



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KASTAMONU HELVASI

2 su bardağı un
1.5 su bardağı pudra şekeri
125 gr tereyağı

Kokusu gidene kadar, ama rengini çok sarartmadan unu kavurun. Ocaktan alıp unu elekten geçirinki topaklanmalar açılsın. İçine şeker ve yağını koyup iyice yoğurun. Düz ve kenarlı bir kaba helvayı koyup sıkıca bastırın. bastırma işini iyi yapın ki keserken zorluk çıkmasın. İsterseniz elinizle çiğköfte gibi sıkarakta şekil verebilirsiniz.
