



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## HELİSE (VAN)

Van Kùltür ve Turizm Müdürlüğü

Den akşamdan suya bırakılır sabaha kadar bekletilir. Sonra suyu süzölür bir tencereye alınır. İyice pişirilecek kadar su koyulur parmak arasında ezilecek kıvama geldiğinde ateşten alınır. Ayrı bir kaptaki hindi eti pişirilir kemiklerinden ayrılır pişmiş olan den ile karıştırılır. Tahta kaşık yardımıyla sürekli karıştırarak ikisi birlikte pişirilir bu sırada tuz ilave edilip ayrıca hindi suyu da azar azar tencereye ilave edilir. Karıştırma işlemine etler tel tel olup den de ezilip muhallebi kıvamına gelinceye kadar devam edilir. Tabaklara alınan helise üzerine tereyağı eritilip dökülerek turşu ile servis yapılır.



Fotoğraf : Yrd.Doç. Münevver Ünsal