



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YABAN MERSİNİNİN FAYDALARI

Yaban mersini hafızayı iyileştirir.
Kan şekerini dengeler.
Yaban mersini kalp sağlığını korur.
Tansiyonun dengelenmesine yardımcıdır.
Sindirim sistemini düzenler.
Yaban mersini bağışıklık sistemini güçlendirir.
Göz sağlığı için yaban mersini tüketebilirsiniz.
Cilt sağlığına iyi gelir.
Kemik sağlığınıza katkıda bulunur.

