

## میوه‌های تابستانی، مزاج و مصلح آن‌ها

نام میوه تابستانی	مزاج	مصلح
آلبالو	سرد و خشک	عسل
انجیر	گرم و تر	سکنجبین، شربت ریواس مصلح انجیر تازه، شربت بالنگ، گردو، آویشن، انیسون مصلح انجیر خشک
انگور	گرم و تر	تخم کرفس، غذاهای ترش، سکنجبین، زیره و رازیانه
انبه	گرم و خشک	زنجبیل، نمک، مویز، شربت زرشک، روغن زیتون، سکنجبین، شربت زرشک، کمی نمک برای کاهش نفخ پس از آن خورده شود.
ازگیل	سرد و خشک	انیسون، عسل، عود هندی
آلو	سرد و تر	عناب، گلنگین، کندر، عسل، زنیان، زیره، روغن زیتون، گل‌قند
زالزالک	سرد و خشک	انیسون، عسل، عود هندی
زغال اخته	سرد و خشک	عسل، گل‌انگین
شفتالو	سرد و تر	عسل، مربای زنجبیل
شلیل	سرد و تر	عسل، گلنگین، انیسون، زنیان، مصطکی، زیره، روغن زیتون
گلابی	معتدل، مایل به گرمی	عسل، دارچین، هل، رازیانه، مربای زنجبیل، کندر، زیره
هلو	سرد و تر	عسل، مربای زنجبیل
زردآلو	سرد و تر	عسل، انیسون، زنیان، مصطکی، زیره، روغن زیتون، گل‌قند
خربزه	گرم و تر	سکنجبین ترش، انار ترش، سرکه و آبلیموی تازه
طالبی	گرم و تر	آب انار ترش یا سرکه
هندوانه	سرد و تر	عسل، گل‌قند
گیلاس	گرم و تر	مسهل‌ها و ملین‌ها
موز	گرم و تر	نمک، مربای زنجبیل، عسل، سکنجبین
نارگیل	گرم و خشک	عسل، میوه‌های ترش، لیمو، هندوانه
توت	گرم و تر	سکنجبین

نام میوه تابستانی	مزاج	مصلح
شاه توت	سرد و خشک	عسل، آب انار
تمشک	سرد و خشک	کتیرا
آناناس	سرد و تر	مربای زنجبیل یا خوردن کمی نمک و زنجبیل
موز	گرم و تر	کمی نمک، مربای زنجبیل، عسل، سکنجبین