



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BUMBAR DOLMASI (HATAY)

İç Malzemesi:

1 kg bumbar (Koyun İnce barsagi)

2 su bardağı pirinç

1 yemek kasığı nane

1 yemek kasığı biber salçası

2 çay kasığı kırmızı pulbiber

karabiber, tuz

Terbiye Malzemesi:

1 yemek kasığı tuz

5 su bardağı su

1 yemek kasığı tereyağı

2 çay kasığı nane

Bir kapta pirinç, nane, biber salçası, pulbiber, karabiber ve tuzu karıştırın.

Ayrı bir kapta bumbarları tuzlu suda ters yüz ederek iyice temizleyin. Temizledikten sonra bumbarların içine hazırladığınız harcı doldurun.

Bumbarların dış yüzeyini bir kez daha tuzlu suyla yıkayın. Terbiye malzemelerinin hepsini bir tencerede karıştırın. Tencerenin içine bumbarları yerleştirin, bir saat pişirin. Sıcak servis yapın.

