



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MUMBAR DOLMASI (ADANA)

İçerik için:

- 1/2 su bardağı kırık pirinç
- 1/2 su bardağı pilavlık bulgur
- 2 dal taze soğan (İnce kıyılmış)
- 1 küçük boy kuru soğan (İnce kıyılmış)
- 2 dal maydanoz (İnce kıyılmış)
- 1 adet domates (Rendelenmiş)
- Yarım yemek kaşığı domates salçası
- 1 tatlı kaşığı tuz (Silme)
- 1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
- 1 su bardağı ılık su
- 2 bağ mumbar
- Pişirme aşaması için
- 1 yemek kaşığı tereyağı
- 1 yemek kaşığı sıvı yağ
- 2 yemek kaşığı domates ve biber salçası
- 5 su bardağı sıcak su

Derin bir kaba sırasıyla tüm malzemeleri ekleyerek iyice yoğurun. Mumbarları yıkayıp içlerini hazırladığınız harç ile tamamen doldurup uçlarını mutfak ipiyle bağlayın.

Bir tencerede tereyağını eritip sıvı yağı ekleyin. Salçayı ilave edin ve kokusu çıkana kadar kavurun.

Sıcak suyu ekleyin ve kaynamaya başladıktan sonra mumbar dolmalarını tencereye alın. En az 45 dakika haşlayıp sıcak servis yapın.

Not: Tarifte kullanacağınız kalın bağırsakları bir gün önceden sudan geçirin ve tuzlu suda bekletin. Gün içerisinde en az 3 kez tuzlu suyu değiştirin. Dinlendirilmiş bağırsakları bol suyun altında durulayın ve elinizle ovalayın. Bu sayede dezenfekte olmasını sağlayabilirsiniz.

