



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOFRADA METHÜ SENA

Yemek anında, gelen yemeklerin içinde hoşumuza gitmeyen bir yemek dahi olsa, bunun hoşumuza gitmediğini söylemek, hattâ sezdirmek kesinlikle doğru bir davranış değildir. Bu sevmediğimiz yemekten, ancak sağlığınıza dokunduğunu bahane ederek tabağımıza çok az almakla yetinmemiz gerekir. Ve yine yemekte olduğumuz herhangi bir yemeği, başka yerlerde yemiş olduğumuz herhangi bir yemekle iyi ya da kötü demek suretiyle ölçüştürmemiz de doğru değildir.
