



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MUMBAR DOLMASI (GAZİANTEP)

<https://gaziantepmutfagi.org>

300 g orta yağlı kıyma
2-3 tane koyun mumbarı
2 su bardağı pirinç
1 yemek kaşığı domates salçası
1 yemek kaşığı biber salçası
2 yemek kaşığı tereyağı
2 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
½ çay kaşığı yenibahar
1 tutam tarçın
Mumbarı hazırlamak için:
Tuz, soğan ve portakal kabuğu

Mumbar dolması en eziyetli yemeklerden biridir.

Yörede pek çok ilde yapılmasına rağmen Gaziantep'teki mumbar farklıdır, ayrıca kalın bağırsaktan da yapılır, piştikten sonra yağda çevrilerek kızartılır.

Böylece içi yumuşak, dışı gevrek bir doku kazanır.

Günümüzde ise, kalın bağırsak yerine ince bağırsak kullanımı yaygınlaşmıştır.

Mumbarları iyice temizleyip yıkayın.

Ters çevirip tekrar suyun altında bıçakla kazıyarak temizleyin.

Tuz ve soğanla ovun, suyunu akıtıp portakal kabuğu ile karıştırıp süzgeçte bir gece bekletin.

Kıymayı yıkanmış pirinç, baharat, domates salçası ve tuz ile karıştırıp içi hazırlayın.

Mumbarları tekrar yıkayarak yağlı kısmı içe gelecek şekilde dolma oyacağı yardımıyla çevirerek doldurun.

Uçlarını bağlayın ve birkaç yerinden şişle delin. İsterseniz, ayrıca birer karış aralıklarla sucuk gibi bölümlere bağlayabilirsiniz.

Tencereye dizip üstünü geçecek kadar su ilâve edin ve pişmeye bırakın.

Pişince mumbarları sudan çıkararak tavaya alın, tereyağını ekleyin ve kızartın.

İyice gevreyince bekletmeden hemen servis yapın.

Not: Bu dolmayı isterseniz pirinç yerine bulgurla da yapabilirsiniz. İnce bağırsak bulgur, kalın bağırsak ise pirinçli harc ile doldurulur. Mumbar dolması diğer dolmalar gibi fazla doldurulmaz, aksi halde patlayabilir. Mumbar, Farsça bağırsak demektir. Kalın bağırsaktan daha kısa ve tumbul dolmalar olur, ince bağırsaktan ise daha ince uzun dolmalar çıkar.



© lezzetler.com tarif no:86374 • adı:Mumbar Dolması (Gaziantep) • gönderen:siyami • indirme tarihi:04.04.2025 - 11:57