



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUMBAR (KEMALİYE ERZİNCAN)

<https://www.kemaliye.net>

Hayvanın bumarı denilen kalın bağırsağı alınarak ters çevrilir. Temizlenir. Tuz ve soğanla ovulur, sonra da sabunlu suyla iyice yıkanır. Tekrar çevrilir. (Yağlı kısmı içine gelecek şekilde) bir ucu bağlanır. Ağzından hazırlanmış iç doldurulur ve tekrar ağzı bağlanır. Geniş bir tencereye konur. Pişecek kadar su konur, suyunu çekince kendi yağında her iki tarafı kızartılır. Arzu eden suyunu çektirmez sulu olarak da yer. Birer karış uzunluğunda kesilerek sıcak servis yapılır.

İç : Bulgur kuru soğan '(ince doğranmış) reyhan, tuz, baharat salça karıştırılarak çiğ olarak hazırlanır.