



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SPİRULİNANIN FAYDALARI NELERDİR?

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

İyi bir antioksidan kaynağıdır  
Kolesterol dengelemeye yardımcıdır  
Kan basıncını düşürmede etkilidir  
Alerjik rinit üzerinde etkilidir  
Kilo kontrolü sağlar  
Güç ve enerji kaynağıdır

