



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOLU HELVASI (KOCAELİ)

Kocaeli Valiliği

Bunun için gerekli malzemeler 1 tas köy nişastası (dışarıdan alınan nişasta tercih edilmez), 1 tane yumurta, 2 çay bardağı toz şeker ve kızartmak için sıvı yağ. Nişastanın içine yumurta ve şeker karıştırılarak malzemenin tümü macun haline gelinceye kadar iyice çırpılır. Bir tava içersinde bulunan kızgın yağın içine bu karışım atılarak tahta kaşığı tersiyle ezilir ve dağıtılır. Yağda kızarmaya başlayan malzeme dolu şeklini alınca kevgirle alınır ve servis yapılır.

Not: Kandıra da çok uzun zamanlardan beri yapılan ve bilinen tatlılardan biridir.