



İsotu bıraktı 5 kilo verdi

KAHVALTIYI nişanlı biberle-
yen İbrahim Tatlıses, acı yemek-
kiyi bıraktığı
BUGÜN'e açıkladı.
Doktorlara yaptığı
sıtma testinin
sonuçları "İsotadan
kilo verdim" oldu. 2010



YENİ HAYATINDA İSOTA YER YOK

Kahvaltıda bile isotu sofrasından eksik etmeyen ünlü türkücü İbrahim Tatlıses, artık bu damak keyfine son verdi. Doktorların aldığı karar doğrultusunda hareket ettiğini söyleyen Tatlıses, "İsottan sonra 5 kilo verdim" dedi

Gıdalara karşı vücudun tepkisini ölçen York Testi nedeniyle sofrasından isotu kaldıran İbrahim Tatlıses, BUGÜN'e özel açıklamalarda bulundu.

Sabah kahvaltısında bile acı pul biber tüketen Tatlıses, 'York Testi' yaptırdıktan sonra zayıflamak için bu alışkanlığından vazgeçerken etkisini de görmeye başladığını belirtti. Ünlü türkücü, "Pul biber yok. Zayıflamak için koymuyorum. Yeşil, kırmızı acı biber yemeye devam ediyorum. Bu sayede 5 kilo verdim" dedi.

BABAMDAN DAYAK YEDİM

Öte yandan 'Erman Kuzu' karakteriyle büyük beğeni toplayan Şafak Sezer'i KanalTürk'teki 'Ünlüler Bulvarı' programında

kemerıyla döven Tatlıses çocukluğunda babasından dayak yediğini ilk kez gazetemize itiraf etti. Tatlıses, kendi çocuklarına ise bir fiske bile vurmadığını belirterek şöyle konuştu:

KAFAMDA YARIK AÇILDI

"Benim babam kemer takmazdı. Askerlerin taktığı palaskadan takardı. Palaskasıyla vurduğunda kafamda yarık açılırdı. Yaramaz bir çocuk değildim. Babam yanlış yola gitmeyeyim, yanlış şeyler yapmamayım diye döverdi. O zamanla şimdiki arasında çok fark var. Şimdiki çocuklar her şeye daha çabuk alışabiliyorlar. Kötü arkadaşlarla birlikte kötü yola gençler sapabiliyor. Gençleri korumak lazım. Gençler yarınlarımızın teminatı. Benim oğlumda bir korkum yok.

York testi nedir?

York Testi, hangi gıda veya gıdalara karşı intoleransınız olduğunu öğrenebileceğiniz bir kan testidir. Parmak ucundan alınan bir damla kanın incelendiği testin ardından vücudunuzun hangi besinlere karşı intoleransı olduğu tespit ediliyor ve testin neticesine göre uygulamanız gereken 'kişisel' beslenme planı oluşturuluyor.

Elimden geldiğince onu takip ediyorum. Evin belli kuralları var. Her zaman yanında olmaya gayret gösteriyorum. Yanlış bir şey yapacağını zannetmiyorum. Ben çocuklarımın hiçbirine bugüne kadar fiske vurmamışım. Hepsi saygıda kusur etmiyor!"

■ Okan İŞİK