



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BUMBAR DOLMA (SİVRİHİSAR ESKİŞEHİR)

Tahsin Altın  
Sivrihisar Folkloru

1 adet koyunun ince bağırsağı  
250 gr. Orta yağlı koyun veya dana kıyması  
1 çay bardağı ince bulgur  
Tuz  
Karabiber

Kıyma, ince bulgur + tuz + karabiber karışımı elle yoğrulur. Parmak ucu ile bağırsağın içine tepilir. Bağırsak avuç içinde sıkılarak karışım ( iç ) ileri doğru tepilir. 30 cm kadar bağırsak kısmı içi doldukça, yorgan ipi ile boğulur. Aynı işlem bağırsak ve iç bitesine kadar yapılır. Pişirilişi; düdüklü tencereye üst üste bağırsak ruloları dizilir. Bağırsakların üst seviyesine kadar su ilave edilir. 30 dakika pişirilir. Pişen mubar susuz olarak servis yapılır. Önce iplikleri kesilir. Sonra birer lokmalık olacak şekilde bıçakla doğranır.