



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MET HELVASI (ESKİŞEHİR)

1 kilogram şeker
2 su bardak su
1 adet limon
250 gram tereyağı
3 su bardağı un

Şeker ve suyu bir tencerede karıştırın ve kaynayana kadar pişirin.

Limonun suyunu şerbete ekleyin.

Rengi hafif kızarana kadar kaynatmaya devam edin.

Şerbetten 1 kaşık alıp soğuk suya damlatın. Eğer katılaşırsa olmuş demektir, ocaktan alıp soğutabilirsiniz.

250 gram tereyağını tavada eritin.

Unu bu yağda kavurup geniş bir tepsiye alın ve soğumasını bekleyin.

Bu esnada ocaktan aldığınız şerbeti, rengi beyazlaşana ve ağda kıvamına gelene kadar katlaya katlaya yoğurun.

Ağdayı tepsideki unun içine alın ve 4 tarafından çekiştirerek halkayı büyütün.

Halka büyüyünce ikiye katlayıp aynı işlemi yeniden yapın.

Bu işlemi ağda ve kavrulmuş un tamamen homojenleşene kadar sürdürün.

Ardından met helvasını bozuk para çapında inceltip parmak boyunda dilimleyerek servis edebilirsiniz.



Fotoğraf "şiraze" tarafından gönderildi. 20.12.2017