



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## UMBAR (BANDIRMA BALIKESİR)

Bandırma Onyedli Eylül Üniversitesi

Giritlilere has bir yemek çeşididir. Anadolu'daki 'mumbar' yemeği ile aynı olup ismi 'umbar' olarak anılmaktadır. Bandırma-Erdek yöresi haricinde Alaçatı ve Kuşadası'nda da sıkça yapılır. Umbar, kuzu bağırsağının içine iç pilav doldurularak pişirilen ve servis edilir.

---

© lezzetler.com tarif no:160592 • ad:Umbar (Bandırma Balıkesir) • gönderen:gül • indirme tarihi:14.03.2025 - 18:29