



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ACI MANCAR (SEBEN BOLU)

Fatma İnci Bozkurt - Melek Yaman

Acı Mancar  
Su  
Pestil

Su ocakta kaynatılır.  
İçine pestil koyulur.  
Pestilden sonra maşa yardımıyla acı mancarlar koyulur ve suya sokulur.  
Bu şekilde kaynatılır.

---