



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TURP

Turp, baharlı olması bakımından iştah açıcıdır. Ayrıca idrar söktürmek, vücutta binken zehirlen dışarı atmak gibi yararı da vardır. Safra kesesi taşlarına karşı etkilidir. Bu gibi hastalara günde 100 gram kadar turp suyu içmesi tavsiye edilir.
