



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BUMBAR (ADİYAMAN)

Gazi Üniversitesi Türk Halkbilimi Araştırma ve Uygulama Merkezi

Kuzu bağırsağı
Yağlı kıyma et
Bulgur
Soğan
Karabiber
Tuz
Yağ
Maydanoz

Önceden alınan bağırsaklar bir gün öncesinden temizlenmeye başlanır. Höllük toprağı (yörede bulunan beyaz bir toprak), limontuzu, tazyikli su yardımıyla içi dışı ters çevrilmek suretiyle birkaç defa yıkanır. Ardından köfte, çiğköfte gibi yoğrularak hazırlanan harç ile içi doldurulur. Daha sonra bumar kazanlarında pişmeye bırakılır. Ayran ile servis yapılır.

Not: Çok zahmetli bir yemek olan bumar yöre halkı tarafından düğünlerde, bayramlarda kısacası yöre halkı tarafından özel sayılan günlerinde yapılmaktadır. Yörede yemeklerin çoğu, mumar yemeğinde olduğu gibi, etle yapılmaktadır. Bumar yemeğı uzun zaman alan ve dikkat gerektiren bir yemek olarak yoğun uğraşlar sonucu hazırlanmaktadır.

Yemeğı Adıyaman'a özgü yapan etkenlerden biri bağırsakların temizlenmesi sırasında kullandıkları topraktır. Bu toprağı yöre halkı höllük der. Toprak bağırsakları çok iyi temizlediğinden yemek çok lezzetli olur. Bugün Adıyaman'da birçok lokantada bumar yemeğı yapılmaktadır. isteğı göre sıcak bir şekilde evlere de servis yapılması mümkündür. Bumar Adıyaman Valiliğı'nin her yıl düzenlemiş olduğu, ünlü konukların ve sanatçıların katıldığı Uluslararası Kommagene Festivali'nde ana yemek olarak davetlilere sunulur.