



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARIN BUMBAR DOLMASI (MALATYA)

Malatya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Bumbar
Karın
Kıyma et
Başbulgur
Kuru soğan
Salça
Tereyağı
Tuz
Karabiber
Kırmızıbiber

Karınlar ve bumbarlar bir gün önceden iyice temizlenir ve tuzlu suda bekletilir. Ertesi gün tersi çevrilerek doldurulmaya hazırlanır. Karınlar küçük küçük parçalara, bumbarlar ise 25-30 cm. parçalara bölünür. Kıyma et, bulgur, salça, tuz, kara ve kırmızıbiber konduktan sonra oldukça sulu bir karışım hazırlanır. Bu karışım kesilen karınlara doldurularak iplikle dikilir. Halka halka doğranmış soğanlardan bir halka bumbarın içine konur, yine bu i ten üzerine doldurularak ağzı dikilir. Doldurma tamamlandıktan sonra bir tencerenin dibinde yağ eritilir, alta karınlar, üste bumbarlar yerleştirilir. 1.5-2 saat kadar pişirilir ve tabaklara alınarak servis yapılır.

