



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## SIYAH SARIMSAK İLE BEYAZ SARIMSAK ARASINDAKİ FAKLAR

Siyah sarımsağın besin öğeleri normal sarımsaktan daha güçlüdür.

Siyah sarımsak ile normal sarımsak arasındaki en büyük fark siyah sarımsağın daha güçlü besin öğelerine sahip ve kokusuz olmasıdır.

Normal sarımsağa göre daha güçlü antioksidan özellik gösteren siyah sarımsağın düzenli kullanımı günlük enerjiyi, bağışıklık sistemini ve vücuttan toksik madde atılımını destekler.

