



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

VIŞNE

Vişnenin herhangi bir zarar verici yan etkisi yoktur. Meyve asitleri, A, C vitaminleri ve glikozitler içerir, vücudu kuvvetlendirir, susuzluğu giderir, idrar söktürür, öksürüğe iyi gelir.

Mineral ve vitamin deposudur. Koyu renkli vişneler, açıklara oranla daha fazla mineral içerir.

