



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MUMBAR DOLMASI (VAN)

Van Kùltür ve Turizm Müdürlüğü

Kıyma, bolca soğan, karabiber, tuz, pirinç ile harç hazırlanır, önceden temizlenip bir gün sirkede bekletilerek beyazlatılmış bağırsaklara doldurulur, iki ucu bağlanır kaynatılmış suda pişirilir suyunu çekince kendi yağında kızartılır, turşu ile servis yapılır.



Fotoğraf : Yrd.Doç. Münevver Ünsal

