



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARIMSAK

Çok kıymetli bir şifali nebat olan Sarmısak bütün yemeklere katılabilir. Dikkat ediniz! Sıhhatli yaşamak istiyorsanız bol miktarda sarımsak yemeniz gerekir. Ağzınız kokacak diye endişelenmeyiniz. Sıhhatiniz ağız kokusundan daha mühimdir. Herkes sarımsak yerse kimse kokusunu hissetmez.

