



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TARÇIN

Tarçın uzakdoğu kökenli bir bitki. Toz olarak yüzyıllardan beri yiyeceklerde ve ilaçlarda kılınıyor. Özellikle Çinliler tarçının karikalar meydana getirdiğine inanıyorlar. Sindirin sistemini düzene soktuğu gibi, kalbi güçlendirdiği, kan basıncını düşürdüğü ve kanı sullandırdığı idda ediliyor. Günümüzde Batılı tıp uzmanları da Uzakdoğulu meslektaşları gibi tarçına önem vermeye başladılar. Danimarka'da doktorlar, artis hastalarına ağrı kesici olarak belli dozlarda tarçın vermeyi deniyorlar. Arts hastalığına karşı tarçının kullanılması, yüzyıllar önce denenmişti. Bu gün tarçının kabul edilen en önemli özelliği yolcularda taşı tutmasından kaynaklanan bulantının gidermesi. Tarçın kişilere uyku hali vermeden taşı tutmasını engelliyor.

