



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FISTIKLI İRMİK HELVASI

THY Skylife

20 g tereyağı  
550 g irmik (3 su bardağı)  
1500 ml süt (6 su bardağı)  
30 ml ayçiçek yağı (2 çorba kaşığı)  
150 g antepfıstığı

Bir tencerede tereyağı eritilir. Yağ kızınca irmik eklenir ve kısık ateşte sürekli karıştırılarak, irmik kahverengileşene kadar yaklaşık beş dakika kavrulur. Süt eklenerek karıştırılır. Şeker konulduktan sonra 2 dakika kaynatılır ve ateşten alınır. Tencerenin kapağı kapalı olarak 15 dakika demlenmeye bırakılır. Bu arada bir tavada ayçiçek yağı kızdırılır. Yağ kızınca içine fıstıklar atılır ve altın sarısı renk alıncaya kadar kavrulur. Demlenmiş helvayla fıstıklar tahta bir kaşıkla harmanlanır. Tane tane dökülen helva, ılık ılık servis edilir.

[ML® Fıstıklı Cevizli Helva için tıklayın](#)

---