, tırnaklarınızın kendisini yenileme sürecine yardımcı olabilirsiniz.

Malzemeler:

Lavanta yağı

Hazırlanışı:

Tırnaklarınızın üzerine aktardan alacağınız lavanta yağını düzenli olarak sürmeniz yeterlidir. Sonuçtan çok etkileneceksiniz.
