



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Les recettes de cuisines

---

## Çemen De Maison

Ev Usulü Çemen



4 cuillères à soupe de pâte de piment rouge  
3 cuillères à soupe de pâte de tomate  
25-30 gousses d'ail  
1 cuillère à soupe de fenugrec  
½ cuillère à soupe de cumin  
1 cuillère à café de sel  
1 cuillère à soupe d'huile végétale

- # Épluchez les gousses d'ails. Battez avec du sel.
- # Mettez tous les ingrédients dans le bol de pétrissage. Mélangez le contenu.
- # Faites des tartines sur les pains puis servez.

N-B: Si vous ne trouvez pas de fenugrec, vous pouvez utiliser la même quantité de cumin.