

## BAHÇE AHUDUDUSU



### Etkileri

- \* Büzücü, kalp dostu, serinletici
- \* Yukarıdaki yabani ahududu gibi, bahçe ahududusu da ishal için iyi gelen ve içecek olarak alınabilen bir yaprak çayı sunar.
- \* Büzücü olarak bazen gargara, ağız yıkama suyu veya ağrılar, yaralar, deri döküntüleri vs. için harici yıkama suyu olarak da kullanılır.
- \* Bir miktar bal ile karıştırılan taze ahududu özsu suyu ateşli hallerde serinletici olarak alınabilir.

\* Şurup olarak hazırlanan veya üzüm sirkesi ile alınan özsu suyun kalp üzerinde faydalı etkileri olduğu söylenir.

### Hazırlanışı ve Kullanma Şekli

- \* 1 ila 2 çorba kaşığı yaprağı 1/2 bardak suda demleyin. Günde 1 bardak alın.
- \* 1 su bardağı taze özsu suyu 10 kısım şeker ile istenen kıvam elde edilene kadar pişirin.
- \* 2 çorba kaşığı ahududu şurubunu 2 kısım üzüm sirkesi ile karıştırın