



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEME, İÇME VE GIDALAR HAKKINDAKİ GÜZEL SÖZLER

Misafir on kismetle gelir, birini yer, dokuzunu bırakır. (Atasözü)

Açın karnı doyar, ama gözü doymaz. (Atasözü)

Yaşamın üç altın kuralı şunlardır; az ye, az söyle, az incit. (Nizami)

Aç gezmekten, tok ölmek iyidir. (Atasözü)

Dertlerin başı mide, devaların başı perhizdir. (La Edri)

Bakla değil, vakitsiz baklava olsa yenmez. (Atasözü)

Yiyenler susar, yemeyenler konuşur. (Atasözü)

Boş bir mide, dolu bir kafayı boşaltabilir. (Atasözü)

Nice lokmalar vardır ki, sahiplerini bir saatlik lezzet için o kişiyi hayatı boyunca yemek lezzetinden mahrum etmişlerdir. (Arap Atasözü)

Açın karnında ekme durmaz (Atasözü)

Az yiyen az uyur, çok yiyen güç uyur. (Atasözü)

Şişmanlıktan kaçının. Çünkü şişmanlık vücudu bozar, hastalık getirir. İbadete karşı imsanı tembelleştirir. (Hz. Ömer)

Açlık ilaçların padişahıdır. Açlığı canla gönülle benimse onu hor görme. (Hz. Mevlana)

Açlık ilaçtır, hastalık ise üst üste yemektir. (Haris bin Kelde)

Yemekten sonra mutlaka yürüyün, velev ki bir metre olsa bile. (Lokman Hekim)

Zararlı şeyden az yemek, faydalı şeyden çok yemekten daha iyidir. (Hipokrat)

Mideyi taşıyan ayaklar değil, ayakları taşıyan midedir. (Cervantes)

Kemalle erenler, ancak midelerine gireni kontrol etmekle kemalle ermişlerdir. (İbrahim bin Ethem)

Çok yeme, iştahın gelmeyince yemek yeme. (Lokman Hekim)

Yemede, içmede orta yola riayet etmeyenler, kendilerinin düşmanıdır. (Hz. Ali r.a)

Çok yiyenin akli zayıf, kalbi katı, hisleri kaba, vücudu anormal, sihati bozuk ve ömrü kısadır. (S. Kaptanağası)

En düzgün işleyen saat midedir. (Fransız Atasözü)

Eğer insan yalnız yemekle yaşasaydı, çok yiyenler daha çok yaşardı. (Nizami)

Nefsine uyma, yemeği az ye ki seni sırtında taşıyın, eğer çok yersen, sen yemeği sırtında taşırsın. (Atasözü)

İnsanın düşmanı karnıdır. (Atasözü)

Nice yemekler vardır ki, yiyeni yemiştir. (Hukema)