



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BUMBAR DOLMASI (MALATYA)

Malatya İl Kùltür ve Turizm Müdürlüğü

Hayvan bumbarının içinin pisliğı temizlenir. Tersı döndürölür. Bulgur unu ile ovalayarak bumbar yoğrulur. Kesime konularak yıkanır. Tekrar bumbarın yağlı yüzü döndürölür ve yıkanır.

Baş bulgura soğan, toz biber, baharat, salça, maydanoz, yağ eklenerek karıştırılır. Bumbarın yağlı yüzü avuç içine alınıp, içi hazırlanan harçla doldurulur. Yağlı yüz içte kalır. Doldurma neticesinde iri bir soğandan doğranan parça, bumbarın ağız tarafına konulur, üzerine bulgur doldurulur.

Tencereye konulur, üzerine suyu, tuzu, eklenerek haşlanır. Yemeğe hazır hale gelir.

