



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## İRMİK HELVASI

500 gr. kalın irmik (3 tepeleme su bardağı)  
200 gr. tereyağı veya margarin (yari yariya da olabilir)  
3 su bardağı tozşeker  
4 su bardağı su  
1/2 paket şekerli vanilya

Önce yağın bir kısmıyla fıstığı biraz kavurun; sonra kalan yağ ve irmiği koyup tahta kasıkla karıştırarak 15-20 dakika kavurun. İrmik pembeleştiği zaman 4 bardak sıcak su ve vanilya katın; suyunu çekerken üzerine şekeri boşaltıp biraz karıştırın ve kapalı olarak kısık ateşte kabarmasını sağlayın. (Helva demlenirken arada karıştırın)

[ML® Zengin İrmik Helvası için tıklayın](#)