



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ADANA KABAP

Yarım kg yağlı kıyma

8-10 dal maydanoz

1 adet acı kırmızı biber

1 çay kaşığı toz kırmızı biber

1 tatlı kaşığı tuz

Garnitür için:

Domates, sivri biber

Maydanoz ve biber çok ince kıyılır. Üzerine kıyma, toz biber ve tuz atılır iyice yoğrulur. Buzdolabında 1 saat kadar dinlendirildikten sonra harç 4 parçaya ayrılır. Her parça yassı şişlere 1 karış boyunda olacak şekilde yerleştirilir. Izgarada ya da mangalda pişirilir. Servis sırasında domates ve biberle süsülenir.