



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ÇEMEN (ADANA)

Fatma Arslantaş

4 yemek kaşığı domates salçası  
2 yemek kaşığı biber salçası  
4 diş sarımsak  
400 gr kıyma  
1 yemek kaşığı tuz  
1 yemek kaşığı pul biber  
1 yemek kaşığı karabiber  
1 yemek kaşığı kimyon

Pul biber, tuz, karabiber, kimyon karıştırılmış çekilmiş kıyma ile kaynatılır.  
Ezilmiş sarımsak ile yoğrulur.  
Kaplara basılır.

---